CICLO EARA

O PROCESSO DA APROVAÇÃO



FERNANDO MESQUITA

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Para Gabriela, sem a
qual nada seria possível

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Copyright 2014 Fernando Mesquita– Todos os direitos reservados
Pirataria é crime.
Citações poderão ser feitas em outras obras, desde que citada a fonte.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

SOBRE O AUTOR



Fernando Mesquita é um pisciano de menos de 30 anos, casado e pai de 3 cachorros sem raça, mas com mais raça do que muitos detentores de pedigree.

Em 2003, foi aprovado em seu primeiro concurso público e partiu em sua jornada como empregado público. As coisas foram mudando. Foi fotógrafo profissional, morou no exterior, trabalhou com design, música, livros, coaching, e hoje faz um pouco de tudo e é servidor público nas horas vagas.

Aprovado em 14 concursos públicos nos últimos 10 anos – federais e estaduais, de nível médio e superior.

Fala de si próprio na 3ª pessoa, mas foi considerado inofensivo para o trato público.

Em 2014, escreveu o livro Sucesso nos Concursos de A a Z, uma coletânea de artigos sobre os principais temas dos concursos públicos. A obra foi publicada pela editora Impetus.

Escreve no Blog do Fernando Mesquita, e te convida a assinar a newsletter[1] e participar de nossa conversa exclusiva, onde falamos desde ciências até a morte e o futuro. Tratamos, inclusive, de aprendizado, resiliência, consistência e, eventualmente, concursos públicos.

[1] http://blogdofernandomesquita.com.br/newsletter

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

AGRADECIMENTOS

Escrever um livro é sempre uma atividade fenomenal, e como provavelmente já se nota, pretendo dedicar a vida a isso.

Agradeço aos meus leitores, que todos os dias contribuem para o aprimoramento dos conteúdos aqui trabalhados. Os livros são escritos para você e pensando em você.

Obrigado pela apoio e pela colaboração.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

CONTEÚDO

Sobre o autor 4
Agradecimentos 5
Apresentação 9
Introdução 15
Conhecendo o Ciclo 17
Breve explicação sobre etapas de estudos 20
Sobre sessões de estudos 22
Estudo 25
O planejamento 26
Carga horária e distribuição de conteúdos 28
A pergunta de um milhão de reais: Quantas horas devo estudar por dia? 31
Quanto tempo devo estudar? 32
Pau de sebo versus areia de praia - A importância de atuar segundo a dificuldade 43
Uma metáfora sobre a vida - O problema da mudança de área 49
O estudo propriamente dito 57
A importância do ambiente 57
Estudar ouvindo música é bom? 58

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Qual o melhor horário para se estudar?.....60
Diferenciação de circunstâncias – estudo x aplicação.....61
Assistindo aulas.....62
Sobre a criação das próprias questões.....65
Como criar questões?.....67
Leitura.....68
Concentração.....72
Tipos de materiais de estudos.....75
A base.....76
A revisão.....76
Aplicação.....79
Ciclo de vida dos materiais.....80
A construção concomitante do material de revisão.....81
Aplicação.....83
A importância da aplicação.....84
Quantas questões preciso resolver?.....87
A relação aplicação-revisão.....93
Formas de aplicação.....99
A aplicação com a resolução de questões.....99
Como aproveitar as questões.....101

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

A aplicação com a resposta a itens discursivos 114

Questões Elaboradas por Professores – usar ou não? 119

O aprendizado associado 121

Quanto preciso acertar para passar? 128

Revisão 131

Como revisar? 138

Resumos 138

mapas mentais 141

Sua majestade, o mapa mental 142

A adaptação da revisão 148

O que é adaptar-se? 152

Como usar o ciclo em cada sessão de estudos 155

Conclusão 157

Bibliografia 163

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Apresentação

"Tell me and I forget.
Teach me and I remember.
*Involve me and I learn."**
Benjamin franklin

*Diga-me e esquecerei.
Ensine-me e lembrarei
Envolva-me e aprenderei

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Imagine que você tenha caído de paraquedas no mundo dos concursos públicos.

