

REVISÃO SISTEMÁTICA DE LITERATURA SOBRE *STUDY SKILLS*

Lúis Filipe Torres Moreira¹, Rúben Fernando Pestana Aragão Pinto²

Abstract: This article is based on a Systematic Literature Review, with the adoption of strict criteria according to which published and accessible studies on *Study skills* in the SCOPUS and the Web of Science (WOS) databases were selected. The purpose of this investigation is to characterize the implementation of *Study skills* currently. A review question was formulated, with the elaboration of the research objectives and definition of the keyword inherent to the present study, construction of inclusion/exclusion criteria and the PRISMA protocol of systematic review. In the initial research phase, 18 articles were found, but after applying the various inclusion and exclusion criteria, 6 articles remained for analysis. A content analysis was carried out on the final corpus of articles grouped into 4 categories: (i) teachers; (ii) students; (iii) academic and professional results and (iv) perspectives for future studies. The analysis addressed, among others, the need to: (i) identify obstacles and difficulties in the use of *study skills* by students; (ii) explore the implementation of *Study skills* training programs for students, promoted by teachers; (iii) explore the students' and teachers' perceptions of *study skills*; (iv) analyze the relationship between the use of effective *study skills* and students' academic performance and (v) present recommendations for future studies. Evidence stands out that *Study skills* will contribute, on the one hand, to the reduction of procrastination and anxiety in moments prior to student assessments and, on the other hand, to enhance their learning by promoting academic success.

Keywords: Systematic Review, *Study skills*, Learning, Academic Success.

Resumo: Este artigo assenta numa Revisão Sistemática de Literatura, com adoção de critérios rigorosos segundo os quais foram selecionados estudos, publicados e acessíveis, sobre *Study skills* nas bases de dados SCOPUS e a Web of Science (WOS). A presente investigação apresenta como finalidade a caracterização da implementação das *Study skills* no campo educativo atual. Formulou-se uma questão de revisão, com elaboração dos objetivos e definição da palavra-chave inerente ao presente estudo, construção de critérios de inclusão/exclusão e o protocolo PRISMA de revisão sistemática. Encontraram-se na fase inicial de pesquisa 18 artigos, mas após a aplicação dos vários critérios de inclusão e exclusão, restaram 6 artigos para análise. Efetuou-se uma análise de conteúdo ao *corpus* final de artigos com agrupamento em 4 categorias: (i) professores; (ii) alunos; (iii) resultados académicos e profissionais e (iv) perspetivas para futuros estudos. A análise abordou, entre outras, a necessidade de: (i) identificar obstáculos e dificuldades na utilização das *Study skills* pelos alunos; (ii) explorar a implementação de programas de formação em *Study skills* para os alunos, promovidos pelos professores; (iii) explorar as perceções dos alunos e professores sobre as *Study skills*; (iv) analisar a relação entre a utilização de *Study skills* eficazes e o desempenho académico dos alunos e (v) apresentar recomendações para futuros estudos. Destacam-se evidências de que as *Study skills* contribuirão, por um lado, para a diminuição da procrastinação e ansiedade em momentos prévios às avaliações dos alunos e, por outro lado, para potenciar as suas aprendizagens com promoção do sucesso académico.

Palavras-chave: Revisão Sistemática, *Study skills*, Aprendizagem, Sucesso Académico.



INTRODUÇÃO

Study Skills inclui uma variedade de capacidades e processos cognitivos que, em conjunto, contribuem para o objetivo de aumentar a eficácia da aprendizagem (Devine, 1987). Inclui adquirir, registar, organizar, sintetizar, lembrar e usar informações (Hoover & Patton, 1995).

¹ Doutorando em Educação na Universidade de Aveiro – Portugal. a35071@ua.pt

² Doutorando em Educação na Universidade de Aveiro – Portugal. rubenaragaopinto@ua.pt

O termo *Study skills* inclui uma variedade de capacidades e processos cognitivos que, em conjunto, contribuem para o objetivo de aumentar a eficácia da aprendizagem (Devine, 1987). O termo inclui adquirir, registrar, organizar, sintetizar, lembrar e usar informações (Hoover & Patton, 1995). Nos últimos 30 anos, ênfase nos sistemas de educação ocidentais tem sido mais no reforço do desempenho acadêmico como o propósito primário da escolarização (Hattie & Donoghue, 2016). Embora o desenvolvimento de competências cognitivas – como a literacia e a numeracia – seja importante, as competências não cognitivas, bem como, as atitudes e disposições para aprender, constituem alicerces necessários para as aprendizagens futuras (OECD, 2019).

De acordo com Dunlosky et al. (2013), para melhorar os resultados educacionais serão necessários esforços em várias frentes, sendo que uma parte da solução envolve ajudar os alunos a regular as suas aprendizagens por meio do uso de técnicas de aprendizagem eficazes. Para beneficiar da aprendizagem, os alunos deverão ser participantes ativos, sendo que a utilização de *Study skills* eficazes pode facilitar esse processo. Se os alunos monitorizarem as suas aprendizagens com organização e síntese de novas informações e, em seguida, reverem e recuperarem informações, eles poderão então mobilizar essas informações no seu quotidiano e em oportunidades futuras. Verifica-se que o déficit em *Study skills* é mais comum no ensino básico e secundário (Jenkins & Kilpatrick Demaray, 2015).

Hattie et al. (1996) evidenciam, numa meta análise, que os programas de formação em *Study skills* funcionam na maioria das vezes. Esses investigadores apontam resultados positivos quando os alunos apresentam várias *Study skills* e são capazes de selecionar as mais adequadas em função de uma dada situação ou contexto. As estratégias de aprendizagem, ou “aprender a aprender”, são amplamente vistas como uma competência-chave para a aprendizagem ao longo da vida e são enfatizadas como uma meta para a educação em muitos países europeus (Kikas & Jögi, 2016).

Entre os fatores que moldam a formação de atitudes de aprendizagem ao longo da vida, os professores e as práticas que estes adotam parecem ser particularmente eficazes. Por outro lado, os alunos que percebem os seus professores como mais favoráveis e dinamizadores da sua aprendizagem tendem a exibir melhores atitudes em relação à própria aprendizagem do que aqueles que recebem menor apoio dos seus professores. Em particular, pedagogias ou comportamentos específicos – como o entusiasmo dos professores pelo conteúdo da instrução, as suas interações com os alunos durante as aulas e a prática de estimular o seu pensamento crítico – podem ajudar a desenvolver os objetivos de aprendizagem dos alunos e a sua motivação para o domínio das tarefas e a autoeficácia (OECD, 2021).

