

# INVENTÁRIO DE HÁBITOS DE ESTUDO

NOME: \_\_\_\_\_ SEXO: \_\_\_\_\_

ANO QUE FREQUENTA: \_\_\_\_\_

IDADE: \_\_\_\_\_ DATA: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

## PERFIL

ESCALA	P.D.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
I		0	0	0	0	0	0	0	0	0
II		0	0	0	0	0	0	0	0	0
III		0	0	0	0	0	0	0	0	0
IV		0	0	0	0	0	0	0	0	0
S		0	0	0	0	0	0	0	0	0

## INSTRUÇÕES

Seguidamente encontrará uma série de perguntas que se referem à sua FORMA DE ESTUDAR e, na margem direita, poderá responder SIM? NÃO.

Leia cada uma das perguntas e veja se corresponde à forma como geralmente actua.

- Se o que se diz na pergunta, acontece normalmente consigo SEMPRE ou QUASE SEMPRE, ponha uma cruz (X) sobre o SIM.
- Se o que se diz na pergunta, NÃO acontece consigo NUNCA ou QUASE NUNCA, ponha uma cruz (X) sobre o NÃO.
- Se o que se diz na pergunta APENAS acontece consigo ALGUMAS VEZES ou NÃO SABE RESPONDER, ponha uma cruz (X) sobre o sinal (?).

Procure responder a todas as perguntas COM SINCERIDADE ABSOLUTA, pois elas não são difíceis nem têm segundas intenções. Uma vez corrigido este inventário, poderemos dizer-lhe em que aspectos poderá melhorar a sua forma de estudar.

**NÃO VOLTE A PÁGINA ANTES DE LHE DAREM O SINAL**

1. Agradar-lhe-ia dispor de um lugar bem a seu gosto para estudar? ..... SIM  NÃO  1
2. Procura deixar de lado os seus problemas pessoais quando tem que estudar?..... SIM  NÃO  2
3. Tem o hábito de fazer resumos ou esquemas das lições que estuda?..... SIM  NÃO  3
4. Estuda com agrado as disciplinas que lhe são antipáticas?..... SIM  NÃO  4
5. Estuda com verdadeira intenção de aprender e de memorizar o que está a estudar? ..... SIM  NÃO  5
6. Deixa para a última hora a preparação da maior parte das disciplinas?..... SIM  NÃO  6
7. É-lhe difícil prestar atenção a certos professores? ..... SIM  NÃO  7
8. Pergunta ao professor quando não compreende alguma coisa? ..... SIM  NÃO  8
9. Sabe encontrar com rapidez qualquer tema nos seus livros, recorrendo ao índice?..... SIM  NÃO  9
10. Agradar Deixou alguma vez por concluir o plano de estudo que se tinha proposto?..... SIM  NÃO  10
11. Gostaria de possuir outra forma pessoal de estudo que fosse mais eficaz?..... SIM  NÃO  11
12. Conseguiu fazer do estudo um verdadeiro hábito? ..... SIM  NÃO  12
13. Nalguns dias tem mais vontade de estudar do que noutros? ..... SIM  NÃO  13
14. Obteria melhores notas se se propusesse essa meta? ..... SIM  NÃO  14
15. Costuma ler e verificar as notas de rodapé que encontra nas suas leituras?..... SIM  NÃO  15
16. Ensinarão-no a fazer resumos e esquemas de qualquer lição que estuda?..... SIM  NÃO  16
17. Tem confiança na sua memória? ..... SIM  NÃO  17
18. O tempo que dedica a cada disciplina é proporcional à sua importância? ..... SIM  NÃO  18
19. Pensa que poderia ler melhor se fizesse diariamente exercícios de leitura? ..... SIM  NÃO  19
20. Costuma estudar em lugar cómodo, com mesa, ventilação, temperatura e iluminação adequadas? SIM  NÃO  20
21. Usa dicionário quando encontra alguma palavra que não compreende ou sobre a qual tem  
dúvidas? ..... SIM  NÃO  21
22. Agradar Sabe movimentar-se bem numa Biblioteca, procurando sem ajuda os livros e autores que  
deseja?..... SIM  NÃO  22
23. Por vezes estuda e faz trabalhos escolares em grupo?..... SIM  NÃO  23
24. Tem estabelecido para si próprio um horário de estudo?..... SIM  NÃO  24
25. Recordar-se melhor daquilo que aprendeu com interesse? ..... SIM  NÃO  25
26. Há uma razão forte que o leva a estudar com entusiasmo?..... SIM  NÃO  26
27. Costuma sublinhar, nos seus livros e apontamentos, as partes que considera mais importantes?.... SIM  NÃO  27
28. Agradar Tem uma vontade verdadeiramente firme de se aplicar ao estudo?..... SIM  NÃO  28
29. Procura pôr em prática o que aprendeu para que assim as coisas fiquem melhor sabidas? ..... SIM  NÃO  29
30. Gostaria de ser melhor tratado pelos seus professores?..... SIM  NÃO  30

