



TÉCNICO

Burro velho não aprende línguas

Há vários exemplos de pessoas que deram contributos importantes na literatura, matemática, arte ou política, e que iniciaram tarde a sua carreira.



Luís Caldas de Oliveira

Para aqueles cuja atividade profissional foi afetada pela obrigação de confinamento, poderá ser sensato o conselho para aproveitar este período e retomar aquele projeto de aprender uma nova competência que, provavelmente, já várias vezes tentou iniciar.

Se é este o seu caso, poderá até já ter tentado seguir alguns vídeos ou iniciar um dos muitos cursos disponíveis *online*, apenas para descobrir que o seu interesse pelo projeto se vai dissipando, usando como justificação o ditado popular que serve de título a esta crónica. Poderá até pensar que este ditado estará relacionado com a perda de agilidade do seu cérebro e que aprender já não é para si. Há, no entanto, vários exemplos de pessoas que deram contributos importantes na literatura, matemática, arte ou política, e que iniciaram tarde a sua carreira.

Já pensou que o problema poderá não ser seu? A padronização dos conteúdos formativos é, normalmente, mais adequada a estudantes universitários do que aos seus requisitos e experiência profissional.

Antes de começar um novo projeto de aprendizagem, vale a pena dedicar algum tempo a perceber a razão para o fazer, que conhecimentos ou competências procura e qual será a melhor forma de as adquirir.

Esta fase, denominada de meta-aprendizagem, faz parte do processo de aprender a sua melhor forma de aprender, pois este poderá não ser o seu último projeto de aprendizagem.

O planeamento da aprendizagem não deverá ocupar mais de 10% do tempo total do seu projeto, mas deverá ajudar a perceber se a sua motivação é instrumental (se a aprendizagem é um meio para obter um fim, um novo emprego, por exemplo) ou se é intrínseca (a aprendizagem é um fim em si, como aprender a pintar).

Esta fase inclui também a identificação do que pretende aprender, como os conceitos que precisa de entender, os factos que terá de memorizar ou os procedimentos que precisa praticar, destacando os que parecem mais desafiantes.

A fase final do planeamento é a da escolha da forma como irá aprender. Para conhecer a forma tradicional de aprendizagem, reúna *curricula* de cursos e índices de livros. Em seguida, elimine aquilo que já sabe ou que não lhe parece útil para o seu objetivo e dê ênfase ao essencial, concebendo um plano de formação personalizado.

O próximo objetivo no processo de aprendi-

zagem é o de praticar a concentração. A vida profissional está repleta de estímulos e urgências que exigem reação, mas a aprendizagem necessita da reserva de períodos de tempo sem interrupções. Assim será mais fácil atingir aquilo a que os psicólogos chamam o estado de fluxo, uma imersão total na atividade que está a realizar.

Seguidamente, deverá ter em atenção que a sua aprendizagem está direcionada para um fim. Uma das dificuldades dos modelos tradicionais é a transferência da aprendizagem de uma situação abstrata da aula ou do livro para um problema do dia-a-dia. No seu caso, que sabe exatamente onde pretende aplicar o conhecimento, deve dirigir a sua aprendizagem para um problema ou uma situação concreta. Curiosamente, tem-se verificado que a aprendizagem autodirigida torna mais fácil a transferência para outras aplicações e tem a vantagem de oferecer resultados imediatos que reduzem a perda de interesse.

O passo seguinte é o de analisar as competências de que necessita para abordar a situação real e dividi-las em componentes que podem ser exercitadas em separado. Por exemplo, para aprender

a tocar guitarra, pode dirigir o processo para a reprodução de uma peça musical, mas precisa de a dividir em sequências de movimentos dos dedos com diferentes graus de dificuldade que podem ser treinados separadamente.

No planeamento do seu projeto deverá também ter identificado vários factos que precisará de memorizar. A melhor forma de o fazer não é a repetição da leitura ou da visualização do vídeo, mas exercitando o acesso à sua memória. Imagine que o seu cérebro guarda cada memória numa das gavetas de um armário e que precisa de as abrir regularmente para saber o que contém. Fazer um exercício ou tentar responder a uma pergunta obriga à procura da gaveta certa, enquanto a leitura da solução no livro irá ocupar uma nova gaveta.

Um passo importante do processo de aprendizagem é o de procurar obter *feedback* sobre os seus resultados, pois é possível que esteja a incorrer num erro que um especialista poderá corrigir com facilidade. A principal dificuldade é que o medo da crítica é, muitas vezes, mais incómodo do que a própria crítica. Pense que o especialista será o melhor apreciador do seu esforço, pois conhece bem as dificuldades por que está a passar.

A tudo isto dá-se o nome de aprendizagem autodirigida (*self-directed learning*), em que é o próprio aluno que adequa o processo de aprendizagem às suas características e objetivos pessoais. Se achou o tema interessante, recomendo a leitura do livro *Ultralearning*, de Scott Young, de onde retirei muitos dos conselhos que usei nesta crónica.

Finalmente, lembre-se que é a diferença que torna as coisas únicas. Depois de ganhar alguma familiaridade com o tópico da sua aprendizagem, tente ser criativo, experimentando formas e soluções diferentes. Agora que conhece o que os outros fizeram, consegue fazer o mesmo de forma diferente, ou conseguirá aplicar o que aprendeu num domínio diferente? Poderá ter chegado tarde a esta nova área, mas traz consigo uma experiência diferente de quem sempre nela trabalhou. Ser burro velho também tem as suas vantagens.

Professor de Empreendedorismo de Base Tecnológica
Professor de Computação e Sociedade
Instituto Superior Técnico

Recomendo a leitura do livro *Ultralearning*, de Scott Young

É a diferença que torna as coisas únicas. Depois de ganhar alguma familiaridade com o tópico da sua aprendizagem, tente ser criativo