Com base na discussão acima, verifica-se um aumento no número de estudos de investigação sobre as *Study skills*, já que a sua utilização está fortemente associada ao desempenho escolar (Aboagye et al., 2020). Diante das perspetivas apresentadas, considera-se necessário um estudo mais aprofundado das publicações incididas nas *Study skills*. Assim, procurou-se responder à seguinte questão: Como são implementadas as *Study skills* na atualidade? Atendendo-se ao tempo limitado para pesquisa bem como à elevada quantidade de publicações disponibilizadas em inúmeras bases de dados, priorizou-se a adoção de procedimentos rigorosos que permitam a seleção de um determinado conjunto de referências bibliográficas.

Na próxima secção, traça-se um enquadramento geral relativo à metodologia implementada, com apresentação da finalidade, questão e objetivos de investigação, o método desenvolvido - Revisão Sistemática de Literatura (RSL) - com descrição dos critérios de inclusão/exclusão, apresentando-se o *corpus* de artigos para análise. De seguida, disponibilizam-se os resultados das etapas de revisão (apresentados de acordo com as categorias e subcategorias definidas), as principais conclusões resultantes da RSL, limitações e recomendações para futuros estudos investigativos.

METODOLOGIA

Este trabalho enquadra-se no Paradigma Interpretativo, ou qualitativo (Coutinho, 2011). Traduz-se numa investigação de cariz descritivo/interpretativo com recurso à Análise de conteúdo (Bardin, 2011). A RSL é uma metodologia utilizada academicamente que permite a pesquisa e a interpretação de trabalhos produzidos sobre uma dada temática, sendo planeada para identificar, analisar e avaliar, sintetizando evidências em função de uma questão de revisão. Desse modo, o investigador acede aos materiais disponíveis, estudando-os como formação de pensamento crítico a fim de promover o avanço e melhoria da sua linha de pesquisa (Boland et al., 2014).

FINALIDADE, QUESTÃO, OBJETIVOS E RECOLHA DE DADOS PARA INVESTIGAÇÃO

Finalidade: Caracterização da implementação das *Study skills* no campo educativo atual.

Questão 1: Como são implementadas as *Study skills* no campo educativo atual?

Objetivo 1.1: identificar, seleccionar e analisar estudos sobre implementação de programas de *Study skills* realizados nos últimos cinco anos.

Objetivo 1.2: analisar os contributos dos estudos para o desenvolvimento desta área específica a partir da sua relação com alunos e professores, os resultados académicos e perspetivas para futuros estudos.

Como base para o desenvolvimento de uma RSL rigorosa foram adotadas as 8 etapas preconizadas por Boland et al. (2014) facilitadoras da localização de evidências disponíveis relacionadas com um determinado tema ou questão: (i) realizar pesquisas bibliográficas prévias, identificar a questão de revisão e escrever o protocolo; (ii) pesquisa de literatura; (iii) triagem de títulos e resumos; (iv) obtenção do texto completo; (v) seleção dos textos; (vi) extração de dados; (vii) análise e síntese e (viii) conclusão.

PROTOCOLO DA REVISÃO SISTEMÁTICA DE LITERATURA

Para efeitos da RSL, foram incluídos artigos disponibilizados nas bases de dados SCOPUS e Web of Science. Essa escolha deve-se à sua relevância, pois constituem-se como bases de dados de referência para agências de financiamento europeia, como a Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT). Para a pesquisa foi definida a palavra-chave condutora da pesquisa: "*Study skills*". A partir dos resultados alcançados, visualizaram-se os títulos e resumos dos artigos encontrados (n=18, sendo: SCOPUS = 15, Web of Science = 3), todos no idioma inglês, *all open access*, área das Ciências Sociais, artigos finais, com o objetivo de identificar os que se relacionavam com as *Study skills*. A busca foi realizada no mês de outubro de 2022 e nela foram incluídos artigos publicados entre 2018 e 2022.

CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Esse primeiro levantamento (n=18), apresentado na subsecção anterior, apresenta um conjunto de artigos cujos títulos se enquadram na palavra-chave definida. Na construção dos critérios de inclusão e exclusão consideram-se três pontos essenciais a ter em conta e de forma a agilizar o processo de revisão sistemática: o rigor científico, a credibilidade e a relevância (Dybå & Dingsøyr, 2008).

Neste estudo assente numa RSL adotaram-se os critérios de inclusão e exclusão descritos na Tabela 1.

TABELA 1 CRITÉRIOS DE INCLUSÃO E EXCLUSÃO

Críticos de inclusão	Críticos de exclusão
<ul style="list-style-type: none">• Implementação das <i>Study skills</i> em modo presencial• Aplicação no contexto educativo• Rigorosa descrição do contexto investigativo• Revistos pelos pares• Rigorosos e claros na metodologia• Apresentação clara dos resultados• Acesso a texto integral em formato pdf	<ul style="list-style-type: none">• Por oposição aos de inclusão• Artigos que pela análise dos resumos não são pertinentes com a temática e objetivos do estudo• Revisões da Literatura• Estudo relacionado com um género específico• Realidades sociais não equiparadas à realidade ocidental.• Excluir artigos duplicados nas plataformas de pesquisa consideradas

Da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, identificados na Tabela 1, dos 18 artigos pré-selecionados, 12 foram excluídos. As exclusões deveram-se a: (i) dois artigos que exploravam a implementação de programas de *Study skills* em modo online; (ii) dois artigos relacionados com um género específico; (iii) cinco artigos devido à não aplicação dos programas de *Study skills* no contexto educativo; (iv) dois artigos duplicados, publicados em ambas as bases de dados consideradas e (v) um artigo considerado uma revisão da literatura.

O diagrama 1 apresenta o protocolo PRISMA de RSL com resultados de aplicação de critérios de exclusão.

