

**derek rowntree**

---

Lector universitar principal pentru învățământul programat  
Institutul Pedagogic Brighton, Anglia  
Certificat Pedagogic de Profesor

**Învață  
CUM  
să înveți!**

Introducere programată în  
tehnica studiului eficient

**VOL 1**

**Editura Studențească**

**Editura Studențească**

București

C.P. 11-107

Tel: 093709101

**Redactor științific, traducere și  
adaptare:** Cezar Ioan

**Tehnoredactare:** Petru Albert

**Ioan Coperta:** Letiția Moldovan

**Ilustrația grafică:**

Gus, Virgil Partch, J.-P. Meuer, Cercle du  
bibliophile - Rencontre - Heron

**Copyright** © 1985 Derek Rowntree  
Ediția a șasea

© 2001 Editura Studențească

**ISBN: 973-98 838-1-8**

# CUPRINS

|  |    |
|--|----|
| <b>Prefața</b>   | 5  |
| <b>O mărturisire a editorului</b>                      | 12 |
| <b>Cap 1. De ce să înveți cum să înveți?</b>           | 15 |
| Problema   |    |
| Ce înseamnă a învăța                                   |    |
| Învățarea considerată muncă serioasă                   |    |
| Întrebări recapitulative                               |    |
| <br>   |    |
| <b>Cap 2. Cum să îți organizezi munca de învățare?</b> | 39 |
| Cât timp să înveți                                     |    |
| Întocmirea unui orar                                   |    |
| Cum să-ți folosești orarul                             |    |
| Lista activităților zilnice                            |    |
| Cum să-ți revizuiesti orarul                           |    |
| Cum să-ți organizezi ședințele de studiu               |    |
| Întrebări recapitulative                               |    |

### Cap 3. Cum să consulți o carte?

73

Răsfoirea

Întrebările

Citirea

Aducerea aminte Cum  
să recapitulezi

Întrebări recapitulative

## PREFAȚĂ

Te rog să o citești la început!

*Cartea de față este scrisă pentru **toți** cei care învață. Ea te va ajuta cu siguranță dacă ești student dar va fi de mare folos și pentru elevii din învățământul preuniversitar precum și pentru toți aceia care urmează o formă sau alta de învățământ. Fie că te afli la sfârșitul unui ciclu de școlarizare sau abia l-ai început, fie că ești sigur de tine sau ești temător, fie că ai succes ori ești predispus la nereușită, puținul timp consumat pentru a reflecta la modul în care înveți va fi pe deplin răsplătit.*

*Capacitatea de învățare nu este ceva cu care ne-am născut (așa cum e, de pildă, însușirea de a respira), ci este un ansamblu de deprinderi pe care ni le însușim treptat. Totuși, puțini dintre noi s-au gândit la "a învăța cum să înveți". Și mai puțini sunt aceia care au fost deja **învățați** cum să învețe. Acum însă, an cu an, cei care învață solicită din ce în ce mai stăruitor un **îndrumător** sau ghid despre cum se abordează în mod eficient problema învă-țării. Tocmai de aceea, unele instituții de învăță-*

*mânt organizează cursuri pe această temă. S-au scris deja diverse cărți despre tehnicile de studiu. Această carte "programată" îți propune să te familiarizezi cu câteva **tehnici fundamentale de învățare**, ceva mai repede decât o poți face prin intermediul unui curs.*

*Paginile următoare sper că te vor face să reflectezi critic asupra unui mod de învățare a cărui eficacitate a fost probată deja de un mare număr de elevi și studenți. Pe lângă dobândirea unui limbaj adecvat în care să discuți despre problemele de învățare cu profesorii și colegii tăi, vei avea prilejul să cercetezi câteva tehnici pe care am ales să le prezint în cartea de față. După ce le studiezi, vei putea, desigur, să le adaptezi la cerințele și posibilitățile tale **personale**.*

*Aceste tehnici se referă la planificarea și folosirea timpului pentru învățare, la utilizarea eficientă a unui manual, la îmbunătățirea capacității de a citi și a lua notițe, de a întocmi lucrări personale și de a te comporta la examene. Cea mai mare parte a cărții este "programată": ea solicită participarea **activă** și permanentă a cititorului. Totuși, două dintre capitole sunt în proză "normală" și îți se va cere ca acestora să le aplici ceea ce ai învățat din restul cărții.*

### 1. Cum se folosește această carte:

*Așa cum am spus, majoritatea paginilor care*

urmează sunt "programate". Aceasta înseamnă că, așa cum poți observa chiar acum dacă răsfoiești cartea, ele sunt împărțite (printr-o linie punctată, orizontală) în "**chenare**". Acestea nu sunt alese întâmplător, dimpotrivă: fiecare chenar constituie o unitate de învățare și, în plus, fiecare îți cere să realizezi o anumită sarcină, ori să răspunzi la o întrebare. În cazul întrebării, răspunsul corect este trecut la începutul chenarului următor, sub linie.

De exemplu, se poate cere să te gândești la cuvântul (sau cuvintele) care completează înțelesul unei fraze în care s-a lăsat un spațiu (sau mai multe):

Iar răspunsul corect se găsește mereu la începutul .....  
următor. — — — — —

**chenarului** (acesta este răspunsul corect pentru chenarul 1.)

2. Alteori îți voi cere să alegi care dintre **două sau mai multe** cuvinte se potrivește cel mai bine într-o frază. De exemplu:

Răspunsul corect la acest fel de întrebare se va afla la (**începutul / mijlocul / sfârșitul**) chenarului următor.

— — — — —

**începutul**

3. De asemenea, uneori îți voi pune o întrebare **directă** și va trebui să hotărăști răspunsul înainte

## Prefață

---

*de a trece la chenarul următor unde poți afla soluția propusă de mine. De exemplu:*

*Unde te aștepți să găsești răspunsul la **această întrebare?***

-----

**Imediat după linia punctată, deci la începutul acestui chenar!** *(Pe de altă parte, uneori se poate întâmpla ca răspunsul meu să fie diferit de al tău. În acest caz, desigur, vei hotărî singur dacă ai sau nu dreptate.)*

4. *Uneori îți voi pune o întrebare cum este cea de la sfârșitul acestui chenar: o întrebare cu răspunsuri la alegere, avînd două sau mai multe variante diferite. La acest tip de întrebări îți voi da fie numai răspunsul corect (la începutul chenarului următor, ca de obicei), fie voi nota cu o literă fiecare răspuns (ca mai jos) și, corespunzător răspunsului pe care l-ai ales, vei căuta în chenarul următor paragraful notat cu litera corespunzătoare.*
5. *De ce crezi că o carte programată îți pune mereu întrebări?*
- A** *Ca să caute să te încurce*
  - B** *Ca să te ajute să înveți*
  - C** *Ca să te verifice*
- (Caută răspunsul în chenarul următor!)*
- 

*De ce citești paragraful acesta? Nu este notat cu A, B sau C, așa încât nu corespunde cu nici unul*



*dintre răspunsuri. Dacă dorești să obții tot ce se poate dintr-un program (sau din orice altă expunere despre acel subiect), caută indicațiile care să te ajute să **evii** materialul ce nu-ți este necesar! Altminteri vei irosi o groază de timp. Te rog să revii la chenarul 4 și să hotărăști pe care dintre paragrafele notate cu litere dorești să-l citești!*

**A.** Sunt nevoit să-ți spun că ai greșit. Cu siguranță că nu voi încerca să-ți întind o cursă, așa cum credeai! Toate întrebările mele vor fi absolut c i n s t i t e . I a r d a c ă r e f l e c t e z i c u a d e v ă r a t l a p r o b l e m e l e p e c a r e ți l e v o i p u n e , a r t r e b u i s ă f i i î n s t a r e s ă l e r e z o l v i c o r e c t a p r o a p e d e f i e c a r e d a t ă . Î n t r e b ă r i l e , f i i s i g u r d e a s t a , a u u n s c o p f o a r t e i m p o r t a n t . T e r o g s ă r e v i i l a c h e n a r u l 4 ș i s ă c e r c e t e z i d e s p r e c e e s t e v o r b a !

**B.** Într-adevăr, acesta este scopul. Dacă citești ca să răspunzi la întrebări, întrebările te vor ține vigilent, te vor ajuta să te concentrezi, îți vor îndrepta atenția spre ideile cele mai importante și te vor face să-ți dai seama cât de bine le-ai înțeles. Pe scurt, întrebările te vor ajuta să înveți. Treci, te rog, la chenarul 6!

**C.** Verificarea nu este adevăratul scop! Întrebările pot fi considerate și verificări dar numai în sensul că ele te ajută să exerciți un control al propriului tău progres: nimeni altcineva nu trebuie să știe

## Prefață

---

rezultatele pe care le-ai obținut. Deci, întrebările dintr-un program nu au doar scopul de a-ți verifica cunoștințele, ci au un rol cu mult mai important. Revino la chenarul 4 și încearcă să stabilești care este acela!

6. *După cum vei fi observat, un răspuns greșit la o întrebare te poate duce la o nouă discutare a subiectului. În acest caz, uneori ți se va cere să încerci din nou.*

*Întrucât toate aceste întrebări sunt destinate să te ajute să înveți, este important să le tratezi corespunzător:*

**N.B. Întotdeauna să-ți stabilești răspunsul înainte de a-l confrunta cu cel corect, indicat în chenarul următor!**

*Te rog încearcă să-ți înfrângi tentația de a citi mai departe (dacă nu reușești asta, vei învăța mai puțin)! Îți recomand să acoperi pagina cu o foaie de hârtie pe care o poți deplasa cu mâna în josul paginii, descoperind succesiv doar câte un chenar nou. Nu descoperi chenarul care urmează înainte de a fi stabilit răspunsul pentru cel precedent!*

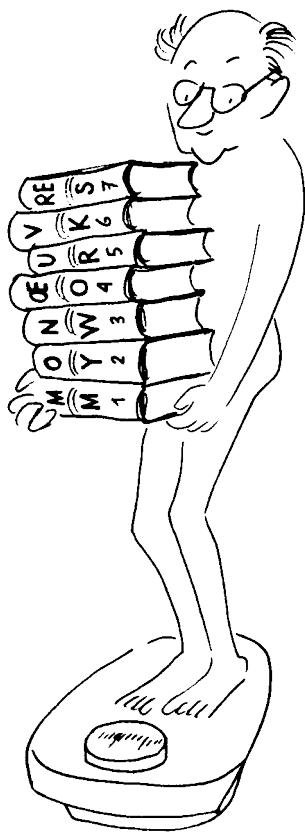
*Așadar, dacă vei urma sfatul meu, **vei/nu vei** putea afla răspunsul corect la această întrebare chiar în clipa de față.*

-----  
**nu vei** (Răspunsul ar fi fost acoperit.)

7. Găsește, deci, o foaie de hârtie sau de carton și folosește-o ca să acoperi chenarul care urmează.

Iată și alte **îndrumări și sugestii** care te vor ajuta să obții cât mai mult din această carte:

1. Citește capitolele în ordinea în care le-am numerotat.
2. Fă o pauză între un capitol și cel următor.
3. Nu citi mai mult de două capitole pe zi.
4. Eu arăt durata aproximativă necesară pentru fiecare capitol și este înțelept să nu începi un capitol nou dacă nu dispui de acel timp.
5. Dacă întrerupi studiul în cursul unui capitol, atunci, înainte de a relua de unde ai rămas, recitește chenarele anterioare pentru a-ți reîmprospăta memoria.
6. Pentru eficacitate maximă, discută subiectele programului cu profesorii și cu colegii, ori de câte ori ai ocazia.



... de ce să învăț cum să învăț?  
Simplu: ca să devin un "greu"!

## O mărturisire a editorului

*Te rog să o citești doar dacă dorești!*

Cărțile sunt, spunea cineva, ca și oamenii din existența noastră: cu unele ne întâlnim doar în treacăt, pentru o clipă sau două, apoi le uităm numele, chipul, timbrul... Cu altele suntem siliți să conviețuim, prin forța împrejurărilor; pe altele le știm doar din auzite dar nu ne e dat să ne bucurăm vreodată de tovărășia lor. În fine, cred că există cărți pe care le descoperim într-o zi ca din întâmplare, de care ne apropiem treptat, intrăm în dialog, iar în cele din urmă ne trezim cuprinși cu totul de farmecul lor... Pe acestea le purtăm toată viața în noi! Chiar dacă nu ne mai gândim zilnic la ele, chiar dacă ne ies în cale doar atunci când ștergem praful adunat pe rafturile bibliotecii sau când căutăm o altă carte (să fie asta o nedreptate?!...), ceva profund din natura lor rămâne pentru totdeauna în ființa noastră. Simțim prezența lor vie, caldă, undeva în spatele gândurilor, în acel spațiu intim, ferit de lama uitării... Așa este pentru mine cartea pe care v-o propun astăzi.

Când am citit-o pentru prima dată (să tot fie vreo 15 ani de atunci, eram elev printr-a zecea) am parcurs-o ca pe un roman! Pe nerăsuflăte, cu un amestec de uimire și nerăbdare, convins că voi afla dintr-odată răspunsul la toate întrebările... (Mă străduiam mult să învăț în acea vreme. Dar ce chin uneori, câte îndoieli în privința mea sau a vreunei materii căreia nu-i găseam rostul, cât timp irosit cu câte o lecție pe care o consideram imposibilă! Ce fadă îmi părea atunci școala, ce atrăgător fotbalul, cinematograful sau ștrandul!... La urma urmelor, eram și eu un elev ca mai toți din liceele noastre.) Nu reținusem prea multe din acea primă lectură dar, când am terminat-o, un lucru îmi era clar: întâlnisem cartea care îmi arăta, în sfârșit, ce înseamnă să înveți cu adevărat! Am hotărât imediat s-o reiau. Am recitit-o pe îndelete, sistematic, temeinic. Iar rezultatele nu

au întârziat să apară! Mă concentram mai bine, îmi aminteam ceea ce studiam cu mai multă precizie. Devenisem activ, lecțiile mi se păreau mai ușoare. Părea că totul se leagă!

De atunci, cartea m-a însoțit permanent: am reluat-o ca elev de liceu, apoi ca student și o revăd adeseori, acum, ca profesor. I-am învățat și pe elevii mei ceea ce învățasem eu însumi de la autorul englez. Iar astăzi, iată, grație bunăvoinței lui Derek Rowntree, am satisfacția să-i asigur reapariția printre noi.

### **Toți cei care învățăm avem nevoie de această carte!**

Ea ne destăinuie ceea ce școala neglijează (oare de ce?) adeseori: la școală, știm bine, toți ne învață totul și de toate dar prea puțin învățăm **cum anume** să învățăm!

Constantin Noica amintea cândva că școala cea mai bună este aceea care te învață să înveți. Vă invit să reflectăm împreună cu Derek Rowntree la sensul acestor cuvinte!...

# d e c e

să în vte c u nsă în vte?

- Problema
  - Ce înseamnă a învăța
- Învățarea considerată ca muncă serioasă
  - Întrebări recapitulative

***Durata de studiu: aprox. 25 min***

## **PROBLEMA**

De ce, ai putea foarte bine să întrebi, ar fi de așteptat ca să-ți petreci timpul citind și gândind despre cum să înveți? În definitiv, nu ți-ai petrecut oare cea mai mare parte din viață învățând?

Poate că așa este, dar ești oare sigur că **felul** de a învăța pe care l-ai practicat până în prezent va da rezultate acum, când te pregătești pentru examene?

De exemplu, iată câteva declarații despre cum se învață, făcute de un grup de elevi și studenți din Marea Britanie:

*Stau ore în șir la masa de lucru, dar cu prea puțin folos.*

*Mi se pare că pierd prea mult timp cu unele discipline și nu destul cu altele.*

*Îmi este greu să încep; tot amân mereu.*

*Este atât de dificil să-ți dai seama ce merită să înveți.*

*La prelegeri constat fie că nu iau deloc notițe, fie că scriu toate cuvintele pe care le rostește profesorul.*

*Mi se pare că nu mă pot fixa mult timp asupra unui subiect.*

*Nu am destul timp ca să pun totul la punct.*

Acestea sunt doar câteva exemple dintre numeroasele declarații asemănătoare. (Poate că vei reuși chiar să mai adaugi unul sau două din experiența



proprie.)

Câți dintre acești studenți par să fie **încrezători** în capacitatea lor de a învăța?