Você já ouviu expressões soltas (“ciclo de estudos”; “horas líquidas”, “bancas”, “fator de correção”) e, com o tempo, isso até começou a fazer sentido.

Mas algumas coisas parecem nunca fazer sentido.

Você se pergunta: “Qual a melhor forma de estudar?” porque os candidatos vivem falando sobre isso.

Alguns preferem resumos, outros fazem mapas mentais, alguns só fazem exercícios. E os resultados não são controlados, são dispersos e incomparáveis, então fica ainda mais difícil saber o que funciona.

Mas e... se você tivesse um sistema?

E se você tivesse um método que fosse flexível o suficiente para abranger suas preferências mas eficaz o suficiente para garantir uma evolução mensurável na sua rotina?

E se você soubesse não só o quanto estudar agora, mas como saber se está evoluindo, se está “passando de fase”[2], se está subindo a ladeira – e o que fazer quando chegar mais alto?

Aqui estamos.

Este livro foi escrito provavelmente no momento mais conturbado da minha vida. No momento em que escrevo esta apresentação, por

[2] Para usar uma terminologia não só dos estudos, como também de jogos

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

exemplo, acabei de enviar a revisão do texto do livro Sucesso nos Concursos de A a Z que, embora eu ainda não saiba, certamente será um sucesso, independente de números de vendas.

Isso porque foi construído com a ajuda dos alunos, dos clientes e dos leitores do Blog do Fernando Mesquita[3], que acompanham os escritos todos os dias e ajudam a tornar a preparação para concursos um pouco mais simples.

O fato de eu ter começado este texto em um momento tão delicado significa que tenho de ser breve, objetivo, conciso e direto ao ponto, como tenho sido com meus leitores, que me instigaram a encontrar saídas para os problemas que os concursandos normalmente encontram em suas trajetórias.

Meu objetivo passou de simplesmente juntar ideias para criar um bom canal de comunicação, com respostas abrangentes para problemas específicos. Acredito que este material que você tem em mãos seja um (largo) passo nessa direção.

Considero-me um curioso em busca de respostas, procurando encontrar aquilo que todos buscamos nesse ramo - a aprovação em um (excelente, espera-se) concurso público.

Mas mais importante do que isso, o sistema de que tratamos nas próximas páginas dedica-se a apresentar uma alternativa para todos

[3] Blogdofernandomesquita.com.br – você pode se cadastrar para receber a newsletter e conferir os artigos, as enquetes e ajudar na construção dos conteúdos na disseminação do conhecimento.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

os problemas de estudos em geral que encontramos ao longo da vida.

Entre o nascimento e a aposentadoria de um profissional de nível superior, podemos esperar pelo menos entre 20 a 25 anos de estudos (somando-se educação fundamental, média, superior, pós-graduação e reciclagens diversas). Isso tudo, na maior parte das vezes, sem nenhuma instrução formal sobre os estudos em si, a forma de estudar.

Imagine passar 25 anos fazendo algo sem saber ao certo o que se está fazendo.

Essa é uma situação que muitas pessoas vivem mundo afora.

O livro que você tem nas mãos foi um processo de construção gradual ao longo dos anos. É o refinamento de uma série de ideias que simplificam à essência aquilo que precisamos para um estudo consistente para concursos públicos e para a vida.

O ciclo EARA foi apresentado no meu livro anterior - Sucesso nos Concursos de A a Z[4] - que não tinha a intenção de ser um texto técnico, mas sim um apanhado de reflexões sobre os concursos públicos – e acabou tratando de alguns temas bastante importantes, como concorrência, bancas, comportamentos do concursando, família. Assuntos sempre presentes e de enorme relevância.

Agora, transformado de mero item a material autônomo, pretendo apresentar a estrutura que utilizei (e utilizo) durante os estudos e que

[4] Blogdofernandomesquita.com.br/sucesso

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

recomendei, com sucesso, a tantos alunos e colegas que me procuraram ao longo dos anos para sugestões sobre comportamentos de estudos.