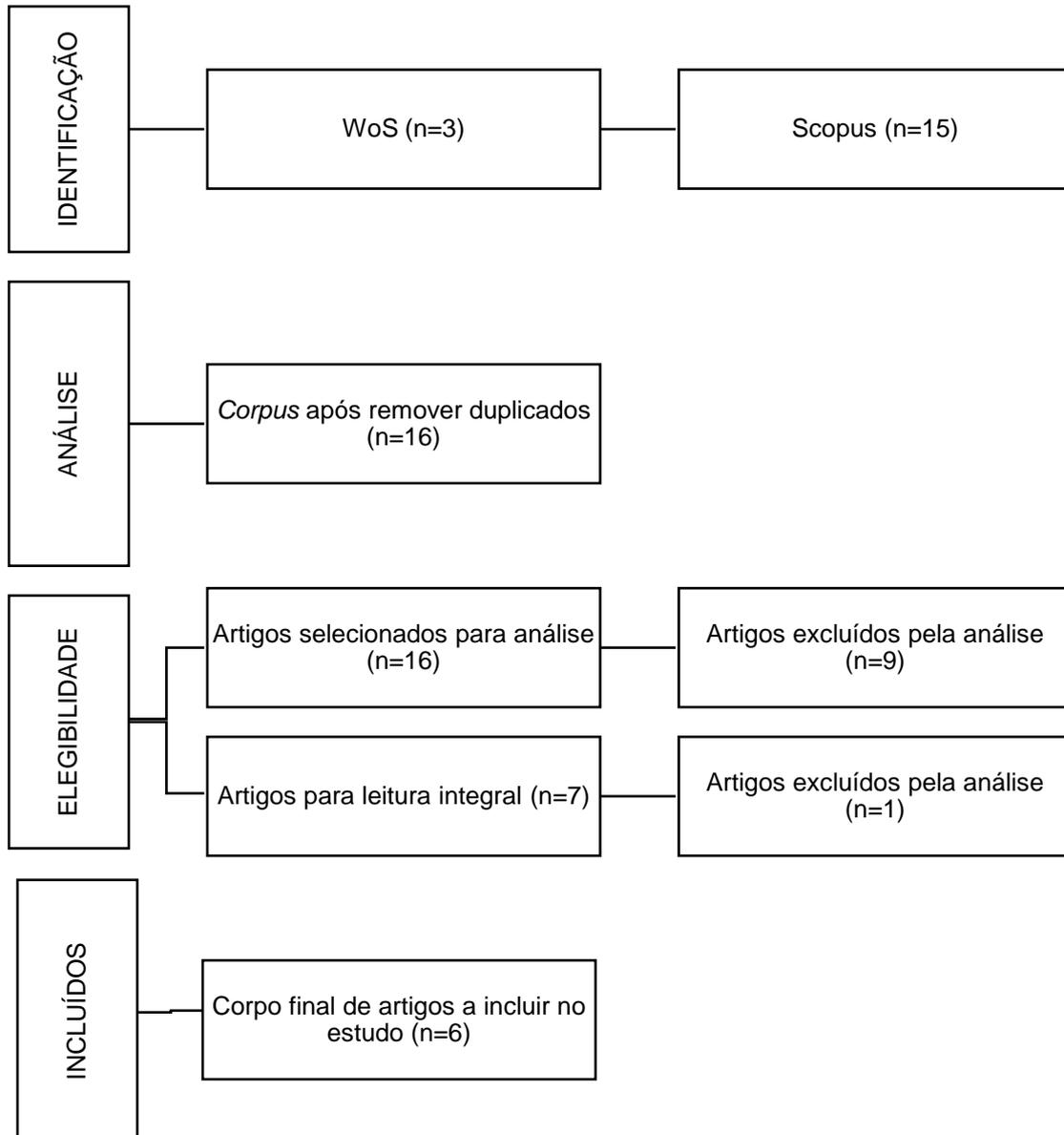


Diagrama 1 – Protocolo PRISMA de revisão com o número de artigos obtidos no fim de cada fase de inclusão/exclusão. Adaptado de (Moher et al., 2009).

CONSTITUIÇÃO DO CORPUS DE ANÁLISE

Assim, construiu-se um *CORPUS* documental final composto por 6 artigos conforme a Tabela 2. A tabela 2 apresenta os artigos codificados de A1 a A6. As referências dos artigos estão organizadas alfabeticamente pelo último nome do primeiro autor e inclui, ainda, o país de realização do estudo.

TABELA 2 *CORPUS* DE ANÁLISE

Artigo	Ano de publicação	Referências	País
A1	2020	Aboagye, G. K., Darko Amponsah, K., Johnson, E. A., Aboagye, G. K., Amponsah, K. D. &, & Johnson, E. A. (2020). Analysis of <i>study skills</i> employed by Ghanaian high school science students. <i>Cypriot Journal of Educational Sciences</i> , 15(4), 634–650. https://doi.org/10.18844/cjes.v%vi%i.5047	Gana
A2	2022	Gamby, S., & Bauer, C. F. (2022). Beyond “ <i>study skills</i> ”: a curriculum-embedded framework for metacognitive development in a college chemistry course. <i>International Journal of STEM Education</i> , 9(1). https://doi.org/10.1186/s40594-022-00376-6	Estados Unidos da América
A3	2020	Göğüş, A., & Ertek, G. (2020). A scoring approach for the assessment of <i>study skills</i> and learning styles. <i>International Journal of Information and Education Technology</i> , 10(10), 715–722. https://doi.org/10.18178/ijiet.2020.10.10.1448	Turquia
A4	2021	Hailikari, T., Katajavuori, N., & Asikainen, H. (2021). Understanding procrastination: A case of a <i>study skills</i> course. <i>Social Psychology of Education</i> , 24(2), 589–606. https://doi.org/10.1007/s11218-021-09621-2	Finlândia
A5	2019	Hedin, B., & Kann, V. (2019). Improving <i>Study skills</i> by Combining a Study Skill Module and Repeated Reflection Seminars. <i>Education Research International</i> , 2019. https://doi.org/10.1155/2019/9739854	Suécia
A6	2020	Khan, A., Grema, M. A., Latif, A. B. A., Bahar, H., Iswan, I., Sriyanto, S., Baranovich, D. L., Kosnin, A. B. M., Rosman, A. S., Mokhtar, M., Hassan, Z., Ismail, S., & Panatik, S. A. (2020). Mediating effect of positive psychological strength and <i>study skills</i> on examination anxiety among Nigerian college students. <i>Sustainability (Switzerland)</i> , 12(4). https://doi.org/10.3390/su12041479	Nigéria

De acordo com a Tabela 2, três artigos são provenientes do continente europeu, dois artigos provenientes do continente africano e um artigo tem origem no continente americano. Conseguiu-se deste modo uma diversidade geográfica o que poderá indicar a possibilidade de

desenvolvimento das *Study skills* em múltiplos contextos epistemológicos de divulgação e promoção das *Study skills*.