-----

*Nici unul dintre acești studenți nu pare să fie foarte sigur de el în privința învățării. (Și nici nu constituie ceva neobișnuit prin asta.)*

### **Standarde mai ridicate**

- 1.2** Cum se face că numeroși elevi trec prin școală fără prea multă bătaie de cap, pentru ca, ajunși la liceu sau la facultate să întâmpine dificultăți serioase? În parte, explicația este că aici li se cere mai mult decât în ciclul de învățământ anterior. Standardele sunt mult **mai ridicate**. Acela care a fost unul dintre cei mai buni elevi în școală poate constata că acum este sub medie, printre colegi care sunt mai buni decât el. Așadar, pe scurt, munca depusă, care odinioară i-ar fi asigurat gradul A- sau B+, acum poate să-i asigure doar gradul C- sau D+. *(Nota edit.: În Marea Britanie există un alt sistem de evaluare a performanțelor școlare; gradul maxim este A, corespunzător notei 10 la noi.)* Pentru a obține același succes și la facultate vei avea nevoie să înveți *(mai puțin, tot atât, mai mult?)* decât la școală.
- 

*Mai mult*

---

---

**1.3** Deci standardele mai ridicate te vor antrena la mai multă învățare decât în școală. Cu toate acestea, nu este vorba numai de volum, ci și de **felul** cum înveți, care trebuie să se schimbe. Dar de ce așa? La școală toată activitatea îți era organizată. Cu siguranță că ai avut:

- 1) orar complet;
- 2) lecții obligatorii în clasă;
- 3) perioade de pregătire individuală;
- 4) lecții speciale de făcut acasă, în cele mai multe seri;

Pe lângă toate acestea, știai probabil că profesorii:

- 5) îți vor urmări cu atenție progresul zilnic;
- 6) vor depista și corecta imediat orice rămânere în urmă;
- 7) se vor oferi chiar cu bunăvoință să te mediteze dacă există vreun risc de eșec la examen.

Pe scurt, nu trebuia să te preocupi prea mult de modul cum să-ți folosești timpul de lucru și știai că profesorii se vor asigura în fiecare moment că ai învățat.

Ai putea spune că toate acestea sunt valabile și la facultate?

-----

*Nu, cu siguranță că la facultate activitatea îți este organizată altfel.*

**Ești răspunzător**

**1.4** Acum ți s-a dat mult mai multă *răspundere* în

---

învățare. Petreci cu mult mai puțin timp la cursuri și este greu de crezut că orarul la facultate îți poate sugera când ar trebui să înveți acasă. Poți să-ți folosești timpul liber cu mult spor pentru lucru și odihnă, ori să-l irosești nefăcînd nimic care să fie destul de mulțumitor. Ți se cere să-ți programezi singur ocupațiile.

Profesorii pot să-ți dea câteva săptămâni ca să faci o lucrare personală scrisă și probabil că, până în ziua fixată pentru a o preda nici unul nu va verifica să vadă cum te descurci. Ți se va indica un volum amplu de bibliografie nouă de consultat, probabil fără să ți se spună că anumite texte trebuie să fie citite într-o anumită ordine. Cât de conștiințios te ocupi de aceste probleme de studiu, asta te privește personal.

Pe scurt, dacă reușești sau nu reușești să înveți, faptul depinde în primul rând de:

**A** - cât de bine poți să înveți?

**B** - cât de bine pot să predea profesorii?

- 
- 1.5 **A.** *E adevărat că profesorii pot contribui la crearea unui mediu stimulator pentru învățare dar asta nu e totuna cu a te învăța **cum** să studiezi. Încearcă să-ți creezi tehnici proprii de învățare, să-ți stabilești obiective proprii și să fii propriul tău îndrumător! Profesorii te vor sprijini și chiar îți vor stimula eforturile, însă răspunderea învățării îți aparține. Treci la chenarul 1.6!*

---

**B.** *Dacă într-adevăr crezi așa ceva, mai bine aruncă de pe acum prosopul sau fii gata să faci o cotitură hotărâtoare. În învățământul superior, în mod foarte corect accentul se pune pe studentul care învață, mai curând decât pe profesorul care predă. Te rog să recitești paragraful A înainte de a trece mai departe!*

-----

## **Cum înveți?**

- 1.6** Pentru a te ajuta să-ți dai seama de modul actual de învățare, iată un chestionar rapid. Examinează cu atenție fiecare întrebare și răspunde cinstit, scriind "da" sau "nu".
1. Îți stabilești un orar sau program de studiu pentru fiecare zi?
  2. Dacă îți stabilești un orar, reușești să îl respecti în totalitate?
  3. Înveți de obicei în același loc?
  4. Ți se pare dificil să te apuci de lucru la începutul perioadei de cursuri?
  5. Terminii la timp lucrarea scrisă?
  6. Te străduiești să iei parte la dezbaterile din timpul cursurilor chiar dacă profesorul nu te solicită în mod expres?
  7. Dacă întâmpini dificultăți la învățare, discuți despre asta cu profesorii sau cu psihologul liceului (facultății)?
  8. Cauți vreodată să-ți analizezi munca de învățare doar ca să-ți dai seama unde s-ar putea să ai

---

dificultăți?

9. Atunci când te hotărăști să înveți o lecție, faci mai întâi o răsfoire a materialului și abia apoi treci la citirea amănunțită?

10. Treci frecvent peste tabele și grafice atunci când le întâlnești într-un text?

11. Dacă întâlnești un cuvânt pe care nu îl cunoști, consulți un dicționar?

12. Crezi că elevii care învață bine se bazează în primul rând pe memorie?

13. Când iei notițe folosești prescurtări (adică o serie de cuvinte-cheie și de fraze, în loc de text continuu)?

14. La ore (cursuri) iei notițele atât de repede pe cât poți să scrii?

15. Păstrezi la un loc toate notițele referitoare la o disciplină?

16. Folosești intenționat cunoștințele dobândite la un curs ca să te ajute la un alt curs; stabilești frecvent conexiuni între lecții diferite?

17. Când trebuie să memorezi ceva, cauți de obicei să realizezi acest lucru într-o singură ședință de lucru?

18. Găsești că e greu să-ți exprimi părerile în scris?

19. Dacă ești supus pe neașteptate unui examen sau unui test, obții o notă mică?

20. Stai până târziu să înveți în noaptea dinaintea examenului?

**Scrie mai întâi răspunsurile înainte de a trece la chenarul următor!**

## Capitolul 1 / Ce înseamnă a învăța

---

- 1.7 Chestionarul la care ai răspuns acum se bazează pe acela care a fost încercat cu un mare număr de studenți. Studenții merituoși, mult mai des decât cei slabi, au avut tendința să dea răspunsurile următoare:

1. Da    2. Da    3. Da    4. Nu    5. Da    6. Da  
7. Da    8. Da    9. Da    10. Nu    11. Da    12. Nu  
13. Da    14. Nu    15. Da    16. Da    17. Nu    18. Nu  
19. Nu    20. Nu

Dacă recitești întrebările, ca și aceste răspunsuri, poate îți vei forma o idee despre modul de învățare care duce la succes. Dacă aceste răspunsuri se deosebesc mult de cele pe care le-ai dat, e bine să-ți modifice deprinderile de învățare.

### CE ÎNSEAMNĂ A ÎNVĂȚA

Înainte însă de a începe discutarea problemelor de învățare și ce se poate face pentru a o simplifica, mai bine vom încerca să ne punem de acord cu privire la ce înseamnă **a învăța**.

Poate că învățarea o practici de atât de mult timp, încât nu te-ai mai gândit să-i dai o definiție. Ei bine, încearcă acum: **Ce înseamnă a învăța?**

**Scrie** o definiție înainte de a trece la chenarul următor!

- 
- 1.8 Din păcate, nu pot spune care este definiția pe care
-

---

ai dat-o. Totuși, o poți compara cu definițiile următoare. Cu care dintre aceste definiții ale învățării ești cel mai mult de acord?

**A.** Să audiezi o serie de prelegeri și să te apuci de lucru.

**B.** Să îți se predea tot ce trebuie să știi despre un subiect.

**C.** Să memorezi principalele teme dificile.

**D.** Să urmărești sistematic înțelegerea.

**E.** Să pregătești trecerea unui examen dificil.

**F.** Să-ți dedici toate gândurile și resursele pentru a învăța.

**G.** Nu pot fi de acord cu nici una dintre aceste definiții.

-----

**1.9 A.** *În acest caz ai luat o atitudine oarecum pasivă. A urmări o expunere constituie deseori o parte a învățării, însă nu o parte necesară. Dacă erai destul de hotărât ca să-ți alegi propriile obiective pentru învățare și să stabilești modul în care să le realizezi, nu ai fi urmat pe nimeni și totuși ai fi învățat. Cum așa? Te rog să revii la chenarul 1.8 și să examinezi celelalte definiții!*

**B.** *Credeam că ne-am înțeles: acum porți răspunderea învățării. Renunță la pretenția de a îți se preda totul: timpul acela a trecut! Învățământul superior te obligă în mare măsură să te descurci singur. (În plus, nimeni nu a învățat vreodată "tot ce trebuie să știe" despre un subiect.) Te rog să te reîntorci la chenarul 1.8 și să cauți o definiție*

*c*  
*e*  
*v*  
*a*



---

mai realistă!

**C.** Aceasta este mai curând o definiție bună pentru "toceală" decât pentru învățare. Nu ești un burete apt doar să absoarbă fapte și cifre. Ești o ființă omenească avînd însușirea de a gândi și a înțelege ideile. Toate informațiile de care avem nevoie le putem păstra în cărți, pe filme, în calculatoarele electronice: **rolul omului nu este de a înmagazina informațiile, ci de a le folosi în mod diferențiat și constructiv.** Va trebui ca metodele pe care le aplici pentru a învăța să reflecte această accentuare. Te rog să revii la chenarul 1.8 și să cauți o definiție mai bună!

**D.** Această definiție pare să fie cea mai bună dintre toate (deși poate că nu tot atît de bună ca aceea pe care ai dat-o tu). Ea evidențiază importanța înțelegerii (mai curând decât a simplei aduceri aminte). Indică rolul activ al studentului: acela de a urmări singur realizarea obiectivelor de studiu în loc să se lase condus de profesori. De asemenea, introduce cuvîntul "sistematic", ce implică aprecierea chibzuită a mijloacelor de a atinge un scop specificat. Treci, te rog, la chenarul 1.10!

**E.** Este un lucru bun să ai scopuri bine definite, însă învățarea trebuie să-ți servească mai mult decât să-ți permită doar să treci un anumit examen. **Învățarea "în vederea examenului" poate foarte ușor să se transforme în toceală.** Nu este destul numai să "înghiți" informațiile pe care să le "reverși" mai târziu în sala de examen.

---

*Învățarea*

---

va trebui să te antreneze la a gândi și a înțelege subiectul, iar reușita la examen va fi doar un rezultat auxiliar al acestor activități. Te rog să te întorci la chenarul 1.8 și să cauți o definiție mai bună!

**F.** Ei bine, ai evidențiat măcar gândirea și folosirea

efortului, însă am impresia că depășești măsura. Ar fi un fel foarte chinător și sărăcăcios de a învăța dacă nu ți-ai păstra nici un gând sau o rezervă de energie pentru alte activități omenești, de exemplu pentru distracție și odihnă. Te rog să revii la chenarul 1.8 și să cauți o definiție ceva mai puțin totalitară!

**G.** Eu aș fi gândit că avem aici o colecție de păreri destul de acceptabile. Poate că există două sau mai multe și nu te poți hotărî pe care dintre ele să o alegi. Poate că definiția pe care o dai este atât de diferită, încât nimeni altcineva nu putea să o fi prezis. Propun să folosești prima ocazie ca să discuți împreună cu profesorii sau colegii tăi definiția pe care ai dat-o învățării. Ai putea, de asemenea, să revezi cu folos toate paragrafele precedente (comparînd pe fiecare cu răspunsul respectiv) înainte de a trece la chenarul 1.10.

## 1.10

**Învățarea** te îndeamnă să-ți fixezi scopuri și să-ți alegi metode, să rezolvi probleme, să faci încercări sau experiențe, să culegi informații, să deosebești faptele de păreri, să compari faptele și să cântărești

---

pă  
re  
ril  
e,  
pr  
ec  
u  
m  
și  
să  
ca  
uț  
i  
d  
o  
ve  
zi  
și  
ad  
ev  
ăr  
ur  
i.

*(Remarcabilă caracterizare a învățării! Încearcă să desfășori aceste acțiuni ca să te asiguri că înveți cu adevărat! - nota edit.)*

Ea îți cere să analizezi și să critici nu numai propriile tale idei, ci și pe acelea ale altor oameni.

Va trebui să întocmești notițe concise și recapitulări care să te ajute să-ți amintești și să-ți limpezești gândurile; va trebui să te exprimi în mod clar și precis în scrierea lucrărilor personale.

De fapt, vei folosi toate resursele critice de care dispui pentru a prelucra rapid și eficace informațiile atunci când îți croiești drum spre scopuri definite. Dacă, în vederea continuării discuției, accepți definiția precedentă pentru învățare, **cât timp** crezi că vei învăța?

-----

*Ei bine, ți-am cerut părerea. A mea este că "învățarea" este un lucru pe care va trebui să-l faci tot restul vieții. (Probabil că mereu vei culege și aprecia idei noi, le vei corela cu ceea ce știai și poate le vei explica și altora.)*

## **ÎNVĂȚAREA CONSIDERATĂ CA MUNCĂ SERIOASĂ**

- 1.11 Învățarea este în parte o atitudine mentală dar este totodată o **muncă serioasă** care, la fel ca oricare alta, posedă propriile ei abilități și deprinderi de lucru ce trebuie să fie învățate. Desigur, este nevoie de timp și bătaie de cap ca să înveți cele mai

---

eficace moduri de a efectua orice muncă, astfel încât să nu faci un lucru de mântuială. Dar, odată învățate, deprinderile bune de muncă economisesc pe viitor mari cantități de timp (din timpul tău). Sincer vorbind, învățarea va fi totdeauna o muncă serioasă. Însă tehnicile studiului eficient vor face ca această muncă să fie:

- A mai grea?
  - B mai ușoară?
  - C inexistentă?
  - D productivă?
- 

**1.12** *A. Numai în înțelesul că, este mai greu la început să înveți a înota craul sau bras, atunci când tot ce știi este să calci apa. Dar când ai învățat metoda mai eficientă poți să avansezi mult mai repede. Tot așa este și cu tehnica învățării. Revino la chenarul*

*1.11 și chibzuiește din nou la răspunsul dat!*

**B.** *Poate că ai dreptate într-o anumită măsură. Tehnicile eficiente de studiu îți vor permite să obții rezultate mai bune într-un timp mai scurt și este foarte posibil să te simți mai puțin stresat decât înainte. Cu toate acestea, eu cred că te vei simți totuși lucrînd din greu, însă cu încurajarea de a ști că obții rezultate. Citește paragraful D care urmează mai jos!*

**C.** *Nici vorbă de așa ceva! Învățarea cere o*

*greă. Totuși, munca greă nu este întotdeauna fructuoasă;*

---

*g  
â  
n-  
di  
re  
cr  
iti  
c  
ă  
și  
a  
c  
e  
a  
st  
a  
i  
m  
pl  
ic  
ă  
m  
er  
e  
u  
o  
m  
u  
n  
c  
ă*

---

poate fi îndrumată greșit și atunci nu dă rezultate. Scopul tehnicilor eficiente, în învățare ca și în oricare altă ocupație, este de a conduce la certitudinea că munca ta încordată nu este inutilă. Poate că va trebui să muncești tot așa de greu, însă vei avea încrederea că obții rezultate. Te rog să revii la chenarul 1.11 și să alegi un răspuns mai bun!

**D.** *Tehnicile eficiente vor face munca grea mai*

*productivă. Adică, pentru un volum dat de muncă vei obține mai multe realizări. Cantitatea și calitatea rezultatelor se vor îmbunătăți. Vei realiza mai mult într-un timp dat. În loc de a trage din greu simțind totuși că lucrul te copleșește, vei munci din greu avînd satisfacția de a ști că obții rezultate. Treci, te rog, la chenarul 1.13!*

## **Importanța motivației**

- 1.13** Există obstacole pe care trebuie să le înfruntăm. Nu toți studenții sunt într-adevăr pregătiți să depună efortul intelectual și munca necesare pentru a-și forma deprinderi noi de învățare. Unii cred că pot să se descurce așa cum sunt. Aceștia, pur și simplu, nu au o **motivație** pentru învățare.

