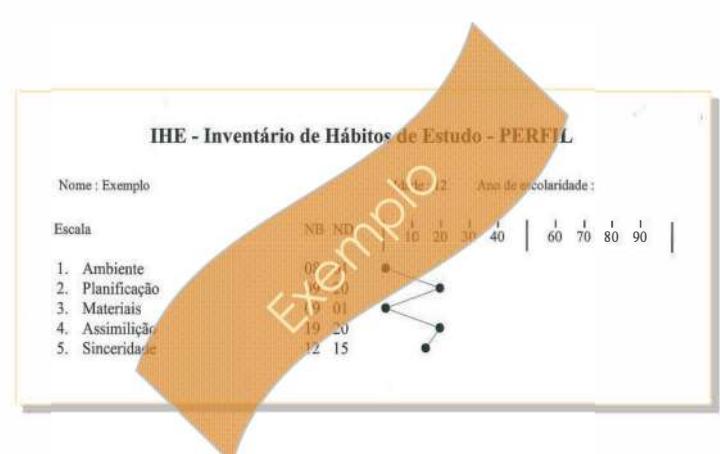
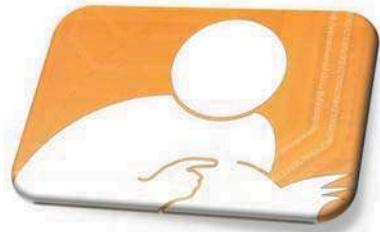


<b>Nome da prova:</b>	IHE - Inventário de Hábitos de Estudo
<b>Autor(es):</b>	F.F. Pozar
<b>Versão:</b>	Portuguesa
<b>Tipo de aplicação:</b>	Individual ou Colectiva
<b>População:</b>	Estudantes (a partir dos 12 anos)
<b>Tempo de aplicação:</b>	+/- 15 minutos
<b>Objectivos:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Avaliação dos hábitos de estudo mediante 4 escalas: condições ambientais de estudo, planificação do estudo, utilização de materiais e assimilação de conteúdos.</li> <li>Avaliar qualitativa e quantitativamente as atitudes ou condições de estudo do estudante, prever o seu nível de progresso escolar e actuar no sentido de modificar hábitos de estudo deficientes. Inclui um guião para alunos e outro para professores.</li> </ul>
<b>Tabelas de normas:</b>	Percentis e Eneatípos
<b>Materiais incluídos no Kit Completo:</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Estudantes do 7º, 8º, 9º, 10º, 11º e 12º ano de escolaridade.</li> <li>Manual Técnico(1)</li> <li>Folha de Respostas (pacote de 25 ou 100)</li> <li>Apêndice I - Professores (pacote de 5)</li> <li>Apêndice II - Alunos (pacote de 10)</li> </ul>

Sugere-se como método de intervenção, complementar a este instrumento de avaliação, o programa "Construir o Futuro II".



Kit Completo (com 100 folhas de respostas)	
Kit Completo (com 25 folhas de respostas)	
Manual Técnico	
Apêndice I: Professores (pacote de 5)	
Apêndice II: Alunos (pacote de 10)	
Folha de Respostas (pacote de 25)	
Folha de Respostas (pacote de 100)	

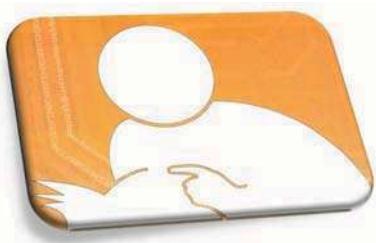


A utilização do IHE pode ser abordada de diferentes perspectivas:

- a. Pode aplicar-se a todos os alunos de uma escola, ou de determinado curso, com o intuito de observar as falhas mais significativas ao nível dos hábitos de estudo e de elaborar um programa de correcção dessas limitações.
- b. Incluído numa bateria de testes, permite obter uma dimensão frequentemente esquecida e que poderia ser definida como o domínio das “técnicas de trabalho intelectual”.
- c. Finalmente, a sua aplicação também se enquadra no estudo dos frequentes “casos problema” de alunos com baixo rendimento escolar.

O IHE tem três objectivos:

1. Avaliar qualitativa e quantitativamente as atitudes ou condições com que o estudante (considerado individualmente ou em grupo) enfrenta a sua tarefa específica de estudo;.
2. Prever o nível do seu progresso escolar em função do conhecimento dos seus hábitos de estudo, independentemente da incidência de outras variáveis;
3. Actuar, a partir do diagnóstico, na direcção adequada à modificação dos hábitos deficientes e à aquisição e desenvolvimento de hábitos mais eficazes.