CATEGORIAS DE ANÁLISE

Bardin (2011) indica que a utilização da análise de conteúdo prevê três fases fundamentais: (i) pré-análise; (ii) exploração do material e (iii) tratamento dos resultados - a inferência e a interpretação. Na fase de exploração, estabelecem-se diferentes níveis de análise, separados em diferentes categorias. As categorias dizem respeito às intenções do investigador, aos objetivos da pesquisa e à questão norteadora (Bardin, 2011).

Esta autora defende que se as categorias forem bem definidas, claras e produtivas, então não haverá distorções decorrentes da subjetividade dos analistas, por outro lado, estas deverão ser produtivas, ou seja, conduzem a resultados férteis em inferências, em novas hipóteses e dados.

Na tabela 3, e de acordo com os objetivos específicos associados a questão de revisão, definiram-se quatro categorias de análise dos artigos e respetivas subcategorias.

TABELA 3 CATEGORIAS E SUBCATEGORIAS DE ANÁLISE

(A) Professores	(B) Alunos	(C) Desempenho académico	(D) Perspetivas para futuros estudos
Formação dos Professores	Dificuldades	Resultados académicos e profissionais	Inclusão das <i>Study skills</i> no currículo
Perceções dos Professores	Formação dos alunos		Transversalidade aos ciclos de ensino e duração do programa de <i>Study skills</i>
Recomendações	Perceções dos alunos		Articulação entre agentes educativos Novos estudos

RESULTADOS

A terceira fase do processo de análise do conteúdo reside no tratamento dos resultados - a inferência e interpretação. Pretendem-se resultados significativos e válidos, uma interpretação que vá além do conteúdo presente nos documentos, interessando o conteúdo *latente* - o sentido que se encontra por trás do imediatamente apreendido (Bardin, 2011).

Esta seção apresenta uma perspetiva crítica dos dados recolhidos em função da questão de revisão formulada para esta RSL. Tendo-se o *corpus* de análise definido, os dados foram compilados em quatro categorias: (a) professores; (b) alunos; (c) desempenho académico e (d) perspetivas para futuros estudos.

(a) PROFESSORES

Dentro da categoria (a) Professores, a primeira subcategoria refere-se à **Formação de professores**. Para Hedin e Kann (2019) uma forma de aumentar o tempo produtivo é fazer com que os alunos aprendam as *Study skills*. Para que um aluno possa aprender é necessária a figura do professor presente no processo, sendo que para Gamby e Bauer (2022) a instrução direta implica a promoção explícita, nos alunos, de competências metacognitivas associadas à utilização das estratégias de estudo mais eficazes, à monitorização do progresso do estudo e ao processo de autoavaliação. Aboagye et al. (2020) vão mais longe ao defenderem que os professores do ensino básico e secundário deveriam ensinar estratégias de estudo, transformadas em novas vias de estudo pelo aluno e, a longo prazo, contribuindo para melhorar a inspiração, eficácia e desempenho do aluno à medida que transita para outros ciclos de ensino.

Muitos professores não estão preparados para ensinar os alunos a utilizar as *Study skills* para promover o seu estudo. Autores como Abagoe et al. (2020) identificaram um estudo realizado por (Thorpe, 2010) entre professores do ensino básico incidido nas *Study skills*, o qual aponta para o facto de os educadores não ensinarem as *Study skills*, em contexto de sala de aula, em resultado do conhecimento limitado acerca das mesmas. Para tal, é necessário que os professores sejam alvo de formação pois só assim estarão habilitados a integrar plenamente estes recursos nas suas aulas.

Na segunda subcategoria definida encontram-se as **percepções dos professores**. Para ter influência sobre as crenças na evolução dos alunos, os professores devem ser capazes de reconhecer as autopercepções e crenças dos alunos sobre a aprendizagem como parte do seu conhecimento prévio (Gamby & Bauer, 2022). Do ponto de vista do design instrucional, os professores percebem que conhecer as características de aprendizagem dos alunos possibilita-lhes múltiplas opções para se envolverem no processo de aprendizagem (Göğüş & Ertek, 2020).

Ainda dentro da categoria (a) Professores, a terceira subcategoria refere-se a **recomendações**. Estas são explícitas no artigo desenvolvido por Aboagye et al. (2020). Para estes autores o contexto de sala de aula constitui um ambiente perfeito no qual as *Study skills* podem ser ensinadas e exploradas, inseridas no currículo desde o ensino básico ao ensino secundário. Os autores alertam ainda que os resultados educacionais podem ser melhorados de vários modos, contudo o mais importante, e um aspeto que tem sido negligenciado, reside na assistência aos alunos com o intuito de uma crescente regulação do modo como aprendem. Por outro lado, os programas de formação em *Study skills* serão tanto mais eficazes se introduzidos nos níveis inferiores da *escada académica*.

(b) ALUNOS

A primeira subcategoria contempla as **dificuldades** sentidas pelos alunos no âmbito da mobilização das *Study skills*. Investigadores, professores e mentores, apresentam preocupações ao longo dos anos com uma falta de compreensão das experiências emocionais dos alunos, como a ansiedade nos processos de avaliação (Aboagye et al., 2020). De facto, alunos em

diferentes níveis educacionais experimentam ansiedade nos processos avaliativos, o que pode interferir na tomada de decisões corretas, antes ou durante os exames e avaliações, sendo considerado um fenômeno associado a baixos desempenhos em termos de resultados nos exames (Khan et al., 2020). Para esses investigadores, a aposta num nível mais alto de *Study skills* – as mais eficazes - poderá contribuir para reduzir a ansiedade dos alunos associada aos momentos avaliativos.

Outro problema diz respeito ao ato de procrastinar pelos alunos (transferir para um momento futuro; adiar ou protelar). A procrastinação é consistentemente vista como problemática para o sucesso académico e o bem-estar geral dos alunos. Existem questões sobre os mecanismos subjacentes à procrastinação que ainda precisam ser estudadas, sendo necessário entender as suas causas com o intuito de a reduzir (Hailikari et al., 2021). Como fatores centrais associados à procrastinação estes autores identificam as capacidades dos alunos relacionadas com a: (i) gestão de tempo; (ii) autoeficácia; (iii) capacidade de gerir as suas ações e (iv) flexibilidade psicológica.