Lipsa de motivație este, evident, un dușman de moarte al învățării eficiente. Ea duce la apatie, plictiseală și la o dorință generală de a amâna totul pentru o altă zi. Studenții fără motivație sunt **lipsiți de imbold și de imaginație**, iar la ei spiritul de

---



cerc  
etar  
e  
este  
de  
obic  
ei  
mor  
t.  
Fac  
**nu**  
**mai**  
**ce**  
**li**  
**se**

---

**spune** (și asta în silă). Nu se pot concentra și întâmpină dificultăți ca să-și reamintească cele ce au învățat.

Cunoști studenți care să se conformeze acestei descrieri? Ai vreo idee **de ce** sunt lipsiți de motivație?

-----

*Este aproape sigur că trebuie să cunoști câțiva studenți care consumă cam puțină energie sau imaginație în munca de învățare. Totuși, nu întotdeauna este ușor să spui de ce.*

- 1.14** O primă justificare pentru motivația slabă a unui anumit student poate fi faptul că el nu mai este îmboldit de către profesorii săi din școală și nu știe exact cum să se descurce acum, când trebuie să se gândească și să se planifice singur.

O altă cauză ar putea fi **lipsa de scop**: poate că el nu are scopuri sau obiective spre care să tindă. Înainte de a trece la chenarul următor, oprește-te un moment și răspunde la această întrebare:

**De ce** ai venit la facultate?

-----

- 1.15** *Există multe răspunsuri posibile și ești singurul care îți cunoști propriul răspuns.*

Iată câteva dintre cele posibile:

1. Pentru că vreau să îmi mulțumesc părinții / profesorii / prietenii / rudele etc.
-

- 
2. Pentru că am reușit bine în școală.
  3. M-a atras viața socială.
  4. Deoarece doresc să devin învățător / sudor / medic / instalator etc.
  5. Nu știam ce altceva să fac.
  6. Ca să-mi completez educația.
  7. Ca să îmi completez cunoștințele din domeniul de specializare care mă interesează.

Evident, este probabil că toate aceste justificări pentru înscrierea la facultate nu-l vor determina pe student să ia în serios munca de învățare.

1. Care este justificarea *cea mai puțin probabilă*, în sensul de a sprijini motivația unui student?
2. Care este *cea mai probabilă*, în sensul de a i se impune ca motivație?

-----

1. *Probabil varianta 5, urmată imediat de 3.*
2. *Aproape sigur variantele 4 sau 7, împreună cu varianta 6 (oarecum pe locul al doilea).*

1.16

Oricare ar fi valoarea altor justificări posibile pentru prezentarea la facultate, studentul care urmărește să-și facă o **profesie** (4) sau să-și completeze cunoștințele în **domeniul său de specializare** (7) este acela care, cu cea mai mare probabilitate, își va forma o atitudine profesională față de munca de învățare.

Desigur că, **lipsa** de interes pentru domeniul

spec  
ializ  
ării  
sale  
cons  
titui  
e  
dese  
ori  
cauz  
a  
moti  
vați  
ei

---

---

**slabe** a unui student. Ce ai recomanda să facă un student dacă el ar fi în mod sigur **lipsit** de interes față de **întregul** domeniu al specializării sale?

-----

*Studentul pe care nu-l interesează nimic din domeniul ales al specializării ar putea foarte bine să fie sfătuit să **renunțe** la el imediat și să înceapă a căuta ceva care l-ar putea satisface.*

- 1.17 Totuși, uneori unele aspecte ale domeniului de specializare sunt mai puțin interesante decât altele. Trebuie să învățăm să ne obișnuim și cu situația aceasta. Ne revine sarcina de **a acorda interes** părților plicticoase, altminteri acestea vor dăuna performanței noastre în domeniul ales.

Care ar fi cea mai bună cale de a trata aceste părți neinteresante ale domeniului de specializare?

- a) Să nu le iei în seamă, sau
  - b) Să le lași deoparte pentru mai târziu, sau
  - c) Să te ocupi de ele.
- 

*c. Să te ocupi de ele.*

- 1.18 Să fii **deosebit** de activ pentru disciplina care te atrage cel mai puțin! Încearcă să afli de ce este importantă. Discută cu profesorii și studenții pe care *îi interesează* disciplina respectivă: ce îi face să fie atrași? (Entuziasmul altora poate fi uneori
-

---

contagios.)

Atacă subiectul din diferite puncte de vedere. Nu te mărgini la un singur profesor sau la un singur manual: află cum îl abordează alți profesori; răscolește biblioteca și caută cărți care să te familiarizeze cu materia respectivă!

În primul rând, încearcă să legi subiectul neinteresant de altceva care te interesează **cu adevărat**. (La predare, aceasta trebuie să se facă pentru alții, iar când înveți, trebuie s-o faci pentru tine.) Amintește-ți că învățarea este în fond o **asociere** și cu cât pozezi mai multe cunoștințe și ai mai mult interes, cu atât vei avea mai multe elemente cu care să asociezi ideile noi.

Așadar, cu cât ai învățat mai mult, cu atât îți va fi (*mai greu / mai ușor?*) să înveți lucruri noi.

-----

*mai ușor*

- 1.19** Se pare că ideile noi sunt "dificile" ori neinteresante atunci când nu ai "cuiere" (cunoștințe) de care să le agăți. Crearea acestor "cuiere" (construindu-ți baza pentru un subiect) pare grea la început, însă cu timpul va deveni din ce în ce mai ușoară, chiar plăcută. Nu există o motivație mai bună decât aceea de a vedea că ai făcut progrese!

Deci, nu întotdeauna ne putem baza pe interesul care acționează ca **stimul**; în unele cazuri trebuie să considerăm interesul drept **fruct** al

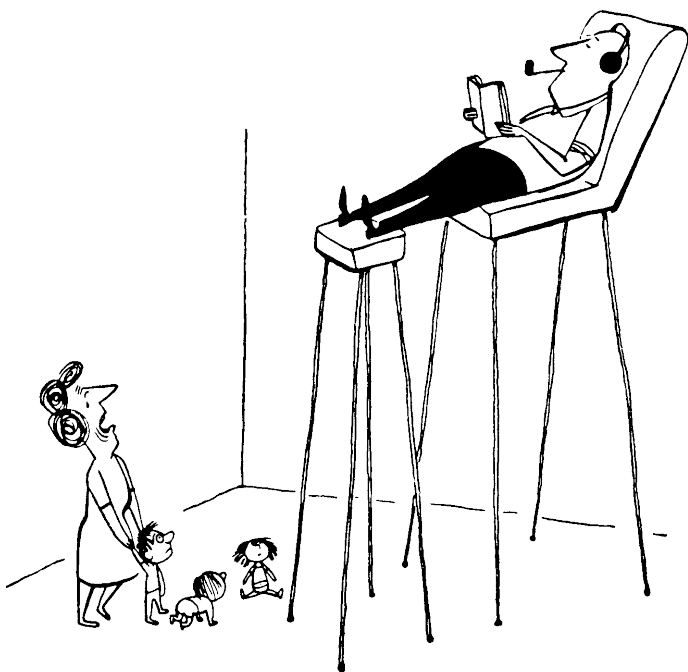
---

---

învățării. Dacă un subiect vital nu a devenit încă interesant, îți revine sarcina de a-l face să fie așa, printr-un **efort de voință** și prin **angajare**.

**N.B. Înainte de a trece la chenarul următor, oprește-te câteva momente ca să notezi, pe scurt, punctele *principale* pe care ți le *amintești* din acest capitol!**

---



Costele, ăsta micu` zice  
să mai faci și-o recapitulare!



## ÎNTREBĂRI RECAPITULATIVE

Cele șase chenare care urmează cuprind întrebări care te vor ajuta să-ți verifici memorarea punctelor principale din acest capitol. Dacă găsești că unele întrebări sunt prea grele, te poate ajuta recitirea chenarelor indicate între paranteze, la sfârșitul întrebării.

- 1.20 Care sunt cele două deosebiri principale între a învăța la școală și a învăța la facultate (chenarele 1-5)?

-----

*Vei fi confruntat cu standarde mai ridicate și va trebui să-ți asumi mai multă răspundere pentru ceea ce înveți.*

- 1.21 Cum ai defini învățarea? (chenarele 6-10)

-----

*Oricare ar fi definiția pe care o dai, sper ca ea să implice un rol **activ** al studentului, o manieră **sistematică** de învățare și importanța **înțelegerii** (mai curând decât a memorării).*

-----

- 1.22 Când crezi că vei renunța să "înveți" în sensul pe care l-ai dat acesteia? (chenarele 10-11)

-----

*Sper că niciodată!*

1.23

Dacă înveți tehnicile de studiu, te aștepti:

- a) să înveți fiecare subiect exact în același mod?
  - b) să-ți petreci mai mult timp învățând?
  - c) să realizezi mai mult într-un timp dat?
  - d) să înveți totul fără efort? (chenarele 11-12)
- 

c) *să realizezi mai mult într-un timp dat.*

1.24

Care sunt cei **doi** dintre următorii studenți ce vor avea **cea mai bună** motivație pentru învățarea tehnicilor eficiente de studiu?

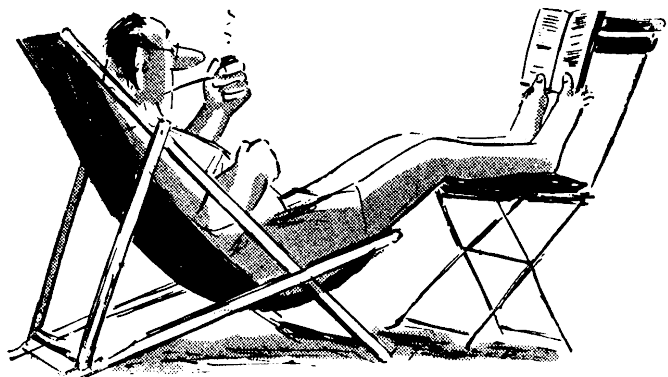
1. Un bărbat care a obținut rezultate bune la școală și al cărui scop principal de înscriere la facultate este acela de a deveni căpitanul echipei de fotbal, ca și al celei de crichet.
  2. O fată care a avut întotdeauna o pasiune pentru arheologie și care dorește să facă cercetări după ce termină facultatea.
  3. Directorul comerțului exterior, care este plătit de întreprinderea sa pentru a învăța franceza și germana și consideră că perspectiva carierei sale depinde de media generală pe care o obține.
  4. Bărbatul de vârstă mijlocie care își dă seama că nu a reușit în viață, însă crede că totul se va îndrepta dacă va putea să intre la facultate ca să se specializeze într-un domeniu oarecare.  
(chenarele 14-16)
-

- 1.25 Ce trebuie sã facã un student dacã își dã seama cã nu-l intereseazã domeniul de specializare ales? (chenarele 17-19)

-----

*Dacã numai cãteva pãrți din domeniul ales sunt neinteresante, trebuie sã caute noi mijloace de a le face sã fie interesante: sã consulte pe alți profesori, sã citeascã alte cãrți, sã le asocieze cu ceea ce îl intereseazã etc. Dacã aproape tot domeniul nu i se pare interesant, trebuie sã se gândeascã în mod serios sã renunțe la el.*

Când ești gata, treci la capitolul 2!



Urmează, oare, un capitol greu?

# C U M

## să îți organizezi ziua d e î n v ă ț a r e ?

- Cât timp să înveți
- Întocmirea unui orar
- Cum să-ți folosești orarul
- Lista activităților zilnice
- Cum să-ți revizuiеști orarul
- Întrebări recapitulative

*Durata de studiu: aprox. 35 min.*

## De ce te îngrijorezi?

- 2.1 Dacă te asemeni în vreun fel cu majoritatea studenților, atunci ai avut de suferit din cauza uneia sau a mai multora din următoarele probleme de învățare:
1. Ai impresia pur și simplu că nu ai făcut tot ce trebuia.
  2. Toată munca ți-o faci cu întreruperi dese și obositoare.
  3. Ai nevoie de mult timp ca să începi o perioadă de învățare.
  4. Pierzi timp sărind de la un obiect de studiu la altul.

Există **o singură cale** ca să rezolvi sau (chiar mai bine) să eviți astfel de probleme ce te frământă. Această cale, experimentată cu succes de mii de elevi și studenți constă în **planificare** și **organizare**. Trebuie să **planifici**: cât timp îți este necesar să acorzi pentru învățare; când și ce discipline vei învăța; ce ai de gând să realizezi în fiecare ședință destinată studiului. Trebuie să **organizezi** astfel lucrurile, încât aceste scopuri să poată fi atinse.

Cu o planificare efecace poți să obții mai mult, într-un timp (*mai scurt / egal / mai lung?*)

*mai scurt* (Ești **sigur** că vei face mai mult în același timp.)

---

## CÂT TIMP SĂ ÎNVEȚI?

2.2 Primul pas pentru a-ți organiza munca este să stabilești timpul pe care îl ai la dispoziție. Evident, într-o săptămână există  $7 \times 24 = 168$  ore, însă nu toate vor fi disponibile pentru a învăța.

În fiecare zi vei consuma aproape **o treime** din timp pentru somn și poate câteva ore pentru a mânca și pentru alte ocupații casnice necesare. De asemenea, în cele mai multe zile va trebui să faci diferite drumuri și să participi la unele prelegeri și cursuri (ori să te duci la serviciu, dacă nu ești numai student). Ești singurul care poți să socotești și să stabilești cât timp îți va rămâne din cele 168 ore ale săptămânii.

Rămâne să hotărâști modul în care timpul rămas va trebui să fie distribuit între ..... și odihnă.

---

### *Studiu*

2.3 Odihna și activitățile distractive (sport, dans, conversație, cluburi și asociații, cinema și teatru, vizite etc.) sunt vitale pentru o permanentă bunăstare și trebuie să le păstrezi în orarul pe care ți-l faci. Din fericire, cu cât îți planifici mai mult munca, cu atât vei găsi mai mult timp liber pentru relaxare. **Fiecare săptămână** îți permite:

1. Cel puțin o zi neocupată (complet liberă).
2. Poate o dimineață, o după-amiază și o seară

înveți

---

libere (de preferat în zile diferite).

Chiar și atunci când ai adunat la un loc timpul pentru masă, somn, deplasări, cursuri și pentru perioadele neocupate, vei constata că ți-a rămas încă la dispoziție un timp apreciabil. Iată cazul lui Bill Smithers ale cărui ocupații săptămânale sunt:

|                               |        |
|-------------------------------|--------|
| somn                          | 56 ore |
| mese                          | 21     |
| deplasări                     | 12     |
| cursuri                       | 24     |
| recreație (2 zile lucrătoare) | 20     |
| TOTAL:                        | 133    |

(probabil mai mult decât folosești tu?)

Scăzute din cele 168 ore ale săptămânii, acest student dispune în mod teoretic de încă ..... ore pe care le-ar putea folosi pentru a învăța.

-----  
35 ore (Acest student consumă de fapt mai mult timp decât majoritatea studenților pentru mese, deplasări și participare la cursuri. Dacă îți socotești **singur** repartitia timpului, vei constata - în cazul că nu ai și un serviciu - că îți rămân ceva **mai mult** decât 35 ore disponibile.)

2.4 Dar să privim lucrurile în față: puțini studenți au folosit vreodată 35 ore săptămânal pentru a învăța acasă, cu excepția perioadei de agitație finală pentru pregătirea examenelor.

Așadar, cât timp ar trebui să folosești pentru

---



învățare? Eu propun să-ți planifici pentru început **un minim de 40 ore de lucru săptămânal** care să includă prelegeri, seminarii, lucrări practice și toate celelalte activități programate la care trebuie să participi, **precum și** învățarea acasă.

Astfel, Bill Smithers, cu cele 24 ore de cursuri, ar trebui să folosească minimum ..... ore pentru a învăța acasă.

-----

*16 ore* (Asta îi asigură un total săptămânal minim de 40 ore de lucru.)

**2.5** Observă că am pus accentul pe intervalul **minim** de timp! Treptat va trebui să poți lucra cu mult mai mult decât 40 ore pe săptămână. Dar nu este bine să pornești cu un plan prea ambițios, de care nu este posibil să te ții la început.

