



Caracterização Psicológica dos alunos bem e mal sucedidos academicamente

Student: web.jhu.edu

O estudante deve orientar-se para o sucesso:

Se entraste para o Técnico e que passaste o crivo dos exames nacionais, estás cá por mérito próprio e portanto **tens a capacidade intelectual mais do que necessária para concluir o curso com sucesso**; se as coisas não te correm bem, o mais provável é que não estejas a esforçar-te o suficiente, ou não estejas a canalizar o teu esforço da melhor forma – assim sendo, o insucesso (quando ocorre) deve ser encarado como **um convite a estudar mais e melhor**, por isso, não te deixes desencorajar.



Student: www.masternewmedia.org

O Estudante orientado para o sucesso vs. fracasso

Sucesso e fracasso são os dois lados da moeda que está em jogo sempre que se age ou, no contexto académico, sempre que se faz uma avaliação. Não obstante a aparente clareza dos conceitos, ambos estão imbuídos de extensas conotações culturais e individualistas¹. Dito de forma simples, o que é sucesso para um pode ser fracasso para outro.

Para além disso, a forma como interpretas os resultados que obténs nas avaliações e, de um modo mais global, a percepção que tens acerca de ti próprio enquanto estudante, podem ser determinantes para ultrapassares os inerentes obstáculos à caminhada académica ou, contrariamente, conduzir aos resultados negativos de uma forma sistemática e geradora de grande desânimo. Recorrendo uma vez mais à simplicidade da expressão, face à “tragédia consumada” podes arregaçar mangas ou decidir cruzar os braços, em todo o caso, “não chores sobre o leite derramado”.

Como mencionado anteriormente, os contrastantes cursos de acção derivam, em grande parte, das atribuições que fazes face a qualquer uma das duas possibilidades de resultado, tanto no sucesso como no insucesso.

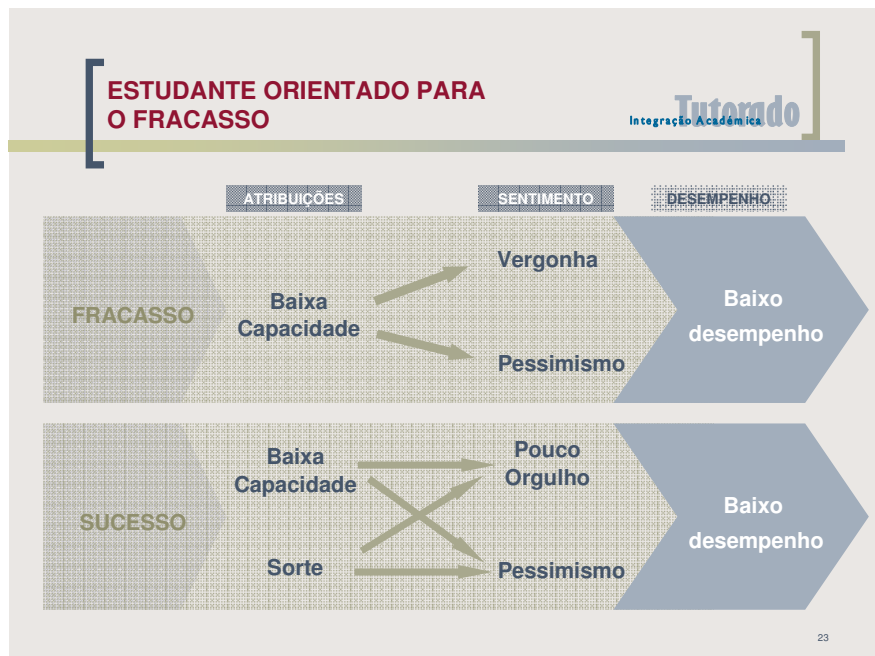
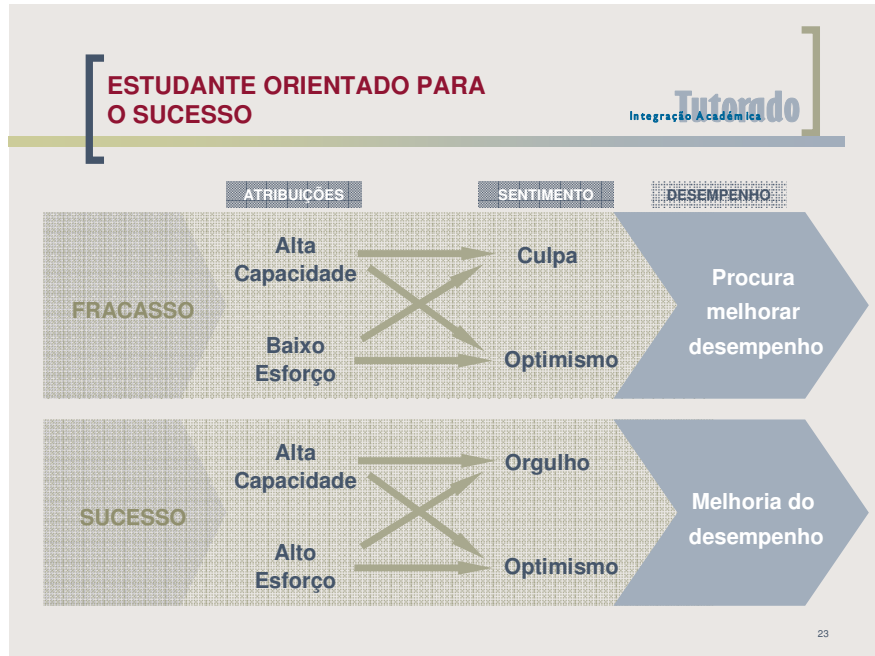
Assim, o estudante orientado para o sucesso acredita nas suas capacidades e, perante um insucesso, encara-o como fruto de pouco esforço ou outros factores que não põem em causa a sua competência ou inteligência. O mesmo se passa no sucesso, em que este estudante sente que o seu esforço foi compensado e encara o desejado resultado como fruto de mérito próprio.