O estudo de Hedin & Kann (2019) traduzido numa intervenção em contexto educativo, focada nas *Study skills*, aponta que *parar de procrastinar* é a habilidade que os alunos, após a intervenção, acreditam ter mais efeito nas suas aprendizagens (59% efeito claro, 31% efeito provável e 10% nenhum efeito perceptível) e também foi uma das duas habilidades que a maioria dos alunos planeou tentar (afirmado por 65% antes e 60% depois). No entanto, também foi uma das habilidades mais difíceis de usar de forma consistente. Estes investigadores identificam as distrações como o principal motivo para que os alunos não utilizem uma técnica de estudo tão boa quanto planearam, seguido pela falta de tempo e persistência.

A segunda subcategoria abarca a **formação dos alunos**, ou a falta dela, em *Study skills*. Para Hedin & Kann (2019), antes da implementação de um curso constituído por um módulo formativo em *Study skills* e motivação para o estudo, a única atividade de *Study skills* para os alunos consistia numa simples palestra sobre estas, constituindo essa uma situação comum. Além disso, para que os alunos sejam mais conscientes metacognitivamente, estes necessitam de estar conscientemente envolvidos tanto com a aprendizagem enquanto um processo, quanto com as estratégias de estudo utilizadas (Gamby & Bauer, 2022). Estes investigadores, no seu estudo, indicam que o uso de um módulo de metacognição baseado em atividades de discussão ajuda os alunos a adaptar o seu conhecimento metacognitivo. Gamby & Bauer (2022) destacam vários exemplos de alunos comparando as suas próprias estratégias de estudo com as dos colegas, fazendo julgamentos sobre a sua utilidade relativa, destacando-se a importância de um discurso partilhado em torno da (meta)cognição.

Mas até que ponto os alunos continuam a utilizar as *Study skills* mais eficazes após os momentos formativos? Gamby & Bauer (2022) apresentam resultados que apontam que o modelo de instrução de metacognição aplicado funcionará como um catalisador para os alunos incorporarem estratégias de estudo mais eficazes, desde que estejam envolvidos com o material do módulo formativo. Estes investigadores apontam menores evidências sobre se os alunos continuarão no futuro a incorporar as novas estratégias aprendidas por meio do módulo formativo. No entanto, está claro para estes autores que os alunos refletiram seriamente sobre suas estratégias atuais, considerando os benefícios de ajustar essas mesmas estratégias de estudo.

Na terceira subcategoria abordam-se as **percepções dos alunos** relativamente às *Study skills*. As crenças dos alunos sobre si mesmos como alunos ou as suas crenças sobre as estratégias de estudo mais eficazes impactam a forma como abordam as tarefas a realizar (Gamby & Bauer, 2022). Os alunos são todos diferentes e diferem também no tipo de *Study skills* que empregam na aprendizagem (Aboagye et al., 2020). Esses autores referem que alunos motivados ou desmotivados têm percepções distintas sobre o seu professor, a turma a que pertencem e o currículo utilizado. Essas percepções formam a base das atitudes que os alunos apresentam em relação à aprendizagem. Por outro lado, os alunos querem ser aprendizes ativos e que os seus professores apliquem técnicas de ensino e aprendizagens ativas, como os debates e atividades cooperativas/colaborativas (Göğüş & Ertek, 2020).

Identifica-se uma diferença relativamente à utilização das *Study skills* mais eficazes após os programas de formação das mesmas. Hedin & Kann (2019) detetaram no seu estudo uma clara diferença entre as intenções e a frequência com que os alunos alteram os seus hábitos e métodos de estudo, com utilização das melhores técnicas de estudo. Cerca de 54% dos alunos usam as técnicas que pretendiam, mas apenas algumas vezes ou nenhuma vez.

(c) DESEMPENHO ACADÉMICO

Dentro da categoria (c) desempenho académico, a subcategoria identificada refere-se aos **resultados académicos e profissionais**. Estudos revistos até agora revelam que as *Study skills* são vitais para o desempenho académico dos alunos (Aboagye et al., 2020). Esses autores identificam ainda o impacto positivo das *Study skills* no estudo dos alunos caso este ocorra num ambiente agradável e de modo organizado.

Khan et al. (2020) identificam a ansiedade associada à proximidade de exames e aos momentos avaliativos como um fator que afeta o desempenho académico dos alunos. Estes investigadores entendem a ansiedade como uma condição devastadora associada à mobilização de *Study skills* insuficientes e aliada a momentos de *stress*, podendo resultar num revés para os alunos que desenvolvam forte apreensão e tensão nestes momentos. Por outro lado, os alunos são naturalmente propensos à adoção de *Study skills* inadequadas, conduzindo-os a meios limitados de pensamento lógico (Khan et al., 2020). O desempenho dos alunos, com recurso a estratégias de *Study skills*, será aprimorado como resultado da facilidade com que a maioria dos conceitos pode ser aprendida (Aboagye et al., 2020). Ainda em termos de desempenho académico Aboagye et al. (2020) sugerem, por exemplo, que o desenvolvimento de capacidades de escrita pode ajudar os alunos a melhorar sua independência, eloquência e engenhosidade, contribuindo para que se tornem melhores comunicadores, facilitando a compreensão, pelos outros, das suas ideias.

(d) PERSPETIVAS PARA FUTUROS ESTUDOS

A primeira subcategoria engloba a **inclusão das *Study skills* no currículo**. Aboagye et al. (2020) destacam no seu estudo o contributo de (Demir et al., 2012). Para estes últimos, apesar do modo como a investigação sustenta, em geral, melhorias no desempenho escolar quando os alunos aplicam *Study skills* mais eficazes, constata-se a inexistência de um currículo que as disponibilize, obrigatoriamente, aos alunos das escolas dos Estados Unidos da América.

Mais estudos são necessários para determinar como as estratégias de *Study skills* podem ser integradas no currículo do ensino secundário para a promoção das aprendizagens (Aboagye et al., 2020). Destaca-se a necessidade da integração das *Study skills* no currículo em resultado de um défice geral da capacidade de autorregulação nos alunos, sendo que a criação de um módulo formativo de *Study skills* poderá oferecer novas perspetivas, ao aluno, acerca de como lidar com hábitos e métodos de estudo ineficientes (Hedin & Kann, 2019). Sugere-se assim que os professores ensinem os alunos a utilizar eficazmente as *Study skills* ao longo do seu percurso escolar (Aboagye et al., 2020).

A segunda subcategoria inclui a **transversalidade aos ciclos de ensino e duração dos programas de *Study skills***. Na sua investigação, Gamby & Bauer (2022) referem o estudo desenvolvido por Clary et al. (2018). Segundo estes últimos há evidências substanciais, por exemplo ao nível do desenvolvimento profissional, que apontam para que intervenções curtas poderão não ser tão eficazes para alterar comportamentos e crenças dos alunos. Este estudo é inovador porque envolve a criação de um módulo de instrução de metacognição a longo prazo (Gamby & Bauer, 2022).