Como de costume, ao falarmos de um tópico tão complexo e intenso, um assunto puxa o outro e às vezes é difícil ser objetivo (embora eu realmente tenha tentado), porque quero que você perceba as interrelações de cada ponto e como você pode fazer para transformá-los em ferramentas para sua aprovação.

Conforme o processo de escrita foi avançando, percebi que comecei a tocar em muitos pontos que os candidatos sentiam falta na leitura de outros livros. Aprofundamos a questão dos estudos, da revisão, dos exercícios, mostrando como, quanto e quando fazer. É quase uma planta baixa do "plano de fuga" da vida de concursando para a vida de servidor público.

Tudo que abordamos aqui é de fundamental importância no desenvolvimento de um candidato competitivo.

Além disso, sempre que possível, remeto-lhe a conteúdos extras – artigos ou ideias em sites ou no meu próprio blog, onde discutimos os assuntos que podem ser expandidos além do limite dessas páginas.

Como falei na introdução do Sucesso nos Concursos de A a Z, escrever é um sonho antigo, e estou definitivamente vivendo o sonho. A publicação do livro anterior foi um momento incrível, e percebi que ainda há muito terreno a ser explorado, principalmente quando se trata de estudos, aprendizado, resiliência e consistência.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Em um grande projeto há muitas variáveis e seria inocente de minha parte tentar abordar tudo em apenas um volume. Por conta disso, foram nascendo outras obras, que serão apresentadas a você com o tempo.

Espero que a leitura seja agradável e produtiva, e espero que você coloque em prática o que trabalhamos aqui. Mais importante do que ler (o que já é um grande passo, meus parabéns), aplicar o conhecimento adquirido é o que de fato faz diferença para sua aprovação.

Obrigado pela confiança.

Fernando Mesquita

fernando@fernandomesquita.com.br
www.blogdofernandomesquita.com.br

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Introdução

"Education is what remains after one
has forgotten what one has learned in school"
Albert Einstein

*Educação é aquilo que fica depois que se esquece o que foi aprendido na escola.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

A ideia deste livro é ser técnico - no sentido de te mostrar o passo a passo de uma estratégia para estudos que funciona. Aqui, abordamos um sistema que vai fazer muita diferença na sua preparação.

Esse sistema funciona não só comigo (após 14 aprovações em concursos públicos) como com diversos alunos, leitores e conhecidos que, aplicando esse conhecimento, conseguiram obter o desempenho desejado e a aprovação nos concursos pretendidos.

Em outros tantos casos, conseguiram melhorar ainda mais os resultados que vinham obtendo, logrando aprovações em melhores condições.

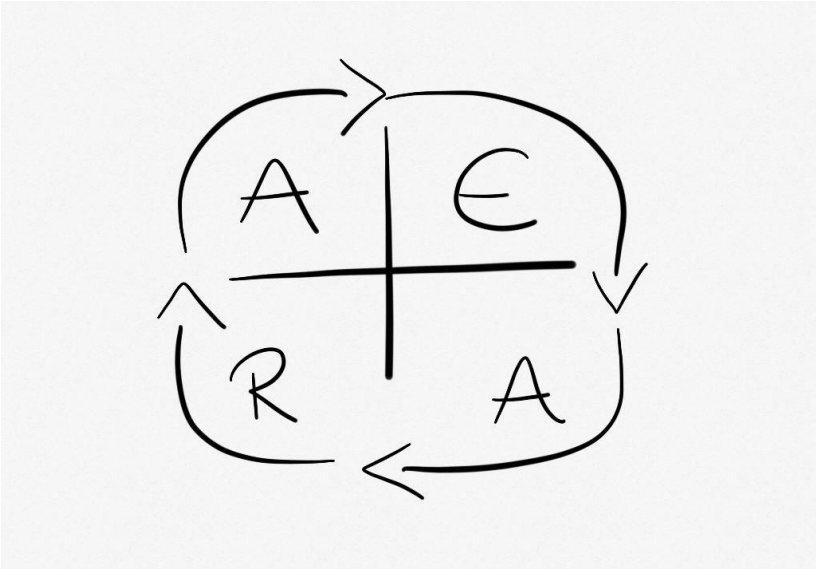
O ciclo EARA, que apresento abaixo, é um acrônimo para Estudo, Aplicação, Revisão e Adaptação.