Este mult mai bine să pornești cu un plan de lucru modest și să-ți formezi deprinderi bune de muncă; pe urmă, de îndată ce ai căpătat obișnuința de a studia sistematic și cu succes, vei constata că poți să adaugi ici și colo câteva ore fără să te "sufoci" câtuși de puțin.

În care trimestru este cel mai probabil să ai nevoie de a învăța **mult peste** 40 ore săptămânal?

-----

*Ei bine, probabil vei avea nevoie să pui accentul pe efort în orice trimestru în care ai un*

---

*examen sau o lucrare practică pe teren; iar în ultimele două trimestre ale perioadei de școlarizare se poate foarte bine să dorești 50 ore săptămânal sau mai mult.*

## ÎNTOCMIREA UNUI ORAR

2.6 Nu te mulțumi să spui "Atunci e-n regulă, am să fac 40 ore pe săptămână!" și să speri că totul va ieși cum trebuie. Ca să fii sigur că îți atingi baremul necesar, vei avea nevoie să-ți întocmești un orar.

În primul rând stabilește:

1. Exact câte ore sunt disponibile pentru învățat acasă? 40 **minus** orele de curs = probabil între 15 și 30 ore.
2. Cum trebuie să fie **distribuite** aceste ore într-o săptămână?
3. În care **părți ale zilei** trebuie să le folosești?
4. Cum trebuie să fie repartizate pe obiecte aceste ore?
5. Care este **durata minimă** pentru o ședință de învățare?

Să răspundem mai întâi la ultima întrebare. Care este cea mai scurtă ședință de învățare utilizabilă? Propun să iei ca unitate de măsură a timpului de studiu **durata normală a unui curs la facultate**; în felul acesta vei fi în stare să folosești în cele mai bune condiții posibile timpul liber dintre cursurile pe care le frecvențezi.

Propun deci ca ședințele de studiu să ți le

---

planifici în grupe de cel puțin ..... minute.

-----  
*eventual 45-90 minute?*

2.7 Gândești cumva: "Dar nu pot să realizez nimic în 45 minute." Această înseamnă că de obicei trebuie să pierzi 10 din cele 45 de minute ca să te hotărăști ce să faci în celelalte. De îndată însă ce te-ai deprins să-ți planifici ceea ce dorești să faci **înainte** de a sosi timpul să studiezi, vei constata că poți folosi cu spor chiar și intervale scurte de timp.

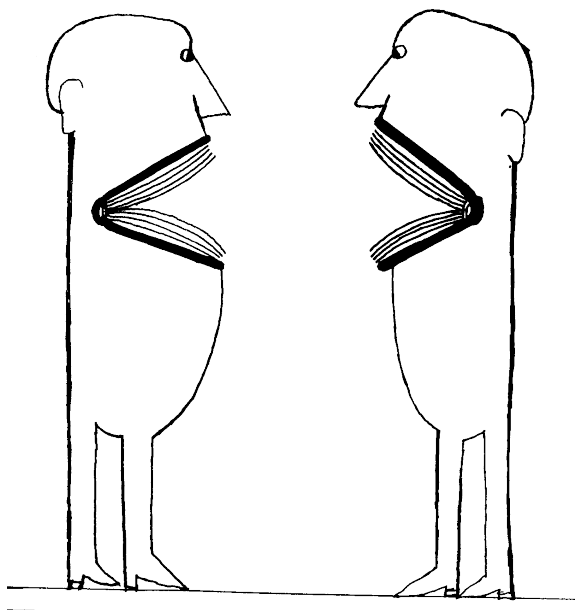
Așadar, poate că îți trebuie 18 ore pentru învățat și urmează să cauți în orar "ferestre" de câte 45 minute sau mai mult. Ca să-ți atingi baremul va trebui ca mai multe dintre aceste ferestre să le repartizezi pentru studiu. Prin urmare, îți vei organiza astfel timpul, încât luna dimineață să studiezi 45 minute, luna seara 2 ore, marțea după-amiază 1 1/2 ore ș.a.m.d.

Care dintre aceste două planuri posibile ar fi cel mai indicat să te ajute să utilizezi cu folos timpul de studiu de luna dimineață?

- a) Să hotărăști a folosi 45 minute pentru a învăța în general, sau
- b) Să hotărăști a folosi 45 minute pentru a învăța la matematică.

-----  
b) *Te hotărăști a folosi 45 minute pentru a învăța la matematică.*

---



- Învăță mai întâi la mate! ...  
- Ba, mai bine la muzică!

## Ce să înveți?

2.8 Planificarea folosirii timpului de învățare este un mijloc sigur de a te ajuta să-l întrebuințezi în mod productiv. Timpul pentru învățat să-l atribui totdeauna unor **obiecte precise**, nu doar învățării în general!

Dar cum îți **repartizezi** timpul la diferitele obiecte de învățământ? Evident, unele necesită mai mult timp din cauză că sunt mai importante pentru domeniul tău de specializare sau pentru că implică mult de citit ori de redactat.

De asemenea, poți hotărî acordarea priorităților în raport cu cât de ușoare găsești că sunt diferitele discipline alese. Încearcă să întocmești o listă a acestora, începînd mai întîi *cu acelea pe care le găsești că sunt cele mai grele* și la urmă cele care te necăjesc cel mai puțin. Presupunînd că toate obiectele de învățământ au aceeași importanță, acelea care se află la (**începutul/sfârșitul**) listei vor trebui să ocupe o parte mai mare din timpul rezervat pentru studiu.

---

### *Începutul*

2.9 Vorbînd în general, este înțelept să-ți ocupi mai mult timp cu cele mai grele obiecte de învățământ. Totuși, să-ți revezi listele la fiecare 2-3 săptămâni, căci pe măsură ce avansezi, problemele dificile se vor deplasa probabil de la un obiect la altul.

---

## Când să înveți

Astfel va trebui să fii în stare să-ți repartizezi timpul de studiu pentru diferitele obiecte de pe listă. Însă, în ce loc din orarul săptămânal îți vei implanta ședințele de studiu? O bună regulă generală este de a plasa măcar unele dintre aceste ședințe **cât mai aproape de orele de curs** ale obiectului respectiv. (Dacă e cumva posibil, chiar în aceeași zi.)

Dar când anume: **înainte** sau **după** ora de curs? Asta depinde de ceea ce se face la curs.

Când ar fi momentul cel mai util pentru o **ședință de studiu** dacă la ora de curs se face:

1. o simplă prelegere informativă (înainte sau după?)
2. un seminar sau o dezbatere (înainte sau după?)

-----  
1. *după* (prelegere informativă).

2. *înainte* (seminar sau dezbatere).

- 2.10** O ședință de studiu care urmează imediat **după o prelegere** poate fi folosită ca să-ți revezi notițele, să verifici dacă într-adevăr ai înțeles ce s-a spus și să cauți referințele indicate. O ședință de studiu imediat **înainte de un seminar/dezbatere** îți oferă ocazia de a citi temeinic datele de bază care te vor ajuta să participi efectiv la discuții.

Un alt factor care influențează alegerea zilelor

---

de studiu pentru un anumit obiect este **temperamentul** propriu. Este posibil, de exemplu, să constăți că marțea este cea mai potrivită zi pentru a aborda cunoștințe noi, ori deosebit de dificile, în timp ce vinerea ești prea obosit ca să faci altceva decât să citești informații generale.

Ce ar trebui să faci în privința acestor dispoziții temperamentale diferite atunci când îți planifici orarul pentru învățat?

- a) Să încerci să le învingi, sau
- b) Să ții seama de ele, sau
- c) Să le ignori.

-----

b. *Să ții seama de ele.* (Repartizează obiectele cele mai dificile în zilele când te simți în forma bună.)

2.11 Întrebarea următoare este:

*Care parte din zi o vei destina căror obiecte?*

Cele mai grele obiecte se învață cel mai bine:

- a) dimineața? sau
- b) după-amiaza? sau
- c) ca ultimă ocupație, seara?

-----

a. *dimineața* (Când ești probabil cel mai odihnit?)

2.12 Trebuie să admitem că parțial, programarea în cuprinsul zilei a unei ședințe de studiu depinde neapărat și de temperament. Mulți studenți sunt atrași de farmecul lucrului de noapte și simt că acesta le dă puteri noi atunci când toți ceilalți

---

dorm. Însă, în dimineața următoare această atracție poate să pară exagerată, dacă te duci împleticindu-te, cu ochii "cârpiți" la prelegerea de la ora 9.

Ar trebui să fii în stare acum să-ți completezi **orarul** ținând seama de:

1. Cursurile regulate (programate de facultate).
2. Ședințele de studiu, fiecare de cel puțin ..... minute și fiecare destinată pentru un anumit ..... (și unele dintre ele plasate ..... de orele de curs).
3. Un timp de lucru total (1 și 2 împreună) de cel puțin ..... ore pe săptămână.
4. Cel puțin ..... întreagă pe săptămână rezervată sigur pentru activități recreative.
5. Timpul care poate fi folosit pentru recreație sau pentru ..... suplimentar, atunci când este nevoie.

-----  
2) 45; *obiect; aproape*; 3) 40; 4) o zi; 5) *lucru*.

## Un model de orar

- 2.13 Pentru exemplificare să consultăm orarul (vezi pag. următoare!) întocmit de Joe Grice, un student din anul întâi la un institut de învățământ pedagogic pentru învățători. Joe are circa 19 ore de curs pe săptămână, astfel că, pentru a ajunge la 40 și-a programat 21 ore pentru studiu. Acest timp a hotărât să-l repartizeze la următoarele opt discipline.



| <b>Discipline</b>   | <b>Durata (ore)</b>             | <b>Observații</b>  |
|---|---------------------------------|--|
| Geografie   | 6 h 30`                         | Specializare principală. Atribuit timpul maxim.  |
| Pedagogie   | 5 h 45`                         | De fapt găsește că acest curs este mai pretențios decât obiectul principal dar este sigur că va găsi timp liber în plus pentru învățat în cursul zilei programate în întregime pentru pedagogie.   |
| Dramatizare   | 2 h 45`                         | Specializarea secundară a lui Joe. Începe prin a-i acorda un timp modest dar crede că poate va trebui să îl mărească mai   |
| Limba engleză<br>Educație fizică<br>Arte și meserii<br>Muzică<br>Matematică | 1 h<br>1 h<br>1 h<br>1 h<br>2 h | Despre 4 dintre cursuri (toate referitoare la cum să se predea aceste obiecte în școală) Joe crede că are nevoie de puțin timp ca să se pună la curent. Matematica a fost totdea- una punctul lui slab și se hotărăște să-i acorde un timp |
| <b>Total</b>  | <b>21 h</b>                     |  |

Gândindu-se că vreuna din aceste estimări se poate dovedi insuficientă (și dându-și seama că o ședință de studiu poate fi folosită uneori în alt scop), Joe a rezervat 6 ore (joi seară și vineri după-amiază) pe care ar putea să le utilizeze pentru a “aduce la zi” vreo problemă importantă, lucrînd suplimentar. În caz contrariu, aceste ore le va folosi pentru un plus de recreere.

Oare cât învață cei mai mulți dintre studenții pe care îi cunoști: **mai mult** sau **mai puțin** decât Joe?

-----

**2.14** Orarul lui Joe pretinde probabil **mai mult** timp de

învățat decât folosesc efectiv majoritatea studenților (vezi pagina următoare!). Totuși, poți să observi că:

1. Numai o singură dată începe să lucreze înainte de ora 9,30 dimineața.

2. Termină lucrul în fiecare seară la ora 21.00.

3. Are pauze comode pentru mese în timpul zilei.

4. Este liber toate duminicile, o mare parte din sâmbete, precum și o după-amiază și o seară în timpul săptămânii.

Pe scurt, el dispune de mai mult timp liber decât cei mai mulți intelectuali și oameni de afaceri, și chiar mai mult decât va avea el însuși de îndată ce își va începe cariera!

În orarul prezentat poți să observi **unde** și-a plasat Joe ședințele de studiu **individual** în raport cu orele de la curs!

Astfel, una din cele două ore de curs la geografie

|       | Luni               | Marti      | Miercuri         | Joi                     | Vineri                  | Sambata               | Duminica                              |
|-------|--------------------|------------|------------------|-------------------------|-------------------------|-----------------------|---------------------------------------|
| 9,00  |                    |            |                  |                         |                         |                       |                                       |
| 9,30  |                    |            |                  |                         |                         |                       |                                       |
| 10,00 | MATE               | Pedagogie  | DRAMA-<br>TIZARE | LIMBA<br>ENGLEZĂ        | GEOGRAFIE               | L<br>I<br>B<br>E<br>R | L<br><br>I<br><br>B<br><br>E<br><br>R |
| 10,30 | cafea              | cafea      | cafea            | cafea                   | cafea                   |                       |                                       |
| 11,00 | MUZICA             | PEDAGOGIE  | DRAMA-<br>TIZARE | Pedagogie               | GEOGRAFIE               |                       |                                       |
| 12,00 | Mate               |            |                  |                         |                         |                       |                                       |
| 12,30 |                    |            |                  |                         |                         |                       |                                       |
| 13,00 |                    |            |                  |                         |                         |                       |                                       |
| 13,30 | prânzul            | prânzul    | prânzul          | prânzul                 | prânzul                 | prânzul               |                                       |
| 14,00 | Drama-<br>tizare   | PEDAGOGIE  | Geografie        | Educație<br>fizică      | Liber sau<br>recuperări | Geografie             |                                       |
| 15,30 |                    |            |                  |                         |                         |                       |                                       |
| 16,00 | ceai               | ceai       | ceai             | ceai                    |                         | ceai                  |                                       |
| 16,30 | ARTE ȘI<br>MESERII | PEDAGOGIE  | GEOGRAFIE        | Limba<br>engleză        |                         | Geografie             |                                       |
| 17,00 |                    |            |                  |                         | EDUCAȚIE<br>FIZICĂ      |                       |                                       |
| 17,30 |                    |            |                  |                         |                         |                       |                                       |
| 18,00 |                    |            |                  |                         |                         |                       |                                       |
| 18,30 | cină               | cină       | cină             | cină                    | cină                    | cină                  |                                       |
| 19,00 |                    |            |                  |                         |                         |                       |                                       |
| 19,30 | Arte și<br>meserii | Pedagogie  | Drama-<br>tizare | Liber sau<br>recuperări | Geografie               | Liber                 |                                       |
| 20,00 | Muzică             | Matematică | Liber            |                         | Pedagogie               |                       |                                       |
| 20,30 |                    |            |                  |                         |                         |                       |                                       |
| 21,00 |                    |            |                  |                         |                         |                       |                                       |

**N.B.** Orele de curs sunt scrise cu majuscule. Ședințele de studiu sunt scrise cu litere mici.

(miercuri și vineri) este o prelegere, cealaltă este o dezbatere. Poți spune care este una și care alta?

-----  
*Dacă Joe a urmat sugestia pe care am dat-o în chenarul 2.10, atunci **miercurea** va fi ora de **dezbatere**, deoarece a planificat ședința de studiu **imediat** înaintea ei; **orele de vineri**, avînd ședința de studiu în acea seară, reprezintă probabil o **prelegere**.*

## CUM SĂ-ȚI FOLOSEȘTI ORARUL

2.15 Deci, chiar la prima ocazie (ca uneori astăzi) planifică-ți orarul pentru ce ai de studiat avînd grijă să nominalizezi fiecare ședință! (Dacă ai nevoie de precizări, consultă-te cu profesorul.) Unde crezi că este cel mai bine să-ți păstrezi orarul de îndată ce l-ai completat:

- pe perete, chiar deasupra patului, unde îl vei vedea în fiecare dimineață;
- într-un carnet pe care-l porți mereu cu tine;
- vizibil din locul în care înveți?

-----  
b. *Într-un carnet pe care-l porți permanent.* (Trebuie să-l poți consulta oricând!)

## LISTA ACTIVITĂȚILOR ZILNICE

2.16 În fiecare dimineață să te uiți la orarul de lucru ca

să controlezi ce obiecte de învățământ ai planificat să înveți și la ce oră. Treci apoi mai departe. Întreabă-te **ce anume** ai de gând să faci la fiecare disciplină. Cu cât ești mai precis, cu atât vei fi mai sigur că vei obține rezultate mai bune din munca depusă.