Autores como Hailikari et al. (2021) sustentam que, sendo a gestão do tempo e a gestão de esforço fatores predominantemente associados à procrastinação, se aposte na promoção de estratégias associadas à gestão do tempo pelos alunos, por exemplo no ensino superior. Em termos do combate à procrastinação, que constitui uma das dificuldades dos alunos em termos de foco e flexibilidade na gestão de tempo, Hailikari et al. (2021) indicam melhores resultados para os alunos que tendem a procrastinar se eles se beneficiarem de treino focado nas capacidades de gestão de tempo e na promoção da flexibilidade psicológica.

Aboagye et al. (2020) identificam estudos realizados como o de Smith et al. (2012) que mostraram que um programa de *Study skills* é tanto mais eficaz e produtor de resultados positivos, quanto mais cedo for introduzido no percurso escolar dos alunos. Os autores recomendam módulos formativos de *Study skills* nos quais os alunos sejam instruídos a experienciar, avaliar e refletir sobre as suas *Study skills*. Por outro lado, considera-se importante refletir repetidamente sobre as *Study skills* junto de outros alunos e, preferencialmente, de anos diferentes ao longo do seu percurso formativo (Hedin & Kann, 2019).

Na terceira subcategoria aborda-se a **articulação entre agentes educativos** no âmbito da formação em *Study skills*. Um modo promissor de apoiar a flexibilidade psicológica e os processos de aprendizagem dos alunos poderá ser combinar cursos de *Study skills* focados na gestão de tempo e esforço com cursos de aceitação e estabelecimento de compromissos, nos quais os alunos poderiam praticar a tolerância ao stresse e pensamentos negativos, bem como desenvolver sua gestão de tempo e esforço.

A quarta subcategoria inclui a perspetiva dos **novos estudos**. Embora tenham sido realizados estudos relativos às *Study skills* sobre variáveis como a idade e tipo de escola que afetam o desempenho dos alunos, contudo o efeito dos estilos de aprendizagem dos alunos, e outras variáveis, sobre as *Study skills* não foi suficientemente explorado (Aboagye et al., 2020). Esses autores consideram essencial que os investigadores construam associações causais entre os métodos de estudo identificáveis e a aprendizagem viável adotada pelos alunos para, eventualmente, melhorar seu desempenho académico.

CONCLUSÃO

O presente estudo teve como objetivos: (i) identificar, selecionar e analisar estudos sobre implementação de programas de *Study skills* realizados nos últimos cinco anos e (ii) analisar os contributos dos estudos para o desenvolvimento desta área específica a partir da sua relação com alunos e professores, os resultados académicos e perspectivas para futuros estudos. Efetuou-se uma RSL nas bases de dados SCOPUS e a Web of Science (WOS). Considerou-se fundamental: (i) formulação da questão de revisão e a palavra-chave condutora do estudo; (ii) definição dos critérios de inclusão e exclusão e (iii) construção do protocolo da RSL.

Da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, dos 18 artigos pré-selecionados, 12 foram excluídos. As exclusões deveram-se a: (i) artigos que exploravam a implementação de programas de *Study skills* em modo online; (ii) estudos relacionados com um género específico (masculino e/ou feminino); (iii) não aplicação dos programas de formação em *Study skills* no contexto educativo; (iv) artigos duplicados, publicados em ambas as bases de dados consideradas e (v) artigos considerados como revisões de literatura. Assim, restaram 6 artigos que cumpriram todos os critérios e que constituíram o *corpus* de análise final.

Em termos globais defende-se os professores enquanto agentes promotores das *Study skills*, auxiliando e transformando o estudo dos alunos, assente em novas vias e perspectivas de otimização da gestão do seu tempo e esforço para a melhoria da inspiração, eficácia e desempenho destes à medida que transitam para outros ciclos de ensino. Existem inúmeros benefícios relacionados com o desenvolvimento e melhoria das *Study skills*, como a promoção de trabalho em equipa e comunicação, a capacidade de organização de forma autónoma, a promoção da autoconfiança e autoeficácia na resolução de tarefas (Cuseo et al., 2013; van Heerden-Pieterse, 2015).

Os professores atribuem as dificuldades dos alunos nas várias áreas disciplinares devido ao conhecimento insuficiente do conteúdo ou ao esforço insuficiente, sem levar em consideração o papel específico das estratégias de estudo (Meneghetti et al., 2007). Por outro lado, é claro que muitos professores não estão preparados para ensinar os alunos a utilizarem eficazmente as *Study skills* para a promoção do seu estudo. Os professores não as ensinam pois apresentam conhecimento limitado sobre as mesmas. Assim, destaca-se a relevância da formação destinada aos professores de modo que, devidamente treinados e habilitados, possam integrar as *Study skills* em contexto de sala de aula.

Para o sucesso de programas de formação em *Study skills* é fundamental que os professores reconheçam as autopercepções, crenças e perspectivas dos alunos acerca das suas próprias aprendizagens. Assim, terão mais opções para dinamizarem o envolvimento dos alunos nos processos de autorregulação do estudo. Destaca-se igualmente a importância do contexto de sala de aula para a formação em *Study skills*, realçando-se que programas de formação em *Study skills* serão tanto mais eficazes, com resultados mais positivos, quanto mais precocemente forem introduzidos nos diferentes ciclos de ensino.

Os hábitos e atitudes de estudo relacionam-se com melhores desempenhos nas avaliações e no sucesso académico global dos alunos (Robbins et al., 2004). De acordo com Meneghetti et al. (2007), o início da adolescência é caracterizado por um aumento nas exigências de estudo e pelo estabelecimento de um método de estudo sistemático, contudo alguns alunos

tendem a falhar nas tarefas de estudo. Os alunos, independentemente do ciclo de ensino, experimentam cedo a ansiedade nos processos de avaliação, interferindo na tomada de decisões corretas, antes ou durante os exames, sendo um fenômeno que poderá comprometer o seu sucesso acadêmico. A investigação evidencia que a aposta num nível mais alto de *Study skills* poderá contribuir para reduzir a ansiedade associada aos exames, incrementando assim o sucesso dos alunos concretização das diferentes tarefas de estudo.

