

O Veículo: Clic RBS – Zero Hora online
Data: 28/07/2010



28 de julho de 2010 | N° 16410  [Voltar para a edição de hoje](#)

COMPORTAMENTO

O que tira o sono dos estudantes

Aprender a gerir o tempo e a controlar o nervosismo durante apresentações orais de trabalhos são dois tormentos que afligem os universitários

Que a vida acadêmica provoca revoluções na vida estudantil não é mistério para ninguém. São inúmeros os desafios que os universitários precisam encarar. Afinal, o conforto do antigo colégio e dos amigos de muitos anos acabou. Mas o que será mais preocupante?

Parece que o Núcleo de Apoio ao Estudante (NAE) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) está descobrindo essa resposta. Dentre as diversas oficinas que o serviço oferece aos seus alunos, duas estão no topo da procura e podem revelar os tormentos mais comuns da faculdade: gestão de tempo e apresentação oral de trabalhos.

- Essas duas oficinas são oferecidas todos os semestres para os estudantes da UFRGS. E sempre são as mais procuradas, não apenas por novos alunos. Temos, inclusive, estudantes de mestrado e doutorado - conta a psicóloga Cláudia Sampaio Corrêa da Silva, do NAE.

Segundo ela, adiar tarefas desagradáveis, programar mais ações do que é possível dar conta e indefinição de prioridades estão entre as queixas de quem procura a oficina Gestão de Tempo, que dura uma tarde. O nervosismo diante do público, a falta de confiança e não saber por onde começar empurram estudantes para a oficina Apresentação Oral de Trabalhos.

O primeiro tormento não é exclusividade dos universitários. Prova disso é a agenda cheia do paulista Christian Barbosa, especialista em administração de tempo e produtividade. Cerca de 60% das mil maiores empresas do país são clientes da empresa de consultoria que ele fundou, a Triad PS.

- Um dos grandes pecados é focar demais nos compromissos, naquilo que tem hora marcada na agenda, como uma reunião ou uma prova. O resto, que são as pequenas tarefas, acaba merecendo pouca atenção. E isso atrapalha muito no dia a dia - afirma ele.

Professor de oratória e palestrante reconhecido no Estado, atendendo políticos e empresários, Leocides Marcon alerta para um engano comum de quem se propõe a apresentar um trabalho: achar que o segredo está no improviso.

- As pessoas precisam se preparar, ser objetivas. Pegue o assunto que você deseja apresentar e o divida em tópicos. Fica mais fácil para o palestrante e para quem está assistindo também. As escolas precisam estimular esse tipo de competência nos estudantes, será fundamental para toda a vida - diz Marcon.

leandro.rodrigues@zerohora.com.br

LEANDRO RODRIGUES