Fă o listă cu tot **ce trebuie să faci** în ziua aceea. Joe Grice, de exemplu, putea să-și fi făcut lista pentru o zi de **joi** în felul următor: "Să verific referințele și să planific o lucrare personală despre "torente". Să ascult benzile cu poezii ale copiilor și să fac însemnări pentru o lecție următoare. Să verific notițele la fiziologie; să le corectez unde e cazul. Să termin exercițiile de întocmire a hărții, ca pregătire pentru seminarul de mâine."

Consultă-ți lista (ca și orarul) în diferite momente ale zilei.

Dacă la sfârșitul zilei constăți că nu ai făcut tot ce figura pe listă, ce-ai putea hotărî să faci în privința asta?

-----  
*Ei bine, trebuie să te hotărăști singur și asta depinde de cât de urgente sunt acele lucruri. O soluție ar putea fi să le adaugi la lista pentru ziua următoare.*

**2.17** Oricum, chestiunea principală este că planificarea orarului de studiu pentru o **săptămână** te ajută să-ți

dai seama de obiectivele care vor trebui să fie urmărite în fiecare zi.

Totuși, primul orar nu este fix și mereu valabil. Experimentează-l o săptămână și apoi întreabă-te cât de reușit a fost! Ai putut să-l respecti? Ai învățat la materiile pe care ți le-ai propus în intervalul de timp stabilit? Ai realizat tot ce ți-ai propus?

Dacă răspunsul la oricare dintre aceste întrebări este "Nu", ce ai putea să faci pentru orarul de bază înainte de a începe săptămâna următoare?

— — — — —  
*Cu siguranță că ți-ai modifica orarul ținând cont de toate dificultățile pe care le-ai întâmpinat. (Ai putea avea nevoie să-ți rearanjezi timpul de studiu, să-ți repartizezi altfel orele pentru învățat sau chiar să introduci **mai multe** ore.)*

## CUM SĂ-ȚI REVIZUIEȘTI ORARUL?

**2.18** Reamintește-ți că orarul inițial este doar o bază folositoare de la care să pornești la lucru; vei avea nevoie destul de des să-l examinezi cu un ochi critic, ca să vezi dacă sunt necesare unele modificări provizorii sau permanente. De exemplu, poate va trebui:

1. Să te ocupi mai mult de un proiect nou sau de o sarcină specială, sau
  2. Să-ți modifice repartizarea timpului pe obiecte din cauza schimbării dificultății lor relative, ori
  3. Să compensezi timpul de lucru pierdut, pentru
-

un motiv sau altul, în săptămâna precedentă.

**Cât de des** ți-ai examina orarul cu intenția de a-l modifica la nevoie?

-----

**La începutul** fiecărei săptămâni din lună, **dacă ești înțelept.**

**2.19** Gândește-te bine, atunci când îți verifici orarul pentru săptămâna ce vine! Dacă știi tema unei lucrări personale care trebuie să fie gata peste 6 săptămâni, acum este momentul să o planifici și să începi a o citi. La fel, dacă te aștepti în curând la lucrări de control sau examene, nu lăsa recapitularea pentru ultimul moment! Ședințele de recapitulare sunt mai folositoare dacă sunt **distribuite în timp** în loc de a fi îngrămădite la un loc. Încearcă să te gândești la munca din cadrul fiecărei săptămâni în raport cu trimestrul întreg, cu anul întreg și cu întreaga perioadă petrecută în facultate.

Ce reacție ai față de aceste sugestii despre planificarea studiului pentru săptămâna următoare?

- A. Cred că nu va reuși.
- B. Cred că merită să încerc.
- C. Nu am tipul de personalitate corespunzător.
- D. Cred că ar cere prea mult timp.

**2.20 A.** *Experiența ne arată altceva! Studenții care-și planifică lucrul au totdeauna un avantaj față de cei care trec ușor de la un obiect de studiu la altul.*

---

*Cei ce planifică posedă un simț mai puternic al scopului și al priorităților și ei obțin mai multe realizări în timpul ce le stă la dispoziție. Poți să critici planificarea pentru alte motive, dar nu pentru că nu dă rezultate. Ea le dă! Te rog să revii la chenarul 2.19 și să-ți reconsideri răspunsul!*

**B.** *Aceasta mi se pare că este atitudinea justă. Multe mii de studenți au învățat să-și planifice munca și aproape totdeauna au confirmat cât de mult li s-au îmbunătățit performanțele. Ei au un simț mai puternic al scopului și al priorităților și obțin mai multe realizări în timpul de care dispun. În primele faze, desigur, poți întâmpina unele dificultăți silindu-te să planifici, dar nu te lăsa; de îndată ce ai dobândit îndemânarea, te vei mira cum de ai putut mai înainte să-ți irosești atât de mult timp. Treci, te rog, la chenarul 2.21!*

**C.** *Dacă nu-l ai, nimeni nu îl are. Să precizăm: planificarea este calea prin care se face o treabă cât mai repede posibil și cu cea mai puțină bătaie de cap. Să nu-mi spui că dorești într-adevăr să balmăjești totul, fără să știi ce ai să faci de la un moment la altul și să consumi probabil de două ori mai mult timp decât este necesar pentru fiecare obiect de studiu!*

*Fapt este că, multe sute de studenți care la început*

*au avut aceeași reacție, au fost surprinși să constate cât de mult li s-a îmbunătățit performanța de*



îndată ce au încercat în mod serios să-și planifice

*munca pentru o perioadă de probă. În ciuda celor ce știi, poate că tocmai tipul de personalitate pe care îl ai să ofere cel mai mare avantaj. Te rog să te gândești la asta și, în orice caz, citește alineatul B precedent!*

**D.** *Cu siguranță că poate va trebui să-ți petreci o*

*seară întreagă întocmindu-ți primul orar. Pentru asta e nevoie de multă gândire. Dar după aceea, câteva minute pe săptămână vor fi de ajuns pentru a-l ține la zi. De fapt, acest timp va fi unul răsplătit prin productivitatea mărită, drept rezultat al întocmirii unui orar care să-ți reamintească exact ce ai planificat să faci în fiecare unitate de timp. Înainte de a continua, te rog să recitești alineatul B!*

## **CUM SĂ-ȚI ORGANIZEZI ȘEDINȚELE DE STUDIU**

**2.21** Așadar, cu un orar de studiu bine planificat ar trebui să poți începe fiecare zi cu o listă despre ce ai **de făcut** în ședințele de studiu.

Dar unii studenți zic: “Chiar atunci când știu ce ar trebui să învăț, totuși nu reușesc să realizez destul de mult în timpul dat.” Seara de “învățare” tipică a unui astfel de student se poate foarte bine desfășura cam în felul acesta:

Termină cina (și șueta) pe la ora 19,30 (avea intenția să termine la 19). Se așează la birou, însă primele 15 minute le petrece umblînd să caute hârtie și cărți, să ascută creioane, să întoarcă ceasul

---

etc. Începe să scrie. Constată că stiloul trebuie umplut. Se duce să împrumute cerneală de la un prieten din cealaltă cameră. Găsește prietenul cu un grup de studenți discutînd despre o nouă formație pop. Stă să-și exprime punctul de vedere. În curînd își amintește că trebuia să învețe. În silă, se înapoiază în cameră. Lucrează intens următoarele 20 minute. Își aduce aminte de un disc nou L.P. pe care l-a cumpărat. Desigur că poate să îl pună ca muzică de fond când lucrează. Atenția este acum împărțită între pickup și citit. Începe să se gîndească la week-end. Iese să telefoneze prietenei lui. Se înapoiază și descoperă că e ora 22 și nu prea a făcut mare lucru. Următoarele 40 minute le-a petrecut frenetic (dar fără speranță) încercînd să recupereze timpul pierdut. A doua zi spune prietenilor că "și-a petrecut toată seara învățînd". Și crede asta, căci își amintește numai cât a fost totul de obositor.

Ți s-a întîmplat vreodată așa ceva?

-----  
*Răspunsul pe care îl dai trebuie neapărat să fie "Da" căci, într-o măsură mai mare sau mai mică, asta ni s-a întîmplat tuturor.*

- 2.22** Această irosire a timpului este cel mai mare obstacol pentru a învăța serios, iar singurul remediu cunoscut constă în *planificare* și *hotărâre*. Planifică precis ce rezultate dorești să obții; fii hotărât să le dobîndești!
-

---

## Ce vrei să înveți?

Când îți întocmești lista zilnică pentru ce ai de făcut, fii **cât mai precis posibil** în privința a ceea ce intenționezi să faci în fiecare ședință de studiu (vezi chenarul 2.16). Cu cât ești mai precis, cu atât ești mai stimulat să o respecti. Să te gândești de fiecare dată la ceea ce dorești să realizezi, în loc de a te gândi doar la cât timp este nevoie să consumi!

În continuare vei găsi trei variante posibile pe care un student le-ar putea trece pe lista sarcinilor de îndeplinit. Care dintre ele i-ar da cel mai bun imbold ca să-și folosească timpul în mod eficace?

- "Să mă ocup o oră de *Statistica pentru științele sociale*" sau
- "Să mă ocup o oră de capitolul 5 din *Statistica pentru științele sociale*" sau
- "Să citesc și să fac o recapitulare a capitolului 5 din *Statistica pentru științele sociale*."

-----

c. "Să citesc și să fac o recapitulare a capitolului 5 din *Statistica pentru științele sociale*." (Cu cât scopul este mai precizat, cu atât este mai probabil să lucrezi concentrat și să-ți îndeplinești sarcina în cel mai scurt timp convenabil!)

## Unde să înveți

- 2.23 În mod ideal, ar trebui să poți învăța oriunde, într-o bibliotecă liniștită sau într-un autobuz aglomerat.

---

Dar să privim lucrurile în mod realist. Cei mai mulți dintre noi nu putem să ne izolăm de elementele din jurul nostru care ne distrag. Așadar, este necesar să înveți într-un loc cât mai lipsit de lucruri noi și de oameni noi care ar putea să-ți abată atenția.

De asemenea, ai nevoie de un loc pe care îl consideri strâns legat de noțiunea de a învăța serios. În acest mod te poți transpune în **starea de spirit** adecvată chiar din clipa în care te-ai așezat la lucru.

Deci, crezi că ai învăța mai bine în

**A.** *alt* loc în fiecare zi?

**B.** *același* loc în fiecare zi?

---

- 2.24 **A.** *Într-un fel, s-ar putea să ți se pară că e reconfortant să te duci în alt loc zilnic. Dar pentru că ar fi atât de multe aspecte, sunete, mirosuri și senzații noi în fiecare zi, atenția ți-ar fi distrasă cu totul de la lucru! (Asta nu te-ar ajuta chiar deloc.) În plus, vei pierde ocazia de a forma o asociere între un loc anumit și muncă; o astfel de asociere poate constitui un sprijin psihologic foarte folositor. Te rog să citești aliniatul B care urmează!*
- B.** *Locurile familiare (ca, de exemplu, chiar dormitorul unde înveți, ori un colț favorit de la bibliotecă) oferă probabilitatea de a fi mai puțin distras decât locurile noi. Și, prin permanenta asociere a*

lucrului cu un anumit loc, poți căpăta **deprinderea**

---

să te apuci de lucru chiar atunci când sosești în  
acel loc. Trece, te rog, la chenarul 2.25!

**2.25** Cât privește condițiile în care înveți, asigură-te că  
acel loc este bine iluminat și aerisit corespunzător,  
nici prea cald, nici prea rece. (Evident, poate să fie  
greu să ai totul după plac dacă locuiești în casa  
altuia.) Cu cât vei fi mai puțin atent la ce se află  
împrejur atunci când înveți, cu atât va fi mai bine.  
Să-ți aduci aminte că studiul este o muncă serioasă.  
Care dintre următorii trei studenți este mai probabil  
să-și îndeplinească efectiv munca:

- a. întins pe pat, sau
- b. așezat la masa de lucru, sau
- c. cufundat într-un fotoliu foarte confortabil?

-----  
b. (la masă)

**2.26** Cea mai bună poziție pentru învățat este de a sta  
normal la un birou sau la o masă. Patul poate fi  
atrăgător însă, de îndată ce te-ai culcat este pro-  
babil să îți se facă somn. Din același motiv, chiar și  
un fotoliu te poate împiedica să înveți bine.

Deci, încearcă să rămâi la locul normal pentru  
învățat! Procură-ți lumină destulă, nu lăsa aerul să  
se îmbâcsească sau să fie prea cald ori prea rece și  
fii atent să nu te faci prea comod! **Rămâi treaz!**

După ce ai hotărât scopul ședinței de studiu și te-ai  
așezat la locul convenit, ce ar urma să faci?

---

- 
- a. Să aștepti îndemnul de a lucra, sau
  - b. Să te apuci imediat de lucru, sau
  - c. Să începi un fel de acțiune de "încălzire".
- 

b. *Să te apuci imediat de lucru.*

## **Pornirea**

**2.27** A învăța cu folos este în mare măsură o problemă de bune deprinderi, iar a te apuca imediat de treabă este cel mai bun lucru. Nu aștepta să-ți vină dispoziția, căci poți aștepta o veșnicie! Nu trebuie să te "încâlzești" în vreun chip aparte. Încălzește-te și capătă dispoziție apucându-te de lucru. Nu te mulțumi doar să stai, **fă ceva!**

De exemplu, ai putea să începi prin a-ți revizui notițele de la curs. Ori, ai putea încerca să așterni pe hârtie punctele principale pe care ți le amintești din ultima lucrare pe care ai făcut-o la acel obiect. De fapt, este un sacrificiu bun pentru început să-ți petreci **primele cinci minute** ale oricărei ședințe de studiu **revăzînd** ce ai făcut data trecută în privința aceluși obiect. Și este **preferabil** să notezi câte ceva.

După ce ai început prin a ..... ceea ce ai făcut data trecută, problema devine atunci aceea de a ști cum să ..... (*care ar fi problema?*).

-----

*revedea; te concentrezi* (Cum să faci asta va fi problema celor mai mulți oameni.)

---



---

## Concentrarea

**2.28** Te poți antrena să te concentrezi și să-ți menții atenția, dar asta cere voință și stăruință. Următoarele sugestii te pot ajuta:

1. Dacă găsești că e greu să te concentrezi asupra unui subiect anumit, începe prin a-l învăța numai pe **porțiuni foarte mici!** Nu-ți sacrifică o seară întreaga doar ca să nu realizezi nimic. Încadrează în 45 minute ceea ce trebuie să faci. Dacă și asta este o perspectivă înspăimântătoare, o reduci de-a dreptul la, să zicem, 20 minute, dar să ai ceva bine **definit** de făcut! Trebuie să-ți dovedești singur că poți să te ții ferm de treabă, chiar dacă numai pentru un răstimp foarte scurt. Treptat vei putea să realizezi un timp stabil de **cel puțin** 45 minute.

2. Dacă te surprinzi că visezi cu ochii deschiși sau că te abați de la obiectiv, **oprește-te** imediat! În afară de faptul că ai neapărată nevoie de a te opri, concentrează-ți din nou atenția asupra lucrului pe care cauți să-l termini!

3. La fiecare oră de învățat vei avea poate nevoie de o întrerupere de circa 5-10 minute (sau două întreruperi mai mici). Ridică-te, plimbă-te prin cameră și gândește-te la altceva! Dar fă o pauză precisă și apoi apucă-te imediat de lucrul pe care îl făceai!

Așadar, dacă găsești că e greu să te concentrezi, folosește perioade foarte ..... de lucru, .....  
visarea în clipa când se produce și socotește când

---

să faci întreruperi totalizând ..... minute la fiecare oră de lucru.

-----

*scurte, oprește, 10*

- 2.29** Un alt sprijin în favoarea concentrării este de a face **însemnări**. Încearcă să întocmești un fel de rezumat despre ceea ce ai învățat. Pe lângă faptul că aceasta te activează și te ține atent, însemnările te vor ajuta mai târziu la recapitulare.

### **Terminarea ședinței de studiu**

Încearcă să **nu** oprești o ședință de studiu la un punct dificil al subiectului! Altminteri vei dori mai puțin să reiei lucrul data viitoare. Caută să termini cu o chestiune **interesantă**, una care să fie destul de plăcută ca să reiei subiectul!

Folosește ultimele cinci minute rezervate studiului pentru a **rememora** ce ai învățat și pentru a verifica încă o dată totul. (Deseori aceasta este cea mai importantă parte a învățării.)