Uma outra dificuldade dos alunos relaciona-se com o saber lidar com o ato de procrastinar, o qual se assume como potencialmente problemático para o seu sucesso escolar e bem-estar geral. Associados à procrastinação relacionam-se vários como fatores como a limitada gestão de tempo, uma menor autoeficácia e uma reduzida capacidade de gerir ações e lidar de modo flexível com tarefas propostas. De acordo com Zimmerman (2008), alunos bem-sucedidos desenvolvem consciência metacognitiva do processo de aprendizagem. Por outras palavras, os alunos bem-sucedidos desenvolvem compreensão das exigências de uma tarefa e, em seguida, selecionam intencionalmente as estratégias apropriadas para a concluir (Zimmerman, 2008). Verificam-se melhores resultados para os alunos que tendem a procrastinar se estes beneficiarem de treino focado nas *Study skills*, nas capacidades de gestão de tempo e na promoção da sua flexibilidade psicológica.

A afetar a utilização eficaz das *Study skills* pelos alunos estão os elementos distrativos, a falta de tempo e défice de persistência na execução de tarefas. Como sugestões de otimização do uso de *Study skills* mais eficazes apresenta-se a visualização da aprendizagem enquanto um processo tal como as estratégias de estudo empregues e a comparação das estratégias dos alunos com as dos seus pares, numa ótica de discurso partilhado. Realça-se que os alunos preferem aprendizagens ativas, sendo que os professores deverão assim aplicar metodologias ativas de aprendizagem, fomentando a colaboração com outro(s) aluno(s), debates e atividades cooperativas/colaborativas, preferencialmente de anos diferentes e ao longo do seu percurso formativo.

Os programas de formação em *Study skills* funcionam como catalisadores para os alunos incorporarem novas estratégias de estudo, mais eficazes, desde que estes estejam ativamente envolvidos com o material do módulo formativo. Apontam-se menores evidências sobre se os alunos continuarão no futuro a incorporar as novas *Study skills* aprendidas. É ponto assente que sendo os alunos diferentes, também estes utilizam diferentes *Study skills* no seu processo de aprendizagem.

Investigações indicam que a melhoria no perfil de *Study skills* dos alunos pode ter um impacto positivo no seu sucesso académico (Hattie, 2009; Moseki & Schulze, 2010). Neste contexto, investigadores identificam a importância de os alunos estudarem persistente e organizadamente num ambiente agradável. Contudo, muitos alunos são propensos a adotar *Study skills* inadequadas com perpetuação de meios limitados de pensamento lógico.

Destaca-se a importância da integração das *Study skills* no currículo com vista à promoção das aprendizagens dos alunos. Neste âmbito, vários estudos foram desenvolvidos com aplicação de programas de formação e treino em *Study skills*, com indicação de que esses programas produzem mudanças mensuráveis e positivas no perfil de *Study skills* dos alunos (Mason, 2019). Contudo mais estudos são necessários para determinar como as estratégias de *Study skills* poderão ser incluídas no currículo para a promoção das aprendizagens. Evidencia-se que programas de formação em *Study skills* de curta duração poderão não ser tão eficazes para

mudar comportamentos e crenças dos alunos, defende-se assim a aposta em módulos formativos de longo prazo.

LIMITAÇÕES DO ESTUDO

Este estudo, sendo uma RSL, apresenta algumas limitações, como a escassez de trabalhos publicados nos últimos cinco anos na área das *Study skills*, dificultando assim a recolha de conteúdos e informações importantes para o desenvolvimento deste artigo. A pesquisa sobre as *Study skills* poderá ser valorizada com o alargamento a outras bases de dados, incluindo o contexto português e o campo do ensino superior, com realização de triangulação ao nível das novas informações obtidas, permitindo o aprofundamento da análise da implementação das *Study skills* na atualidade.

Poderão constituir-se ainda como limitações o facto de a procura de artigos ser restringida a artigos em inglês e em bases de dados online, igualmente pelos anos limitados da pesquisa – 5 anos e pelo caráter de *open access* dos artigos, pela especificidade dos critérios de inclusão e exclusão. Todos estes pontos poderão ter propiciado a exclusão de textos com relevância para este estudo. Por fim, realça-se a subjetividade inerente aos investigadores na interpretação de títulos e resumos, por vezes vagos e/ou subjetivos, dificultando-se a aplicação dos critérios previstos para esta RSL.

FUTURAS INVESTIGAÇÕES

Os resultados obtidos nesta RSL consistem numa base inicial para futuras investigações na área específica das *Study skills*. Assim, apresentam-se sugestões de questões para futuras investigações, tais como: (i) como incorporar as *Study skills* no currículo e assim disponibilizá-las obrigatória e eficazmente nas escolas? (ii) como conceber, planear, validar, intervir, refletir e avaliar, programas de formação em *Study skills*, para professores e alunos?; (iii) como equacionar a introdução de programas de formação em *Study skills* nos níveis mais baixos de escolaridade?; (iv) como podem as mentorias contribuir para a promoção das *Study skills* nos alunos?; (v) como explorar a influência dos estilos de aprendizagem dos alunos, e outras variáveis, sobre as *Study skills* e (vi) que associações causais entre métodos de estudo identificáveis e a aprendizagem viável adotada pelos alunos poderão ser identificadas para a melhoria do seu desempenho académico?