No caso do estudante orientado para o insucesso, as atribuições são feitas de forma antagónica, ou seja, face ao sucesso o estudante incrédulo, ou pouco convencido relativamente às suas capacidades, tende a atribuí-lo a factores externos como a sorte ou a facilidade da tarefa em questão. Perante o insucesso, por outro lado, o

¹ Neil, T., Martz, B., & Biscaccianti, A. (2002). Implicit Decisions Paradigm: Success or failure oriented. Cahiers du CEREN 1; 47 – 55.

estudante atribui o resultado temido à sua falta de capacidade, reforçando a descrença que tem em si enquanto estudante competente.

As figuras que se seguem ilustram o modo como estas atribuições se repercutem na forma como o estudante se sente e como essa interacção influencia o desempenho.



Em situações de competição, a motivação fundamental para muitos estudantes é evitarem o fracasso e protegerem o seu auto-conceito da percepção de que têm pouca habilidade; o que com alguma frequência leva à adopção de estratégias de evitamento de potenciais situações de fracasso (Alderman, 1999).

Estratégias que garantem o sucesso²

Uma outra forma de evitar situações de fracasso é adoptar **estratégias que garantam o sucesso**. Estas estratégias procuram **evitar o sofrimento causado pelo fracasso**. Para alunos que as utilizam, a valorização pessoal depende de nunca fracassarem, ou de se esforçarem o máximo possível, ou de estabelecerem objectivos muito baixos, ou mesmo, da utilização de meios menos adequados, mas têm um medo profundo de não terem capacidades – estudante esforçado/abnegado, que se esforça demasiado.

Este estudante tem um desejo intenso de evitar o fracasso, **procurando ser bem sucedido, esforçando-se e dedicando-se às tarefas académicas**, muitas vezes em detrimento das outras áreas de vida, tornando a procura de sucesso numa espécie de ritual obsessivo. Não há exigências moderadas e perdão para estes estudantes, pois **a perfeição é o seu objectivo**. Do ponto de vista da valorização pessoal, o risco é elevado, pois quando falham, sofrem o pior dos fracassos, o fracasso após um grande investimento.

Estes estudantes situam-se num conflito entre a esperança de sucesso (confirmado pelo seu historial académico) e o medo de não serem realmente inteligentes (porque se esforçam demasiado). É por esta razão que um fracasso isolado pode ser devastador pois é para eles, a confirmação do maior dos seus receios, o de serem realmente incompetentes e de não cumprirem as exigências da perfeição. Ironicamente, alguns destes estudantes ao limite colocam-se a si próprios numa **armadilha**, pois ninguém consegue evitar o fracasso eternamente. As **situações de fracasso e insucesso são inevitáveis**, assim como a insatisfação é inerente ao Homem, o que faz tentar ir cada vez mais longe, estabelecendo objectivos cada vez mais difíceis e, por vezes, ainda inatingíveis.



Student: www.Dreamstime.com

Baixos Objectivos

Outra forma de garantir o sucesso consiste em criar **objectivos tão baixos que se torna difícil fracassar**. No fundo, em termos de valorização pessoal, há uma ilusão de respeito baseada numa vida de pouco esforço e dedicação: as pessoas medíocres estão sempre no seu melhor.