Prin urmare, o ședință de studiu de o oră ar putea să înceapă cu ..... minute pentru revizuirea lucrului făcut mai înainte, apoi o pauză de ..... minute pe la mijloc și să se încheie cu ..... minute pentru a revizui ce ai lucrat în acea ședință.

-----

5, 5-10, 5



Concentrare ...

- 2.30** Astfel, va trebui să poți întocmi un orar pentru învățat, să găsești un loc convenabil pentru lucru, să hotărăști precis ce rezultate dorești să obții în fiecare ședință și cum să le obții.

**N.B. Înainte de a trece mai departe, oprește-te un moment să-ți notezi punctele principale pe care ți le amintești din acest capitol.**

Treci apoi la chenarul 2.31!

---

## ÎNTREBĂRI RECAPITULATIVE

Întrebările din chenarele următoare te vor ajuta să-ți îmbrospătezi memoria. Dacă nu ești sigur de un răspuns, poți să te uiți înapoi la chenarele care sunt indicate la sfârșitul întrebărilor.

- 2.31 Câte ore am propus să folosești pentru învățat (ședințe de studiu și cursuri) într-o săptămână normală? (Chenarele 4,5)

-----  
*cel puțin 40*

- 2.32 Ca să fii sigur că-ți atingi baremul de ore pentru învățat și că le valorifici bine, trebuie să-ți planifici un ..... de lucru pentru săptămâna ce urmează. (Chenarele 6-14).

-----  
*Orar*

- 2.33 Care *crezi* că este durata minimă pentru o ședință de studiu utilă? (Chenarele 6,7)

-----  
*Ar trebui să poți utiliza în mod efectiv o oră sau chiar mai puțin, numai dacă ai un plan pentru fiecare ședință.*

- 2.34 Fiecare ședință din orarul săptămânal trebuie să fie
-

## Capitolul 2 / Întrebări

destinată nu doar pentru "învățat", ci și pentru (ce?)  
(Chenarele 7, 8)

-----

*un anumit obiect de învățământ*

- 2.35 Pentru ce fel de oră de curs ai planifica o ședință de studiu
1. imediat *după*,
  2. imediat *înainte*? (Chenarele 9, 10)
- 

*1. prelegere informativă 2. seminar-dezbatere*

- 2.36 Cât de des trebuie să-ți consulți orarul după ce l-ai întocmit?
- a. Niciodată, sau
  - b. O dată pe săptămână, sau
  - c. O dată pe zi, sau
  - d. De mai multe ori pe zi. (Chenarele 15, 16)
- 

*d. de mai multe ori pe zi*

- 2.37 În fiecare dimineață trebuie să te uiți la orar ca să verifici când vei învăța pentru diferitele discipline pe care le-ai programat. Ca să fii sigur că obții rezultate bune din aceste ședințe de studiu va trebui să faci o listă cu (ce?). (Chenarele 16, 17)
- 

*cu sarcinile de îndeplinit în acea zi*

- 
- 2.38** Iată lista cu sarcinile pe care le are de îndeplinit un student. Pe care dintre ele crezi că este în stare să le realizeze (a) cu *cea mai multă* și (b) cu *cea mai puțină* eficacitate? De ce? (Chenarele 16, 22, 23)
1. Să-și ocupe dimineața cu meteorologia.
  2. Să scrie o lucrare personală la istorie pe baza unei scheme sumare.
  3. Să recapituleze pentru examen.

-----

a 2, b 3

Varianta 2 cuprinde cea mai clară și specifică descriere a unei sarcini de îndeplinit; varianta 3 este cea mai imprecisă.

- 2.39** Care este cea mai bună cale pentru a începe o ședință de studiu? (Chenarele 26, 27)

-----

Să te apuci *imediat* de lucru (eventual revăzînd ce ai făcut data precedentă).

- 2.40** Cum te poți antrena ca să rămâi atent? (Există cel puțin trei căi.) (Chenarele 28, 29)

-----

*Lucrează pe durate scurte, însă cu un scop foarte bine precizat. Fii atent la visare și oprește-o imediat! Fă pauze precise! Fă însemnări!* (Poate că te-ai gândit și la alte metode.)

---

---

**2.41** Care este o metodă bună de a-ți încheia ședința de studiu? (Chenarele 29, 30)

-----

*Încearcă să repeți tot ce ai învățat sau verifică tot ce ai realizat în ședința de studiu.*

**2.42** În capitolul următor vom examina un procedeu care te va ajuta la o muncă ce trebuie să-ți ocupe numeroase ședințe de studiu: cum să obții informații dintr-un manual sau articol.

După ce ai terminat, treci, te rog, la capitolul 3!

---



# C U M

## să c o n șt u d c a r t e ?

- Răsfoirea
- Întrebările
  - Citirea
- Aducerea aminte
- Cum să recapitulezi
- Întrebări recapitulative

***Durata de studiu: aprox. 55 min.***

- 3.1 Oricum ți-ai folosi timpul de studiu, ești obligat să petreci o parte din el cu cărți și articole încercând să extragi și să organizezi ideile din ele în vederea realizării scopului pe care îl urmărești. Trebuie însă ca această consultare să o faci în mod selectiv. La începerea unui curs ți se poate prezenta o listă lungă de un cot cu lucrări de citit și, dacă încerci să o parcurgi pas cu pas, vei găsi că o nouă serie de titluri se adaugă mai repede decât apuci să le ștergi pe cele vechi.

Evident, este clar că nu dispui de suficient timp ca să citești totul; fiecare text pe care vrei să-l consulți va trebui să fie abordat în mod diferit, corespunzător cu ceea ce vrei să obții de la el. Amintește-ți ce a scris Francis Bacon acum 350 ani: "Unele cărți trebuie să fie gustate, altele să fie înghițite și doar câteva trebuie să fie mestecate și digerate; adică unele cărți pot fi citite numai în parte, altele trebuie să fie citite în întregime însă fără a insista cu migală asupra detaliilor și doar câteva să fie citite complet, cu sârguință și atenție". Bacon descrie (*câte?*) moduri diferite de a consulta un text.

-----

*trei*

- 3.2 Cele trei moduri de consultare a unui text, indicate

de Bacon (pentru o carte sau un articol) sunt tot atât de folositoare astăzi:

- a. **gustatul**: se referă la pasaje izolate din text;
- b. **înghițirea**: trecere în revistă superficială și rapidă a întregului text;
- c. **mestecare și digerare**: citirea cu grijă și cu multă atenție a textului întreg.

Dacă vrei să alegi cea mai bună cale de a citi o carte este nevoie să te întrebi doar ce speri să-ți ofere. Vrei, de exemplu, să obții:

1. O imagine largă, generală a subiectului?
2. O cunoaștere amănunțită, sistematică a tuturor faptelor și ideilor esențiale ale materiei?
3. Să verifici o referință sau un răspuns la o întrebare de cercetare specifică?

Care dintre cele trei metode ale lui Bacon (a, b, c) ai considera că este cea mai potrivită pentru fiecare dintre aceste trei scopuri de a citi?

— — — — —  
*Eu aș alege **b** pentru cazul 1, **c** pentru cazul 2 și **a** pentru cazul 3. Ești de acord?*

- 3.3** Așadar, când consulți cărți sau articole, trebuie să ai o comportare adecvată: să fii pregătit a citi superficial sau cu deosebită atenție, în întregime sau parțial, corespunzător cu ceea ce dorești să afli. O tehnică ce s-a dovedit a fi foarte eficientă și care poate fi adaptată la cele mai multe moduri de a citi este deseori denumită cu prescurtarea

---

# RICAR

Aceasta corespunde inițialelor celor **cinci** faze de studiere a unei cărți (capitol sau articol):

Răsfoire

Întrebare

Citire

Aducere aminte

Recapitulare

Corespunzător acestei formule, studentul va trebui:

1. Să-și formeze o părere generală despre ce trebuie să învețe făcînd o ..... preliminară a textului.
2. Să-și pună ..... (pl.) la care se așteaptă să afle răspunsuri până în momentul când a terminat de citit textul.
3. Să ..... textul.
4. Să încerce a-și ..... punctele principale.
5. Să revină și să ..... textul, ca să verifice cât de bine a depistat punctele principale.

-----

1. *răsfoire* 2. *întrebările* 3. *citească* 4. *aminti*  
5. *recapituleze*

**3.4** Această metodă numită RICAR a contribuit la succesul a mii de studenți și merită să fie analizată în amănunt.

Să o cercetăm pas cu pas în cele ce urmează!

---

## RĂSFOIRE

Atât de mulți dintre noi, atunci când studiem un text, "începem de la început, mergem până la sfârșit și apoi ne oprim". Acesta este totuși un mod nefolositor de a citi. Nu știm încotro ne îndreptăm și curând ne împotmolim atât de mult în amănunte, încât nu putem vedea pădurea din cauza copacilor. În schimb, ar fi bine să avem o vedere de ansamblu asupra pădurii înainte de a începe să ne strecurăm prin hățișuri. Ar trebui să privim ansamblul înainte de a înțelege componentele.

A ..... o carte sau un articol mai înainte de a începe să citești este la fel ca și alegerea unui traseu pe ..... înainte de a începe o călătorie.

-----  
*răsfoi; hartă*

### Răsfoirea unei cărți

- 3.5 Toate cărțile și articolele sunt scrise după un plan oarecare. O răsfoire rapidă poate să-ți dea o foarte bună idee despre ce este acest plan și prin urmare să te ajute să citești realizând o înțelegere mai bună.

**Pagina de titlu.** Începe răsfoirea cu pagina de titlu! Ai putea crede că nu vei obține mult de la ea, dar totdeauna merită să-ți arunci o privire asupra ei. Ea

Îți poate spune:

1. Domeniul general al subiectului (titlul însuși).
2. Nivelul sau modul de tratare (subtitlul sau o frază descriptivă).
3. Numele autorului și calificările sale (titluri, funcții).
4. Data publicării (pe contrapagină).

Câte informații de acest fel poți obține din pagina de titlu a cărții pe care o examinezi **acum**? Te rog să revii la început (dacă nu ai făcut-o mai înainte) și aruncă o privire! (Pagina de titlu este prima pagină a cărții; de obicei ea nu este numerotată).

-----

*Pagina de titlu îți spune că această carte tratează despre **învățare**, că este doar o **introducere** în tehnicile de studiu și (foarte important) că este **programată**. Îți spune de asemenea numele **autorului**, menționează **experiența** care a servit la înfăptuirea acestei cărți și îți mai spune (pe verso) cât de **nouă** este cartea.*

- 3.6** Destul de mult pentru cele cinci secunde de examinare a paginii de titlu! Ce urmează?

**Prefața.** Fie că poartă numele de prefață, cuvânt înainte, nota autorului, introducere sau oricare altul, cu mult prea puțini oameni citesc vreodată micul text din față - de obicei doar câteva alineate - în care autorul vorbește despre cartea sa și pentru ce a

---

scris-o. Ca și pagina de titlu, această informație te poate ajuta să hotărăști dacă merită să citești cartea și chiar **cum** ai putea să procedezi.

Privește, de exemplu, prefața **acestei** cărți! Ea cuprinde patru alineate urmate de o secțiune finală "programată", fiecare dându-ți un alt fel de informație. De exemplu, primul alineat îți spune **cui** îi este destinată cartea.

**Ce fel** de informații se dau de către fiecare dintre celelalte alineate și de către secțiunea finală din prefața scrisă de mine?

-----

**3.7** Cele patru alineate și secțiunea finală din prefața cărții de față cuprind informații despre:

1. *Persoanele pentru care s-a scris cartea.*
2. *Necesitatea ei.*
3. *Planul și scopul cărții.*
4. *Schema și structura cărții.*
5. *Cum să folosești cartea.*

**Cuprinsul.** Și aceasta este o pagină (sau mai multe) de informații pe care ar trebui să nu le ignori atunci când faci răsfoirea preliminară. Lista conținând cuprinsul îți spune ce probleme tratează autorul și deseori îți dă unele idei despre modul în care le-a tratat: problemele principale, problemele secundare ș.a.m.d.

Întoarce-te și cercetează cuprinsul **cărții de față**

---

---

apoi încearcă să răspunzi la întrebările următoare:

1. Dintre următoarele probleme posibile pentru o carte despre cum se învață, cărora crezi că **nu** li s-a atribuit un capitol special?

- scrierea lucrărilor personale;
- luarea notițelor;
- studierea unei cărți;
- citirea;
- prelegerile;
- psihologia învățării;
- organizarea timpului de studiu;
- alegerea unui curs;
- necesitatea de a deprinde tehnica învățării;
- examenele.

2. În total sunt ..... capitole și fiecare cuprinde între ..... și ..... subtitluri.

-----

*1. Cartea nu are capitole pentru prelegeri, psihologia învățării sau alegerea unui curs.*

*2. În total sunt șapte capitole și fiecare cuprinde între 4 și 7 subtitluri. (Notă: în ediția de față sunt cuprinse doar primele 3 capitole.)*

**3.8** Deci, răsfoirea unei liste indicînd cuprinsul îți spune ce se află în carte, iar dacă are subtitluri, îți poate da o idee despre **cum** se leagă subiectele între ele. Mai târziu, pe măsură ce citești în întregime capitolele, ar trebui să **revii** deseori ca să verifici din nou cuprinsul.

Dacă ai luat o carte doar cu scopul de a căuta



---

referințe care ar putea să te ajute să răspunzi unei întrebări **specifice**, răsfoirea preliminară ar putea foarte bine să se termine aici. Din cuprins poți vedea dacă este probabil ca acea carte să conțină ceva util.

În acest caz, poți să treci de-a dreptul la **sfârșitul** cărții unde vei putea să-ți cauți subiectul într-o listă alfabetică din care afli ce subiecte se găsesc și la ce pagini; această listă se numește .....

-----  
*index* sau indice (Volumul acesta are așa ceva?)

**3.9** Dacă dorești numai să cauți anumite referințe, indexul ți-ar cruța o groază de timp îndrumându-te imediat la cele mai folositoare pasaje.

Așa cum spunea cândva un autor de foiletoane, Robert Lynd: "Mi-e silă să citesc o carte fără index; **mă obligă** s-o citesc toată."

E posibil totuși să găsești că toată cartea merită să fie "mestecată și digerată" (sau măcar un capitol întreg). În acest caz, fă un ultim pas în răsfoirea generală:

**Întoarce câte o foaie a cărții!** Parcurge la repezeală toate paginile cărții, de la început până la sfârșit! În acest timp:

1. Citește titlurile capitolelor și paragrafelor!
  2. Citește recapitulările finale ale capitolelor!
  3. Privește graficele și desenele!
-

---

#### 4. Uită-te în fugă la unele fraze întâmplătoare!

Nu este nevoie să spun că în această fază, foarte puțin din ceea ce vezi îți va rămâne în minte. Totuși, această rapidă trecere în revistă contribuie la ceea ce ai și ghicit despre structura cărții și, la fel ca toate examinările preliminare, te pregătește pentru sarcina viitoare.

Deci, crede-mă pe cuvânt! Pune un semn unde ai ajuns până acum și apoi răsfoiește la iuteală restul din **această** carte, ca să capeți o **impresie generală** asupra conținutului ei. (Urmărește cele patru sugestii date mai înainte. În tot acest timp e util să îți pui întrebări, pentru a te menține activ!)

-----  
*Ei bine, ar trebui să știi acum încotro te îndrepti și ce fel de explorare este probabil să faci. (În cel mai rău caz, ar trebui să fi observat că două dintre capitole nu sunt scrise în formă programată, ca acelea pe care le-ai citit până acum.)*

### 3.10 Așadar, am propus ca, atunci când ieși pentru prima dată o carte în cercetare să începi cu o răsfoire generală.

Ca să faci aceasta, este nevoie:

1. Să citești pagina .....
  2. Să citești notele autorului, sau .....
  3. Să citești .....
  4. Să răsfoiești repede toată .....
  5. De cât timp crezi că ai putea avea nevoie ca să
-

---

faci toată răsfoirea? Între ..... și ..... minute.

