



# 10 trucs que t'ajudaran a estudiar, segons una alumna de Harvard

Els consells a l'hora d'estudiar sempre són útils, sobretot si te'ls dona una persona que s'ha graduat a Harvard, una de les universitats més prestigioses del món. Us deixem amb alguns dels trucs que la jove Sophia Chua-Rubinfeld va voler compartir a través del seu blog:

```
(function(d,s,id){var js,fjs=d.getElementsByTagName(s)[0];if(d.getElementById(id))return;js=d.createElement(s);js.id=id;js.src='https://embed.ex.co/sdk.js';fjs.parentNode.insertBefore(js,fjs);}(document,'script','exco-sdk'));
```

[/playbuzz]

## Versió sense playbuzz:

1. Estudia menys, però estudia millor: quan estiguis davant dels apunts, concentra't.
2. Pren els apunts a mà i fes-te els resums també a mà. Fer-ho així farà que assimilis més fàcilment la informació.
3. Intenta estudiar una mica cada dia i procura no passar-hi massa hores, és contraproductiu.
4. Fixa't un objectiu quan estiguis estudiant. Quan fem les coses per un propòsit, hi posem més ganes.
5. Allunya el mòbil quan estiguis estudiant...si no la temptació de mirar Instagram estarà massa a prop.
6. En comptes de subratllar tots els apunts, és més útil que escriguis petites notes al marge de les pàgines que t'ajudin a recordar idees concretes.
7. Mentre llegeixis, fes-te preguntes sobre el text, reflexiona. Es tracta d'entendre el que estàs llegint no d'"empollar".
8. Si no entens alguna cosa. Atura't i busca-ho a internet o demana ajuda a un amic o familiar.
9. Llegeix els apunts o el resum que t'hagis fet en veu alta.
10. Repassa els apunts amb els teus amics: explicar el temari ajuda a entendre'l.

[ficientreport]