

Como organizar o tempo para estudos, equilibrando vida pessoal com a profissional

Antes de começar os estudos, é preciso realizar algumas atividades básicas, que podem contribuir tanto para organização de tempo quanto para sua produtividade durante o período de estudos.

Primeiramente, separe um papel ou caderno para anotações.

Em seguida, pense em sua rotina diária: **o que você faz todo dia e quanto tempo leva para realizar estas ações?**

Anote no papel e releia o mesmo. Se preciso, esteja constantemente o atualizando.

É importante, neste primeiro momento, anotar as tarefas básicas do seu cotidiano. Conte também com algum tempo extra para elas, pois pode ser que ocorram problemas, demandando mais tempo da sua parte para executá-las.

Ao fazer isso, pode parecer que não sobrou espaço no seu calendário para os estudos, mas isso não é bem verdade, **e no fundo, talvez até você saiba disso.**

Neste início, será importante para você criar um hábito de estudo, principalmente para não criar desculpas ou gastar tempo pensando no tempo que já perdeu.

Sendo assim, as seguintes alternativas podem ser úteis:

- Toda noite, escolha um tema que você gostaria de entender mais a respeito. Procure vídeos pequenos, podcasts e outros conteúdos que possam lhe interessar (sobre o tema). Depois, copie o link no bloco de notas do celular e deixe salvo por lá.
- Na manhã dos dias seguintes, acorde vinte minutos mais cedo. Escolha um dos conteúdos da noite anterior para ouvir ou ler.

A princípio, não precisa prestar tanta atenção no conteúdo, o importante é fazer o que se propôs a fazer todo dia, no mesmo horário: estudar algo.

Quando menos esperar, um hábito terá sido criado. Isso vai levar meses (talvez menos), mas não se preocupe, investir em conhecimento é a certeza de que bons resultados virão.

Aos poucos, você vai perceber que alguns temas te interessam mais ou menos - e também é importante estudar estes. Para isso, crie pequenas rotinas de estudos, intercalando temas que precisa aprender, com outros que deveria, mas não gosta tanto.

Ao final, irá notar que está levando a sério seu aprendizado. Esse é o momento certo para começar a ler conteúdos mais extensos e até mesmo para fazer resumos deles - mas nada o impede de fazer isto antes.

Lembre-se: ninguém precisa ser um escritor e best-seller para fazer resenhas ou resumos, você também tem diversas habilidades que talvez esse profissional não tenha. Sabendo disto, escreva para reforçar as informações que aprendeu ou mesmo para verificar a evolução dos seus estudos.

Adicionando uma pitada de animação com um pouco de seriedade para seguir (quase) à risca os prazos para estudo, poderá prosseguir sua rotina de educação continuada.

Nós, da CEFIS, acreditamos em você e no aprendizado!