-----

*1. de titlu 2. prefața (sau introducerea etc.) 3. cuprinsul 4. cartea 5. Ți-am cerut părerea despre cât timp ar trebui să se consume cu răsfoirea generală. Desigur, acesta este condiționat de cât este de mare textul și cât este de probabil să-ți fie de folos. Părerea mea este că vei avea nevoie de cel puțin cinci minute ca să faci o răsfoire utilă, însă, probabil că nu mai mult de 30 minute, chiar dacă acea carte ar urma să constituie piesa de bază pentru cursul pe care îl urmezi.*

- 3.11** Foarte bine, ai investit un timp apreciabil pentru răsfoirea întregii cărți și te aștepti să culegi roadele atunci când ajungi efectiv să o citești. Ai să începi, prin urmare, să o citești frază cu frază de la începutul capitolului 1? Nu, să nu faci asta, oricât ar părea de tentant! E necesar să consumi câteva minute în plus tot pentru răsfoire. Acum când ai terminat răsfoirea generală a întregii cărți, vei face o răsfoire mai amănunțită a primului .....

-----  
*Capitol*

### **Răsfoirea unui capitol**

- 3.12** Înainte de a începe **fiecare** capitol nou, ar trebui să-l răsfoiești ceva **mai cu grijă** decât atunci când
-

---

îți formai o părere despre cartea întreagă.

Fii atent mai ales la:

**Primul și ultimul alineat.** Autorul le poate folosi ca să prezinte o vedere de ansamblu proprie despre cele ce vor urma sau o recapitulare a celor spuse.

**Recapitulări.** Acestea pot să apară în diferite locuri, atât în interiorul capitolelor, cât și la sfârșit.

**Titluri.** Majoritatea autorilor au avut multe necazuri ca să-și încadreze ideile într-un sistem util de titluri și subtitluri. Este trist de spus, însă mulți studenți nu țin deloc seama de titluri și de indicațiile esențiale pe care acestea le conțin. Ei încearcă să citească un text, care este perfect încadrat, ca și cum ar fi un roman.

Evident, titlurile îți spun **ce anume** subiect este tratat în fiecare paragraf ori subparagraf. Dar în ele se află mai mult decât atât. De exemplu: ce poți spune despre **dimensiunile relative** sau reliefaarea titlurilor? (Privește, de exemplu, cele patru titluri ale acestui chenar!)

-----

*Mărimile relative ale titlurilor îți spun cum se leagă subiectele între ele, cum se acordă împreună și care este succesiunea lor.*

**3.13** Trebuie să observi tipurile de titluri la orice ai citi! Întrucât acestea îți spun care subiecte se leagă cu altele, ele sunt cheia structurii de idei a

auto  
rului

---

---

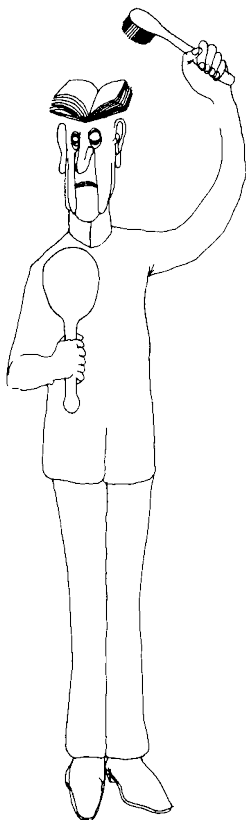
Majoritatea lucrărilor vor folosi două sau trei tipuri de titluri, fiecare tip descrescînd ca mărime de literă și ca reliefare de la titlul de capitol spre cel de paragraf, de subparagraf ș.a.m.d. (Astfel, **diferența** de reliefare a titlurilor din chenarul precedent arată că în el se tratează trei aspecte ale subiectului indicat în titlul principal de acolo.)

Câte **tipuri** de titluri am folosit eu pînă acum în acest capitol? (Observă în ce chip arată ele relațiile dintre problemele mele.)

*În afară de titlul principal al capitolului, am folosit trei tipuri de titluri. Iată repetarea titlurilor, aranjate astfel ca să arate relațiile dintre problemele tratate în paragrafele respective:*

### 3.14





Înainte să te apuci de citit, fă o răsfoire sumară!

Ai putea dori să termini această răsfoire examinând restul de titluri din capitol.

De îndată ce ai terminat cu răsfoirea unui capitol, ești gata să treci la faza a doua a metodei RICAR, care este .....

-----  
*Întrebare* (Reamintește-ți fazele metodei RICAR!)

## ÎNTREBĂRILE

- 3.15 Niciodată să nu începi citirea amănunțită a unui text fără a avea în gând o serie de întrebări la care dorești să obții răspunsuri. Întrebările constituie un puternic stimulent pentru învățare, căci ele îți dau o idee asupra **scopului** și te mențin atent. Devii astfel un cercetător activ, în loc de un pasiv răsfoitor de cărți.

De unde vin întrebările? Sursa principală ești tu! Într-adevăr, unul dintre avantajele acțiunii **tale** de ..... prealabilă a unei cărți sau capitol este faptul că îți dă ocazia de a pregăti câteva ..... relevante.

-----  
*răsfoire; întrebări*

## Întrebările proprii

- 3.16 Răsfoind cartea în întregime, e probabil ca aceste întrebări să fie destul de generale. De exemplu,



---

privind în fugă foaia de titlu, prefața și cuprinsul, ai putea să te întrebi:

"Câtă încredere pot acorda acestei cărți, editată acum 15 ani?"

"Va fi ea chiar atât de utilă pentru mine, așa cum sugerează prefața?"

"De ce crede autorul că merită să dedice un capitol întreg pentru cutare sau cutare problemă?"

Chiar și aceste întrebări **generale** te ajută să te decizi cum să tratezi cartea. Însă atunci când de la răsfoirea generală a unei cărți treci la răsfoirea capitolului pe care ești gata să-l citești, întrebările vor fi mai (*mult/puțin?*) specifice.

-----

*mult*

- 3.17 Titlurile** și subtitlurile paragrafelor sugerează mereu întrebări. De exemplu, atunci când - cu vreo câteva chenare mai înainte - ai văzut titlul "Întrebări", puteai să te fi întrebat: "De ce a folosit autorul tocmai acest titlu? Cine întreabă pe cine? Ce rol joacă întrebarea în învățare? De unde provin întrebările? Cum să le găsesc răspunsurile? ș.a.m.d. La unele dintre aceste întrebări s-a și răspuns; la altele se va răspunde în curând. Privește următoarele trei titluri (de la chenarele 3.19, 3.20 și 3.23)! Ce întrebări îți sugerează ele?

*"Întrebările altor persoane te-ar putea determina*

---

---

să întrebi: "Care alții? Studenți? Autori? Profesori? Sunt întrebările lor tot atât de utile ca și ale mele? Unde se găsesc răspunsurile?" etc.

"Întrebări în învățământul programat" ar putea

inspira: "Ce este învățământul programat? Ce legătură au astfel de întrebări cu învățarea? La ce folosesc? Ce fel de întrebări?" etc.

"Citirea" ar putea sugera: "Dar ce, nu știam și eu cum să citesc? Va trebui oare să învăț metode noi? Ce poate să spună aici și nu se află în capitolul despre citire?" etc.

- 3.18 Așadar, **titlurile** vor fi o sursă rodnică de întrebări - întrebări care îți dau o idee asupra scopului. Ar trebui să fii în stare de a lua practic orice titlu și de a scoate din el cel puțin o întrebare, chiar dacă ar fi numai "Ce înseamnă asta?"

Îți recomand să te obișnuiești să formulezi întrebări, mai ales atunci când te uiți la **primul alineat și la ultimul alineat**, ca și la oricare **recapitulare**. De exemplu: "Unde sunt faptele care să sprijine aceste afirmații? Pot oare să mă înșel în privința a ceea ce credeam că știu despre această problemă? Am mai întâlnit cumva acești termeni tehnici?" etc.

Ești oare (ca cititor) **singura** sursă de întrebări?

-----

*Nu.* (Așa cum ar trebui să-ți amintești din răsfoirea

tit  
lu  
lu  
i  
ur  
m  
ăt  
or  
!)

---

---

## Întrebările altor persoane

**3.19** Uneori, **profesorul** îți poate sugera întrebări pe care să le ai în vedere la citirea unui anumit capitol. Sau **colegii** pot pune întrebări (ori să facă anumite comentarii) despre capitolele la care întâmpinaseră greutate.

Se poate totuși ca sursa cea mai folositoare de întrebări să fie însăși cartea. Deseori, **autorul** va pune trei sau patru întrebări la începutul unui capitol și răspunsurile lor se poate să-ți fi devenit evidente până în momentul când ai ajuns la sfârșit.

Uneori, autorii îți dau o listă cu întrebări la **sfârșitul** unui capitol. Întrucât întrebările sunt în general mai folositoare dacă se pun atunci când **începi** să citești, va trebui:

Să iei cunoștință de aceste întrebări de la sfârșitul capitolului încă din timpul ..... preliminară a capitolului și apoi să le examinezi din nou după ce l-ai terminat de .....

-----  
*răsfoirii; citit*

**3.20** Din păcate, de prea multe ori studenții nu țin seama de întrebările autorului și astfel omit un ghid foarte util de învățare.

**Întrebări în învățământul programat.** Într-o carte programată (ca aceasta), întrebările joacă un rol

---

esențial în desfășurarea argumentării și din modul cum sunt redactate, poți să înveți multe despre cum să citești.

Autorul unei programări pune întrebări de multe feluri (directe, cu răspunsuri la alegere, cu completări) dar scopul său este mereu același: să-ți atragă atenția asupra celui mai important punct pe care ți-l înfățișează și să te facă să-i dai răspunsul. Iar răspunsul tău la întrebare te ajută să .....

-----  
*înveți (ori să înțelegi).*

**3.21** Programarea constituie o cale rapidă și eficace de învățare și, treptat, apare din ce în ce mai mult material în forma aceasta. Există programări în multe discipline școlare (mai ales la matematică, științe și gramatică) și din ce în ce mai multe la nivel de facultate.

Programările însă pot să te învețe ceva care este aproape mai valoros decât conținutul la care se referă. Adică ele pot să-ți formeze deprinderea de a **citi interogativ**.

Într-un sens, ar trebui să "programezi" în gând tot ce citești. Să-ți pui mereu întrebări: "Care este ideea principală din acest capitol? Din acest paragraf? Din acest alineat?"

Întrebări de felul "Cum? Când? Cine? Unde? și (mai ales) Ei și?" ar trebui să nu-ți lipsească din minte atunci când citești. Și, pe măsură ce răspunzi la o întrebare, fii pregătit să ridici alta!

---

---

În mod normal, răspunsurile la întrebări se vor ivi din text, pe măsură ce citești mai departe. Ce ai putea să faci dacă, la o întrebare importantă, **nu** se dă răspunsul în textul ce urmează?

-----

*Ei bine, dacă ar fi o întrebare importantă, ai putea fi înclinat să ți-o însemni și să cauți răspunsul în altă parte: la un profesor, la un coleg, într-o altă carte etc.*

- 3.22 Așadar, unul dintre cele mai importante motive care te determină să faci o răsfoire prealabilă este faptul că îți oferă ocazia de a depista câteva întrebări care să constituie scopul citirii. La început poți găsi că e greu să formulezi întrebări însă, cu timpul, o vei face cu ușurință și aproape ca de la sine. Dacă citești interogativ, întrebările vor veni în mod automat. După ce ai făcut **răsfoirea** și ai început să formulezi **întrebări**, ești gata să treci la a treia fază a metodei RICAR și anume ..... textului.
- 

*citirea*

## **CITIREA**

- 3.23 Așadar, citirea este a treia fază pentru studierea unei cărți, și **nu** (așa cum din păcate se pare că mai cred mulți elevi și studenți) prima sau singura fază.
-

---

Însă ce fel de citire se cere? Desigur, nu ca aceea pe care o folosim pentru citirea romanelor de aventuri când căutăm ca prin aceasta "să ne mai abatem gândurile de la altele". Scopul tău este exact invers: Încerci să-ți **concentrezi** mintea cu întreaga ei capacitate critică.

De fapt, așa cum tocmai am decis, trebuie să citești în **mod activ**, căutând **răspunsurile**. Amintește-ți:

Cititorul cu o ..... la care dorește să răspundă, este un cititor care urmărește un scop.

-----  
*întrebare*

### **Caută ideea principală!**

- 3.24 Așa cum am menționat mai înainte, poate că întrebarea cea mai semnificativă pe care poți să ți-o pui este: "Care este **ideea principală**?" Idei principale se pot găsi la orice nivel al cărții. Cartea în întregime va avea poate o singură idee principală, foarte generală. Ideea principală a fiecărui capitol va fi ceva mai puțin generală. Fiecare paragraf dintr-un capitol va avea o idee principală mai specifică, iar ideea principală a fiecărui alineat este cea mai specifică dintre toate. Ție îți revine sarcina să depistezi ideea principală la **fiecare** nivel! Să facem o încercare:

În continuare se află patru **idei principale** din cartea pe care o citești acum:

---



Mai întâi să căutăm ideea principală!



- a. "O metodă de învățare eficace este metoda RICAR".
- b. "Scopul important al citirii ar trebui să fie depistarea ideilor principale."
- c. "Faza citirii în metoda RICAR trebuie să fie activă și orientată de scop."
- d. "Cei mai mulți studenți ar obține avantaje folosind tehnici de studiu eficace."

Care dintre aceste idei principale aparține:

1. Cărții în întregime?
2. Acestui capitol al cărții?
3. Acestui paragraf (intitulat "citire")?
4. Alineatului precedent (începând cu "Așa")?

**Scrie răspunsurile**, apoi treci la chenarul 3.25!

1. *d*    2. *a*    3. *c*    4. *b*

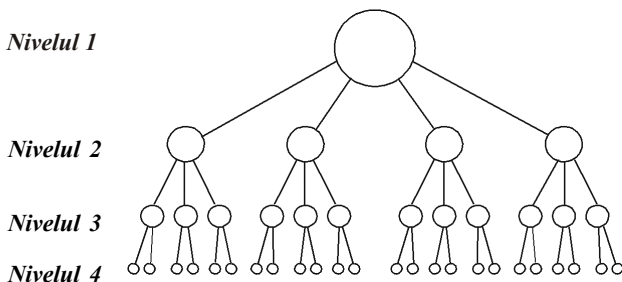
**3.25 Planul autorului.** Dacă citești o carte în mod critic, ar trebui să poți depista ierarhia ideilor ei, adică planul autorului. În acest plan, ideea principală a cărții (nivelul 1 - vezi figura din pagina următoare) **se subdivide** în mai multe idei principale, fiecare constituind tema unui **capitol** (nivelul 2); fiecare idee principală a capitolului se ramifică dând idei principale pentru fiecare dintre **paragrafele** lui (nivelul 3) și fiecare idee a paragrafului furnizează idei principale și mai precise, câte una pentru fiecare alineat (nivelul 4).

Diagrama aceasta ar putea ilustra ierarhia

ideilor (fiecare cerc ilustrând o idee principală) pentru o carte mică sau o broșură. În faza *răsfoirii*, probabil că ai sesizat ideile principale de la nivelurile ..... și ....., poate chiar și de la nivelul .....; în faza *citire* a metodei RICAR vei fi preocupat în primul rând de ideile principale de la nivelul .....

-----

1,2; 3; 4



(În faza *citire* a metodei RICAR vei avea nevoie să găsești ideea principală din fiecare *alineat*.)

## Doi NU

- 3.26 **Nu** căuta să iei notițe în faza **citirii**. Asta poate să te distragă și să te facă să pierzi timp. De asemenea, te îndeamnă să folosești cuvintele autorului, în loc de cele proprii și aceasta nu-ți este

de  
nici  
un  
folo  
s  
pent  
ru  
întel  
eger  
e și  
învă  
țare.

---

**Nu** sublinia nici cuvinte, nici fraze - nu la **prima** citire! Deși aceasta ar putea să-ți dea impresia că ești activ, destul de multe ori vei găsi, reflectînd, că ai subliniat greșit.

Deci, la prima citire ar trebui să cauți ..... (pl.), însă ar trebui să nu ..... nici părți din text și nici să iei ..... (pl.).

-----

*ideile principale; subliniezi; notițe*

### **Recitește!**

**3.27** Unii studenți găsesc că este util ca la această fază a metodei RICAR să citească textul **de două ori**.

Iată ce sfaturi dau ei:

1. Citește fără întrerupere întregul material, concentrîndu-te asupra **ideilor principale!** Nu te opri să subliniezi ori să iei notițe. Bifează doar cu creionul, pe margine, ori de câte ori sesizezi o idee importantă. (Ori, dacă nu-ți aparține cartea, poți folosi fâșii de hârtie sau orice alte modalități de însemnare.)