CONTINUE NA PÁGINA SEGUINTE

31. Pensa que, de um modo geral, os alunos que estudam e se esforçam mais são os que obtêm melhores notas?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	31
32. Nos exames ou pontos escritos, costuma reflectir um pouco sobre os assuntos a tratar, antes de começar a escrever?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	32
33. Costuma ler abarcando parágrafos inteiros e não palavra por palavra?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	33
34. Agrada-lhe que outras pessoas mexam e mudem o lugar dos seus objectos de estudo?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	34
35. Os seus professores tratam-no com justiça, exigindo de si em conformidade com o esforço feito?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	35
36. Perde tempo quando está a estudar, por não ter preparado antes tudo aquilo de que necessitava?..	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	36
37. Já pensou alguma vez que os que estudam muito são uns "marrões"?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	37
38. Estuda em boas condições físicas e sente-se "em forma"?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	38
39. Quando vai estudar uma lição, faz primeiro uma leitura rápida para ter uma ideia geral do assunto?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	39
40. Pensa que os seus actuais horários de estudo poderiam ser bastante melhorados?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	40
41. Repete mecanicamente, sem pensar, palavras e frases que procura aprender de cor?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	41
42. Acha que concluirá com êxito o seu curso, dado o número de horas que dedica ao estudo?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	42
43. Gostaria de estar tão bem organizado nos seus estudos, que obtivesse bom rendimento de todo o tempo de trabalho?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	43
44. As suas notas são inferiores ao que a sua inteligência faria esperar?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	44
45. Utiliza os seus esquemas e resumos para se preparar para os exames?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	45
46. Alcançou já a perfeição máxima na sua leitura?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	46
47. Faz intervalos para descansar, quando está cansado, em vez de continuar a insistir em decorar alguma coisa?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	47
48. Tem uma espécie de arquivo onde coloca os seus apontamentos, fichas, livros, etc.?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	48
49. Torna-se mais fácil para si estudar uma lição com ajuda de um esquema ou resumo feito por si?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	49
50. Sabe tirar apontamentos durante as explicações nas aulas?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	50
51. Costuma procurar ajuda (biblioteca, amigos, etc...) quando tem que estudar algum assunto para o qual não dispõe de material?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	51
52. Usa o dicionário sempre que tem dúvidas sobre o significado de uma palavra?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	52
53. Quando trabalha em grupo colabora com os outros, participando com o seu trabalho, as suas opiniões, etc.?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	53
54. Acaba as tarefas de trabalho e estudo que se propõe?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	54
55. Gostaria de só aprender de cor aquilo que compreende perfeitamente?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	55
56. Revê os seus exames e pontos escritos antes de os entregar?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	56
57. Modifica alguma vez a sua forma de leitura, mudando de tom, ritmo, etc., para não se cansar?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	57
58. Está convencido de que o estudo é muito importante para a sua vida?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	58
59. Discute em grupo, juntamente com outros colegas, sobre os diversos trabalhos e tarefas					

escolares? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	59
60. Pensa que os seus pais poderiam ser mais compreensivos no que se refere aos seus estudos?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	60
61. Por vezes, está com atenção na aula só por ter medo do professor?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	61
62. Presta atenção às explicações dos professores? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	62
63. Quando não compreendeu bem volta atrás e relê o assunto, ainda que lhe custe?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	63
64. É-lhe fácil estudar quando está seriamente preocupado com algum problema?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	64
65. Sente-se capaz de concluir o seu curso com aproveitamento? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	65
66. Teria melhor rendimento se adoptasse outra maneira de se organizar?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	66
67. Teria melhor rendimento se os seus professores o tratassem de uma forma mais justa? ..	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	67
68. Estuda em lugar apropriado, sem barulho e sem que o perturbem? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	68
69. Costuma ler os índices dos seus livros para ter uma ideia de conjunto dos assuntos dessa disciplina?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	69
70. Gostaria de estudar apenas naquelas horas que lhe parecessem melhores?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	70
71. Aprende de cor as coisas que não compreende?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	71
72. Tem o seu tempo de estudo distribuído de tal forma que TODAS as disciplinas são contempladas?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	72
73. Pensa, por vezes, que os seus professores não são compreensivos?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	73
74. Agradar Desanima e pára de estudar quando encontra alguma dificuldade que não consegue resolver?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	74
75. Faz os seus esquemas e resumos com base nas ideias que sublinhou como mais importantes? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	75
76. Lê com agrado as matérias de que gosta menos? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	76
77. Revê frequentemente o que aprendeu para "refrescar a memória" e não esquecer totalmente essas matérias?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	77
78. Estuda com afinco diariamente e descansa totalmente nos fins-de-semana?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	78
79. Gostaria de ter uma memória melhor? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	79
80. Procura estar informado sobre o seu rendimento em cada uma das disciplinas?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	80
81. Sabe distinguir as partes importantes quando lê?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	81
82. Agrada-lhe aprender de cor o que não compreende? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	82
83. Pensa que estudando em grupo se resolvem dificuldades que uma pessoa sozinha não consegue resolver? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	83
84. Quando estuda faz pausas para descansar aproximadamente de hora a hora?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	84
85. Gostaria que lhe ensinassem como se deve estudar e trabalhar em grupo?.....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	85
86. Animam-no, em sua casa, de tal forma que isso o ajuda a estudar? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	86
87. Preocupa-se em melhorar a sua qualidade e velocidade de leitura? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	87
88. Os seus professores animam-no e ajudam-no no que respeita aos estudos? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	88
89. Procura relacionar, encadear e integrar o que já sabe com o que está a aprender? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	89
90. Pensa que os seus companheiros o poderiam ajudar mais? .....	SIM	<input type="checkbox"/>	NÃO	<input type="checkbox"/>	90

VERIFIQUE AGORA SE DEIXOU ALGUMA PERGUNTA POR RESPONDER