O IHE é constituído por 4 Escalas, que avaliam 11 Factores:

	Escala I <b>Condições Ambientais de Estudo</b>	Escala II <b>Planificação do Estudo</b>	Escala III <b>Utilização de Materiais</b>	Escala IV <b>Assimilação de Conceitos</b>
<b>Factores</b>	Condições Ambientais Pessoais	Horários	Utilização de Livros	Memorização
	Condições Ambientais Físicas	Organização	Leitura	Personalização
	Comportamento Escolar		Sublinhados/ Resumos	
	Rendimento			

Nota: O IHE inclui também uma escala de Sinceridade.

#### 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

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

- 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.

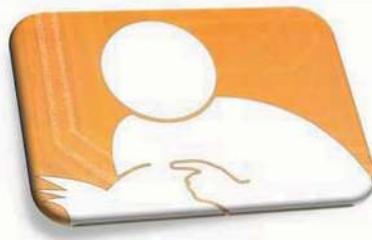
Lisboa, 1999  
Adaptado para Portugal  
Copyright 1995 by CEGOC-TEA para a adaptação portuguesa. Reproduzido com autorização da TEA Ediciones.  
Edição CEGOC-TEA: Av. António Augusto de Aguirre, 21 - 2º, 1650-012 LISBOA. Proibida a reprodução total ou parcial. Todos os direitos reservados.  
Copyright 1994 by TEA-Ediciones Madrid

ESTE EXEMPLAR ESTÁ IMPRESSO EM TINTAS AZUL E NEGRA, SE LHE APRESENTAREM UM EXEMPLAR APENAS EM NEGRO É UMA REPRODUÇÃO ILLEGAL. NÃO A UTILIZE.

RESPEITE OS DIREITOS DE AUTOR E APOIE A INVESTIGAÇÃO EM PSICOLOGIA

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

Exemplo





IHE - Inventário de Hábitos de estudo/ Didáctica do estudo

**APÊNDICE I  
DIDÁCTICA DE ESTUDO**

- Este guia tem como intuito ajudar o professor a transmitir aos alunos algumas normas práticas relativas aos hábitos de trabalho e de estudo que possam contribuir para melhorar os seus métodos de trabalho.
- Estas normas foram pensadas para ajudar e orientar os professores, podendo ser transmitidas aos alunos quer através do diálogo, quer de exercícios individuais e em grupo. Os exercícios podem basear-se em histórias ou textos escolhidos pelo professor.
- É conveniente e bastante útil que após a exposição do professor se estabeleça um diálogo sobre as questões tratadas, procurando que os jovens façam perguntas uns aos outros e procurando aplicar as sugestões ao seu caso pessoal.
- O trabalho com os alunos tem como material de apoio, um caderno com o título, "Como aprender a estudar" que deverá ser entregue a cada aluno.
- Neste processo a família também pode ser incluída. Para a família poder-se-á enviar informação relativa ao resultado obtido em cada escala no Inventário de Hábitos de Estudo, juntamente com sugestões sobre como apoiar o jovem em relação a cada um dos aspectos mais deficitários.

Procurámos que este programa siga o mesmo modelo do Inventário de Hábitos de Estudo, sendo o programa focado nos seguintes aspectos:

- 1. **Condições Ambientais de Estudo**
  - 1.1. Condições ambientais pessoais.
  - 1.2. Condições ambientais físicas.
  - 1.3. Comportamento escolar.
  - 1.4. Rendimento escolar
- 2. **Planificação do Estudo**
  - 2.1. Horário
  - 2.2. Organização
- 3. **Utilização do Material de Estudo**
  - 3.1. Livros
  - 3.2. Leituras
  - 3.3. Sublinhados
- 4. **Assimilação da Informação**
  - 4.1. Memória
  - 4.2. Personificação

**1. Condições Ambientais de Estudo**

**1.1. Condições Ambientais Pessoais**

Os condicionamentos externos próprios (aqueles em que é de tal forma importante a escolar e profissional) dão ao aluno para que este tenha que mencionámos de seguida:

Lisboa, 1997. Reproduzido com autorização de TEA Edições.  
Copyright © 1995 by CEGOC-TEA  
21-2, 1600-122 LISBOA  
ESTE EXEMPLAR ESTÁ IMPRESSO A NEGRO E BRANCO

IHE - Inventário de Hábitos de estudo/ *Aprender a Estudar*

**APÊNDICE II  
APRENDER A ESTUDAR**

Neste caderno vais encontrar algumas normas e regras que te podem ajudar a estudar melhor. Não te preocupes se vires que não cumprões todas as normas, pois o mais importante é que as leias, pense nelas e vejas se as podes pôr em prática.