2. Citește-o toată a doua oară, ca să verifici că într-adevăr ai depistat ideile principale, însă de data aceasta dînd mult mai multă atenție **detațiilor aferente** decât înainte. Subliniază ideea principală din fiecare alineat și orice amănunte importante. (Însă, bineînțeles, numai dacă îți aparține cartea.)

Așadar, după ce ai făcut ..... (pl.) preliminar

---

---

și ți-ai pus ..... (pl.), ai ..... textul **de două** ori și ai notat ideile .....

Acum ești gata să ataci faza a patra a metodei RICAR încercând să-ți ..... cele ce ai învățat.

-----

*răsfoirile întrebările citit principale amintești*

## **ADUCERE AMINTE**

- 3.28** Activitatea de a studia un text nu se termină cu citirea, chiar dacă materialul este perfect clar. De exemplu, să presupunem că nu ai întâmpinat nici o dificultate ca să **înțelegi** ideile pe care le-ai citit în acest program.

Înseamnă oare aceasta că vei putea să-ți aduci aminte totul, să zicem, peste o săptămână?

-----

*Aproape sigur că **nu**, doar dacă nu cumva ești înzestrat cu o memorie excepțională. Cei mai mulți oameni uită 50% din cele ce au citit după câteva **secunde** din momentul când au lăsat cartea din mână, cu excepția cazului când fac efort special ca să-și amintească.*

### **Importanța aducerii aminte**

- 3.29** Încearcă mereu să parcurgi și etapa aducerii aminte pentru că astfel îți vei îmbunătăți învățarea în cel
-

---

puțin trei moduri:

1. Te vei **concentra** mai bine în etapa citirii deoarece vei ști ce sarcină te așteaptă după încheierea lecturii.

2. Ți oferi astfel ocazia să **corectezi** orice deficiențe ale memoriei sau diversele neînțelegeri (care, altminteri, s-ar putea să-ți afecteze înțelegerea noilor informații).

3. Te vei menține **activ** deoarece trebuie să te înfrunți cu cele ce ai citit și să le recapitulezi cu propriile tale cuvinte.

Ai putea oare să beneficiezi de toate aceste avantaje numai prin *citirea textului încă o dată?*

-----

**Nu**, o recitare nu înlocuiește aducerea aminte! (Așa cum desigur știi, faptul că poți **recunoaște** ideile de îndată ce revezi textul nu reprezintă o dovadă că poți să ți le **amintești** fără să ai cartea în față, necum să le și formulezi cu propriile tale cuvinte.)

**Cât de des să-ți amintești?**

**3.30** De îndată ce ai început să citești ar trebui să te **oprești** deseori și să-ți **spui singur punctele principale** pe care le-ai citit. Uneori va fi de ajuns să te oprești la sfârșitul fiecărui capitol și să-ți aduci aminte.

Însă, de obicei, dacă acel capitol este foarte scurt,

---

ar fi bine să-ți amintești și la sfârșitul .....

**A** fiecărei fraze?

**B** fiecărui alineat?

**C** fiecărui paragraf?

-----

**3.31 A.** *În afară de cazul în care ai citi fraze extraordinar de lungi, nu ar fi recomandabil să încerci a-ți aminti la sfârșitul fiecărei fraze pe care o citești. Procedînd în felul acesta, învățarea se va fărâmița și, probabil, ai putea pierde din vedere - sau poate nu ai observa - ideile principale. Vei avea nevoie să abordezi fragmente mai mari din material dacă vrei să ți-l organizezi în minte. Te rog să revii la chenarul 3.30 și să-ți modifice răspunsul!*

**B.** *În cazul unui alineat deosebit de lung și încălțit, poate că uneori merită să lași deoparte cartea pentru o clipă ca să vezi dacă poți recapitula în minte acel alineat. Dar nu ar fi înțelept să-ți formezi deprinderea de a te opri după fiecare alineat (sau după câteva), căci aceasta ar putea să te împiedice să urmărești expunerea argumentelor autorului. Te rog să citești alineatul care urmează!*

**C.** *Dacă ai aștepta până la sfârșitul unui capitol lung, ai putea să uiți atât de multe, încât ceea ce ți-ai aminti ar fi mult prea confuz. Însă, o aducere aminte la sfârșitul fiecărei fraze ori alineat, ți-ar slăbi și împrăștia activitatea de studiu. Deci, planul cel mai bun este de a alege pe rând câte un*

---

*paragraf. Ori de câte ori întâlnești un nou **titlu principal**, oprește-te și amintește-ți tot capitolul până acolo.*

Apoi, când ai ajuns la sfârșitul ....., reamintește-ți de data aceasta toate paragrafele! Acum poți trece la chenarul 3.32.

-----  
*capitolului*

### **Ia notițe!**

- 3.32** Nu te mulțumi să-ți amintești în gând: **notează pe hârtie** toate punctele cheie pe care ți le amintești! Ia scurte **notițe** despre ideile principale și orice amănunte pe care le găsești că sunt importante. Chiar și cele mai rudimentare notițe sunt mai valoroase decât rătăcirea prin mintea ta a unor aduceri aminte neînchegate. Este ușor să fii **cu totul încrezător** în privința volumului de aduceri aminte, până când încerci să le formulezi în cuvinte. (În plus, ai nevoie de o **înregistrare** a celor ce ai citit. Despre aceasta se va mai vorbi în capitolul 6 - *nota edit: capitolele 4, 5, 6 și 7 ale cărții fac parte din volumul al doilea.*)

Deci, ar trebui să începi prin a lua notițe în cadrul fazei de ..... din metoda RICAR.

-----  
*aducere aminte*



---

## Cât timp acorzi aducerii aminte?

- 3.33 O parte foarte însemnată din timpul pe care îl acorzi metodei RICAR ar trebui să fie destinată fazei de **aducere aminte**. Ca exemplu, gândește-te la materialul semnificativ și bine organizat în mod logic, pe care este probabil să-l întâlnești la cursurile de pedagogie, psihologie, științe economice sau geografie; pentru aceasta ar trebui poate, ca 50% din timpul de învățare să-l petreci pentru a-ți aminti ceea ce ai citit.

Luînd aceasta drept criteriu, te-ai aștepta să fii nevoit a folosi *mai mult* sau *mai puțin* de 50% din timp amintindu-ți:

1. Materialul de învățat pe dinafară, de exemplu reguli, simboluri, nume, legi, formule?

..... de 50%

2. Istorie, filozofie, literatură, biografie și orice material cu un conținut de tip narativ?

..... de 50%

-----

1. *probabil mai mult de 50% (poate ajungînd chiar la 90%)*

2. *probabil mai puțin de 50% (eventual doar 20%)*

- 3.34 Deci, fii pregătit să petreci **jumătate** din timpul pentru învățare amintindu-ți cele ce ai citit (și chiar mai mult, dacă materialul este greu de memorat). Experiența dovedește că acesta nu este un timp

---

irosit. De fapt, cronofagii sunt aceia al căror scop este doar "să mai scape de o carte". Chiar dacă înțeleg ceea ce citesc, ei vor uita totul în curând.

După ce ai scos notițe despre ce îți amintești, ești pregătit acum pentru a cincea și ultima fază a metodei RICAR; să ..... tot ce ai făcut până acum.

-----  
*recapitulezi*

- 3.35** Aici ai drept scop să verifici **exactitatea** a ceea ce îți amintești. Să nu încerci niciodată să te convingi singur că îți amintești totul corect: întotdeauna să **te mai uiți o dată**, ca să te asiguri!

## **CUM SĂ RECAPITULEZI**

Cea mai bună linie de conduită este să faci o **repetare** rapidă a celor patru faze precedente:

1. **Răsfoiește** structura generală a paragrafului sau a capitolului! (Privește din nou titlurile și subtitlurile!)
2. Amintește-ți **întrebările** pe care le-ai formulat! Acum poți să răspunzi la toate? Nu au apărut oare întrebări noi?
3. Recitește textul ca să verifici dacă ți-ai **amintit** tot ce este important.
4. Finalizează-ți **recapitularea** prin completarea oricăror lipsuri și corectarea oricăror greșeli din

**Încearcă să procedezi așa deocamdată cu capitolul acesta!**

Mai întâi **reamintește-ți** titlurile și punctele principale, făcînd câteva **însemnări** scurte din memorie! Apoi aplică cele patru faze din **recapitulare**, ca să verifici cât de bine ți-ai adus aminte.

-----

*Cât de bine ai reușit?* Sper că mai bine decât te așteptai. (Dar nu tot așa de bine ca atunci când ai fi încercat să-ți aduci aminte ce ai studiat după **fiecare** paragraf.)

- 3.36** Cele cinci faze ale metodei RICAR au fost experimentate de mii de studenți. Ei s-au pronunțat foarte favorabil în privința eficacității crescute pe care au dobândit-o în învățare. Este aproape sigur că și tu vei beneficia de acest procedeu. S-ar putea să ai nevoie să-l modifici și să-l adaptezi ca să corespundă cerințelor proprii, însă strategia fundamentală este destul de flexibilă ca să o poți folosi în diferite moduri și să obții rezultatele dorite.

Acum să presupunem că trei studenți oarecare ar urma să prezinte trei opinii diferite privind metoda RICAR, pe care le descriu în continuare. Care dintre ele ai crede că este cel mai **practic**?

"Nu are importanță în ce ordine aplici fazele atâta timp cât nu omiți nici una și nu încerci să folosești două faze în același timp." **A**

---

---

"Fazele se vor suprapune în oarecare măsură și o fază anterioară poate fi necesar să fie chiar repetată mai târziu pe parcurs." **B**

"Fiecare fază trebuie să fie terminată complet înainte de a o putea începe pe următoarea." **C**

---

**3.37 A.** *Nu sunt sigur cât de practic sau chiar posibil ar fi să-ți amintești ceva înainte să fi citit, ori să revizuiști înainte de a răsfoi. Aceasta arată că ordinea fazelor din metoda RICAR este cu siguranță logică. Desigur că ar fi nechibzuit să se omită oricare dintre faze însă, în ceea ce privește folosi-rea simultană a două faze, ... te rog, citește ali- neatul următor!*

**B.** *Cu toate că fazele metodei RICAR sunt aranjate în ordinea naturală, logică și deci ar trebui să fie urmate în acest fel, trebuie să ne așteptăm la unele suprapuneri și repetări ale lor.*

*De exemplu, chiar în timpul când se pune accentul pe răsfoire sau citire, putem totuși să ne punem întrebări; ori putem dori să întrerupem faza citirii pentru a ne aduce aminte sau a recapitula, ori pentru a repeta răsfoirea textului.*

*Metoda RICAR îți oferă un procedeu flexibil care poate fi modificat corespunzător scopului și naturii materialului pe care îl înveți. Treci, te rog, la chenarul 3.38!*

**C.** *Când ajungi la aplicarea în practică a metodei*

---

*RICAR* vei constata că e greu să nu-ți pui întrebări de îndată ce ai atins faza citirii, să eviți să citești când faci recapitularea etc. Te rog să citești alineatul B precedent înainte de a merge mai departe!

---

**3.38** Există o ultimă întrebare pe care s-ar cuveni să o luăm în considerație înainte de a încheia acest capitol:

Până acum am vorbit despre metoda RICAR numai în legătură cu **texte**: cărți, comunicări, articole, etc.

Crezi că vreuna ori toate cele cinci faze ar putea fi aplicate la felul de învățare pe care o realizezi în timpul unei prelegeri?

În acest caz: care faze? Cum le-ai folosi?

*Compară-ți părerea cu a mea:*

1. **Răsfoire.** Este greu de folosit la o prelegere, cu excepția cazului în care însuși lectorul este pregătit să-ți spună ce urmărește. Totuși, unii pot face asta și întotdeauna merită să întrebi.

2. **Întrebare.** A întreba anticipat poate fi dificil fără concursul lectorului; însă, chiar și atunci ar trebui, de îndată ce afli subiectul, să te gândești la întrebări generale. Cu siguranță că ai capacitatea să **ascuți interogativ** imediat ce a început să vorbească.

3. **Citire.** Imposibilă, dacă profesorul nu ți-a dat o copie a însemnărilor lui, însă, desigur că **ascultarea** îndeplinește exact același rol.

---

---

4. **Aducere aminte.** Total aplicabilă și chiar mai **importantă** decât este pentru cărți.

5. **Recapitularea.** Posibilă în măsura în care poți să verifici ce îți amintești, în comparație cu ceea ce au auzit și ceilalți. Și dacă există unele puncte despre care nu ești sigur, poți să-l întrebi și pe lector.

**3.39** Deci, într-o mare măsură, metoda RICAR este aplicabilă atât prelegerilor, cât și cărților. Oricum, încearcă: este un procedeu atât de rezistent, încât se poate adapta ca să ofere un **oarecare** sprijin în favoarea aproape a oricărei activități de învățare (chiar pentru activități de teren, de laborator, de îndrumare etc.).

În următorul capitol vei avea ocazia să aplici metoda RICAR unui text real. Dar mai întâi, fă o verificare cu următoarele întrebări recapitulative care te ajută să-ți reamintești unele dintre ideile principale din acest capitol!

## ÎNTREBĂRI RECAPITULATIVE

Dacă vreuna din întrebări prezintă dificultăți, revino la chenarele respective!

- 3.40 Enumeră în ordine cele cinci faze ale metodei RICAR (Chenarele 3,4)!

-----  
*Ră s f o i r e   Î n t r e b a r e   C i t i r e   A d u c e r e  
a m i n t e*

*Recapitulare*

- 3.41 Ce operații s-ar cuveni să faci la răsfoirea în întregime a unei cărți? (Chenarele 5-11)

-----  
*Să citești foaia de titlu, prefața și cuprinsul (eventual și indexul); să parcurgi rapid toate paginile cărții.*

- 3.42 Înainte de a citi un articol sau un anumit capitol dintr-o lucrare este necesar să-l răsfoiești într-un mod mai amănunțit. Care sunt cele patru texte la care să te uiți când răsfoiești un capitol? (Chenarele 12-14)

-----  
*Primul alineat, ultimul alineat, recapitulările și titlurile.*

- 3.43

Derek Rowntree - Învăță cum să

În  
care  
fază  
a  
met  
odei  
RIC  
AR  
ar  
treb  
ui  
să  
pui

---



---

întrebări? (Chenarele 16-22)

-----

*Cu precădere în faza Întrebări (care tinde să se combine cu fazele Răsfoire și Citire), dar și în timpul Aducerii aminte și a Recapitulării. De fapt, întrebări ar trebui să se ridice în toate fazele.*

- 3.44 Trebuie să alegi *ideile principale* la toate nivelurile din carte: capitol, paragraf, alineat. În faza *citire*, la care nivel vei căuta să depistezi ideile principale? (Chenarele 25, 26)
- 

*alineat*

- 3.45 Există *două* lucruri pe care ar trebui să le *eviți* la *prima* citire a unui text. Care sunt acestea? De ce să le *eviți*? (Chenarul 26)
- 

*Să nu iei notițe ori să subliniezi. (În timp ce citești ai fi tentat să folosești cuvintele autorului, iar la prima citire s-ar putea să faci sublinieri greșite.)*

- 3.46 În ce locuri ar trebui să procedezi la aducere aminte în timpul studierii unei cărți (manual)? (Chenarele 30, 31)
- 

*Cel puțin la sfârșitul fiecărui capitol și, de asemenea, cel mai probabil la sfârșitul fiecărui*

---

*paragraf din capitol.*

- 3.47 Ce ar trebui să faci în faza aducerii aminte?  
(Chenarul 32)

-----

*Să iei notițe despre **ideile principale** pe care ți le amintești.*

- 3.48 De ce este necesar să *recapitulezi*? Ce ar trebui să faci în faza de recapitulare? (Chenarul 35)

-----

*Să verifici exactitatea a ceea ce ți-ai amintit. Amintește-ți de răsfoire și de întrebările pe care le-ai pus, recitește textul și completează-ți ceea ce îți amintești prin finisarea notițelor!*

- 3.49 Iată că următorul capitol nu este programat, ca să-ți ofere ocazia de a aplica metoda RICAR în cazul unui text normal. (Aș sugera să recurgi la **aducere aminte** de 4-6 ori în timpul parcurgerii lui.)

Te rog să treci mai departe ca să faci **răsfoirea** preliminară a capitolului 4!

---