Estes estudantes estabelecem, para si mesmos, um intervalo entre o desempenho mais baixo que podem atingir sem sentir desconforto e o melhor que podem esperar. É o caso do estudante que anuncia, antes de fazer o exame, que ficará satisfeito apenas com uma nota para passar. Existem desvantagens neste tipo de estratégia: continuação de um desempenho inadequado, pouco esforço e desmotivação. Só fazem o mínimo que é esperado; desta maneira, o sucesso assegurado é previsível e desprovido de valor associado à satisfação de ultrapassar um verdadeiro desafio.

² Adaptado de: Covington (1992). Self-worth and the fear of failure in "Making the grade. A self-worth perspective on motivation and school reform". NY: Cambridge University Press.

Batota Académica

Este comportamento há muito que constitui fonte de preocupação no sector académico. Há quem considere que cabular é um sinal de dificuldades a nível de adaptação e pouca tolerância à frustração; outros, que é sinal de más políticas educativas que encorajam a fraude e a batota. Mais uma vez, a base deste comportamento está no facto do aluno considerar que só tem valor se conseguir um bom desempenho, mesmo que este não seja real e por isso mesmo suscite o sentimento de imprevisibilidade em situações posteriores.

O risco de ser apanhado é compensado pelo enorme medo de ficar para trás em comparação com os colegas. O alívio proporcionado pelo sucesso aparente não é, no entanto, suficiente para reduzir o desconforto ou o sentimento de culpa, pois o aluno sabe que enganou, que o seu sucesso não garante futuros bons desempenhos e que corre o risco de ser descoberto como impostor.

Características dos alunos interessados em aprender:³

- Preocupam-se em arranjar os meios necessários para realizar a tarefa (local, materiais, etc.).
- Ocupam-se do seu próprio processo de resolução da tarefa e não apenas dos seus resultados.
- Interpretam e analisam os erros como uma forma de melhorar a aprendizagem e procuram aprender com os mesmos.
- Procuram a informação necessária para resolver os problemas, recorrendo a todos os meios ao seu alcance.
- Recorrem com frequência aos professores como fonte de ajuda.
- Preferem tarefas com um certo grau de dificuldade e novidade que estimulem o seu processo de aprendizagem.
- Não aplicam critérios de êxito ou fracasso para avaliar a sua aprendizagem, o êxito da tarefa está associado à própria tarefa.
- Realizam a tarefa com esforço e sacrifício, se necessário.



Estudo: issomesmo.com

Ter conhecimentos é diferente de aprender. Para aprender é preciso que processes activamente a informação recebida, faças reflexões e críticas ao que estás a assimilar para mais tarde aplicares profissionalmente. Agora já não resultam as “velhas” estratégias do ensino secundário para memorizar e esquecer de seguida. É preciso consolidar a informação que mais tarde irá ter aplicações práticas no teu dia-a-dia.

Outro aspecto não menos importante é a atenção a dispensar ao auto-conhecimento. Quanto melhor te conheces a ti próprio, melhor poderás eliminar alguns **factores distractores prejudiciais ao bom rendimento académico**, como por exemplo:

³ Adaptado de: SAP (2001). *Porquê estudar?* in Estratégias de Estudo no Ensino Superior. Setúbal: Serviços de Acção Social do IPS.

- A não determinação de objectivos explícitos.
- Monotonia.
- Falhas na planificação.
- Influência excessiva do medo.
- Falta de interesse ou procrastinação.
- Ausência de hábitos de estudo.
- Problemas familiares, sociais ou interpessoais.
- Carências alimentares.
- Situações de ansiedade e de cansaço.



Estudo: p-ao-vento.blogspot.com

Em resumo, só faz sentido estudar quando estamos interessados em aprender (sendo então activos em todo o processo) e motivados para o estudo. Para isso acontecer é preciso esforço e concentração, muito mais que **extraordinárias aptidões intelectuais**, que **por si só não garantem o sucesso académico**.

Assim sendo, confia em ti próprio, nas tuas capacidades intelectuais e de trabalho (isto é, orienta-te para o sucesso), permite-te ficar contente por cada resultado e encara os insucessos como momentos de aprendizagem, por excelência. Aprende a esforçar-te por alcançares os teus objectivos e procura traçar objectivos realistas, sê honesto contigo mesmo e “não deixes para amanhã o que podes fazer hoje”. Mais depressa do que imaginas, o **sucesso académico será uma realidade da tua vida**.



Ficha Técnica:

Fontes e Autores – referidos em nota de rodapé;
 Adaptação – Isabel Gonçalves.