Assim, recomendam-se futuras investigações que possam expandir os resultados apresentados nesta RSL, integradas no âmbito da análise do currículo dos alunos, pela deteção de correlações entre atitudes, comportamentos e hábitos de estudo dos alunos. Considera-se pertinente determinar, por exemplo, se existirá um perfil de *Study skills* específico de aluno em função do ciclo de ensino frequentado, com o intuito de desenvolver módulos formativos otimizados a cada ciclo de ensino.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aboagye, G. K., Darko Amponsah, K., Johnson, E. A., Aboagye, G. K., Amponsah, K. D. &, & Johnson, E. A. (2020). Analysis of *study skills* employed by Ghanaian high school science students. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 15(4), 634–650. <https://doi.org/10.18844/cjes.v%vi%i.5047>
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70.
- Boland, A., Cherry, M. G. (M. G., & Dickson, R. (Rumona). (2014). *Doing a systematic review : a student's guide / edited by Angela Boland, M. Gemma Cherry & Rumona Dickson*. SAGE.
- Clary, R. M., Elder, A., Dunne, J., Saebo, S., Beard, D., Wax, C., & Tucker, D. L. (2018). Beyond the professional development academy: Teachers' retention of discipline-specific science content knowledge throughout a 3-year mathematics and science partnership. *School Science and Mathematics*, 118(3–4), 75–83. <https://doi.org/10.1111/ssm.12267>
- Coutinho, C. P. (2011). *Metodologia de investigação em ciências sociais e humanas: Teoria e prática*. . Edições Almedina.
- Cuseo, J., Thompson, A., McLaughlin, J., & Moon, S. (2013). *Thriving in the Community College and Beyond: Research-Based Strategies for Academic Success and Personal Development* (2nd edition). Kendall Hunt Pub Co.
- Demir, S., Kilinc, M., & Dogan, A. (2012). The Effect of Curriculum for Developing Efficient Studying Skills on Academic Achievements and Studying Skills of Learners. In *International Electronic Journal of Elementary Education* (Vol. 4, Issue 3). www.iejee.com
- Devine, T. G. (1987). *Teaching study skills: A guide for teachers*. Allyn and Bacon.
- Dunlosky, J., Rawson, K. A., Marsh, E. J., Nathan, M. J., & Willingham, D. T. (2013). Improving Students' Learning With Effective Learning Techniques: Promising Directions From Cognitive and Educational Psychology. *Psychological Science in the Public Interest*, 14(1), 4–58. <https://doi.org/10.1177/1529100612453266>
- Dybå, T., & Dingsøy, T. (2008). Empirical studies of agile software development: A systematic review. *Information and Software Technology*, 50(9–10), 833–859. <https://doi.org/10.1016/j.infsof.2008.01.006>
- Gamby, S., & Bauer, C. F. (2022). Beyond “*study skills*”: a curriculum-embedded framework for metacognitive development in a college chemistry course. *International Journal of STEM Education*, 9(1). <https://doi.org/10.1186/s40594-022-00376-6>
- Göğüş, A., & Ertek, G. (2020). A scoring approach for the assessment of *study skills* and learning styles. *International Journal of Information and Education Technology*, 10(10), 715–722. <https://doi.org/10.18178/ijiet.2020.10.10.1448>
- Hailikari, T., Katajavuori, N., & Asikainen, H. (2021). Understanding procrastination: A case of a *study skills* course. *Social Psychology of Education*, 24(2), 589–606. <https://doi.org/10.1007/s11218-021-09621-2>
- Hattie, J. A. C. (2009). *Visible Learning A synthesis of over 800 meta-analyses relating to achievement*. Routledge.
- Hattie, J. A. C., & Donoghue, G. M. (2016). Learning strategies: a synthesis and conceptual model. *Npj Science of Learning*, 1(1), 16013. <https://doi.org/10.1038/npjscilearn.2016.13>
- Hattie, J., Biggs, J., & Purdie, N. (1996). Effects of Learning Skills Interventions on Student Learning: A Meta-Analysis. *Review of Educational Research*, 66(2), 99–136. <https://doi.org/10.3102/00346543066002099>
- Hedin, B., & Kann, V. (2019). Improving *Study skills* by Combining a Study Skill Module and Repeated Reflection Seminars. *Education Research International*, 2019. <https://doi.org/10.1155/2019/9739854>
- Hoover, J. J., & Patton, P. R. (1995). *Teaching students with learning problems to use study skills: A teacher's guide*. (Pro-Ed., Ed.). Pro-Ed.

<https://doi.org/10.34624/ilcj.v13i2.31194>

- Jenkins, L. N., & Kilpatrick Demaray, M. (2015). *AN INVESTIGATION OF RELATIONS AMONG ACADEMIC ENABLERS AND READING OUTCOMES*. http://thekeep.eiu.edu/psych_fac/38
- Khan, A., Grema, M. A., Latif, A. B. A., Bahar, H., Iswan, I., Sriyanto, S., Baranovich, D. L., Kosnin, A. B. M., Rosman, A. S., Mokhtar, M., Hassan, Z., Ismail, S., & Panatik, S. A. (2020). Mediating effect of positive psychological strength and *study skills* on examination anxiety among Nigerian college students. *Sustainability (Switzerland)*, 12(4). <https://doi.org/10.3390/su12041479>
- Kikas, E., & Jõgi, A.-L. (2016). Assessment of learning strategies: self-report questionnaire or learning task. *European Journal of Psychology of Education*, 31(4), 579–593. <https://doi.org/10.1007/s10212-015-0276-3>
- Mason, H. D. (2019). Evaluation of a *Study skills* Intervention Programme: A Mixed Methods Study. *Africa Education Review*, 16(1), 88–105. <https://doi.org/10.1080/18146627.2016.1241666>
- Meneghetti, C., de Beni, R., & Cornoldi, C. (2007). Strategic knowledge and consistency in students with good and poor *study skills*. *European Journal of Cognitive Psychology*, 19(4–5), 628–649. <https://doi.org/10.1080/09541440701325990>
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & Group, T. P. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLOS Medicine*, 6(7), e1000097. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Moseki, M., & Schulze, S. (2010). Promoting self-regulated learning to improve achievement: A case study in higher education. *Africa Education Review*, 7(2), 356–375. <https://doi.org/10.1080/18146627.2010.515422>
- OECD. (2019). *OECD Skills Strategy 2019*. OECD. <https://doi.org/10.1787/9789264313835-en>
- OECD. (2021). *OECD Skills Outlook 2021*. OECD. <https://doi.org/10.1787/0ae365b4-en>
- Robbins, S. B., Lauver, K., Le, H., Davis, D., Langley, R., & Carlstrom, A. (2004). Do Psychosocial and Study Skill Factors Predict College Outcomes? A Meta-Analysis. *Psychological Bulletin*, 130(2), 261–288. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.130.2.261>
- Smith, J., Groves, M., Bowd, B., & Barber, A. (2012). Facilitating the Development of *Study skills* through a Blended Learning Approach. *International Journal of Higher Education*, 1(2). <https://doi.org/10.5430/ijhe.v1n2p108>
- Thorpe, C. (2010). *Promoting Academic Achievement in the Middle School Classroom: Integrating Effective Study skills Instruction*. <https://eric.ed.gov/?id=ED510601>
- van Heerden-Pieterse, E. (2015). *Life skills : my journey, my destiny* (Second edition). Van Schaik e Hatfield.
- Zimmerman, B. J. (2008). Investigating Self-Regulation and Motivation: Historical Background, Methodological Developments, and Future Prospects. *American Educational Research Journal*, 45(1), 166–183. <https://doi.org/10.3102/0002831207312909>

Submetido em: 13/02/2023

Aprovado em: 20/03/2023

Revisões requeridas: 28/03/2023

Publicado em: 30/03/2023