Este caderno tem quatro capítulos. Para que tenhas uma ideia dos temas que vais encontrar aqui para a frente, aqui te exponho um resumo do índice:

- |   |
|---|
| <b>CAPÍTULO I: Quatro questões importantes antes de começar a estudar</b> |
| 1 - O lugar onde habitualmente trabalho e estudo                          |
| 2 - O ambiente da escola, de minha casa e "o meu".                        |
| 3 - O meu comportamento escolar.  |
| 4 - O meu rendimento escolar.   |
| <b>CAPÍTULO II: A minha maneira de organizar os estudos</b>               |
| 1 - Como faço e cumpre os meus horários.                                  |
| 2 - O meu material de estudo e trabalho, em ordem.                        |
| <b>CAPÍTULO III: Como utilizar o material escolar e o meu trabalho</b>    |
| 1 - Como utilizar os meus livros  |
| 2 - Uma leitura agradável e proveitosa.                                   |
| 3 - Como fazer resumos e esquemas.  |
| <b>CAPÍTULO IV: Aprender bem e que se estuda</b>                          |
| 1 - Memorizar   |
| 2 - O trabalho em grupo e o trabalho individual.                          |

**CAPÍTULO I - Quatro questões importantes antes de começar a estudar**

- |  |
|--|
| 1 - O lugar onde habitualmente trabalho e estudo.  |
| 2 - O ambiente da escola, de minha casa e "o meu". |
| 3 - O meu comportamento escolar.                   |
| 4 - O meu rendimento escolar                       |

**1 - O lugar onde habitualmente trabalho e estudo**

Sempre que seja possível, deves fazer os trabalhos escolares num lugar fixo de tua casa. Este lugar deve ser o teu laboratório de trabalho.

- É importante que este laboratório de trabalho reuna todas estas condições:
- A - Que te permita concentrar-te nos estudos. Isto significa não ter ruídos, nem distrações, nem interrupções, etc.
  - B - Que te permita trabalhar comodamente. Deves ter uma mesa de estudo, uma cadeira adequada, os teus livros e material escolar à mão, boa ventilação, temperatura e iluminação.
  - C - Que te permita pensar que "esse lugar é teu". O teu laboratório de trabalho é pessoal, íntimo, teu, porque é lá que realizas as mais importantes experiências, é aí que te vais formando cada dia mais um pouco.

**2 - O ambiente da escola, de minha casa e o "meu"**

O ambiente onde se trabalha tem muita importância, pois muitas vezes o resultado do trabalho depende dele. Deves ter em conta que quando estudas, rodeiam-te três tipos de ambiente: **A TUA CASA, A TUA ESCOLA E TU PRÓPRIO**.

- A - O ambiente da tua casa. A tua família, os teus pais, os teus irmãos, etc., têm muito a ver com o teu rendimento escolar. É bom que eles te aconselhem, te ajudem e te incentivem para que estudares mais e melhor. É igualmente bom que em tua casa haja um ambiente harmonioso, pois tudo isso faz com que te sintas bem e estudes melhor.
- B - MAS por vezes este clima não é assim, por várias razões, e então tu desanimes, preocupas-te e rendes menos nos teus estudos.
- C - DEVES ter em conta algo fundamental: **TU NÃO TESEN CULPA** de que em tua casa as coisas não corram como tu gostarias. O que podes fazer para melhorar a tua situação é **preparares-te para um dia poderes trabalhar naquilo que gostas e teres a tua autonomia**. Pensa que **O TEU TRABALHO ACTUAL É O ESTUDO**. Pensa que se triunfares nos teus estudos contribuirás para que tudo seja melhor para ti, para a tua família e para a própria sociedade.

Lisboa, 1997. Reproduzido com autorização de TEA Edições.  
Copyright © 1995 by CEGOC-TEA para a adaptação portuguesa. Edição CEGOC-TEA: R. Padre António Vieira, 3 - 1º 1070 LISBOA Proibida a reprodução total ou parcial. Todos os direitos reservados.  
ESTE EXEMPLAR ESTÁ IMPRESSO EM TINTA AZUL E NEGRA. SE TE APRESENTAREM UM EXEMPLAR APENAS A NEGRO É UMA REPRODUÇÃO ILEGAL. NÃO A UTILIZES. RESPEITA OS DIREITOS DE AUTOR

1