Cada capítulo deste livro será dedicado a uma dessas etapas. O objetivo é apresentar o conteúdo de forma suficiente para que ele seja entendido e aplicado com facilidade.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

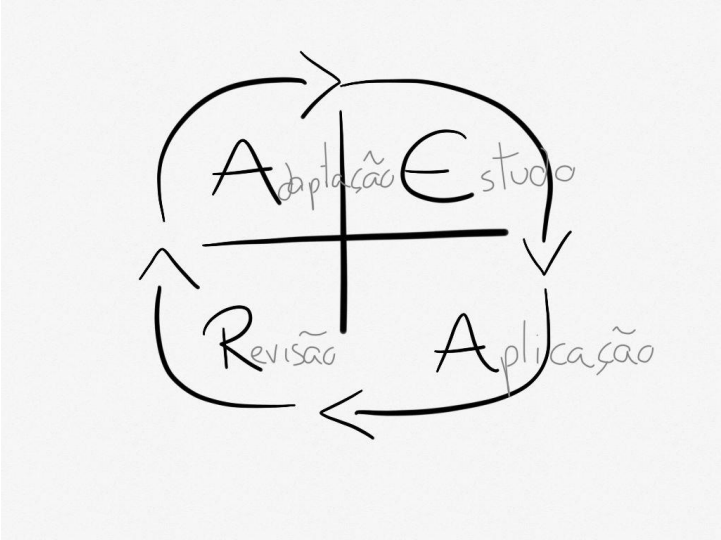
Conhecendo o Ciclo

Se você nunca teve contato com ele, este é o ciclo EARA:



E o que significa cada etapa dele?

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com



- **Estudo – é a absorção do conteúdo**, seja a primeira, seja a enésima vez que você está lidando com ele. Alguns pontos e algumas disciplinas precisam ser estudadas mais de uma vez para que tenhamos clareza do que se trata, e cada oportunidade dessas, cujo objetivo é ter contato ou esclarecer pontos, chamamos de estudos. Envolve duas atividades essenciais: entender e aprender[5]. Entender refere-se a não ter dúvidas em relação ao que foi visto. Aprender refere-se a efetivamente absorver o que foi visto.

- **Aplicação – é o estudo colocado em prática**. É um dos pilares da preparação. Se você não pratica, não sabe como

[5] Para mais sobre a diferenciação, confira as obras do professor Pierluigi - http://www.neuropedagogia.org/02_pier.html. Não se deixe enganar pela qualidade duvidosa de sua página na internet. Seu conteúdo é muito rico.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

está seu conhecimento. Essa aplicação pode ser feita de diversas formas: redações, resolução de questões, sustentações orais, aulas, qualquer atividade que force você a expressar o que sabe do que será cobrado em prova. Por uma questão de praticidade, abordaremos principalmente a resolução de questões objetivas e discursivas (com foco nas objetivas).

- **Revisão** – Como o próprio nome dizer, é "rever" os estudos – Estudo sem revisão não é estudo. Certamente, uma das atividades mais negligenciadas pelos candidatos. Vamos falar sobre como a revisão pode potencializar o aproveitamento do tempo. Lembro que, a despeito do nome, que nos induz a erro, as revisões têm uma metodologia e ferramentas próprias, não dependem do acaso nem de práticas arcaicas.

- **Adaptação** – Final e reinício do ciclo – o candidato aprende com as etapas anteriores e constrói seu desenvolvimento a partir disso. É a etapa da evolução do candidato, quando ele passa ao próximo nível, por meio de seu aprendizado.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

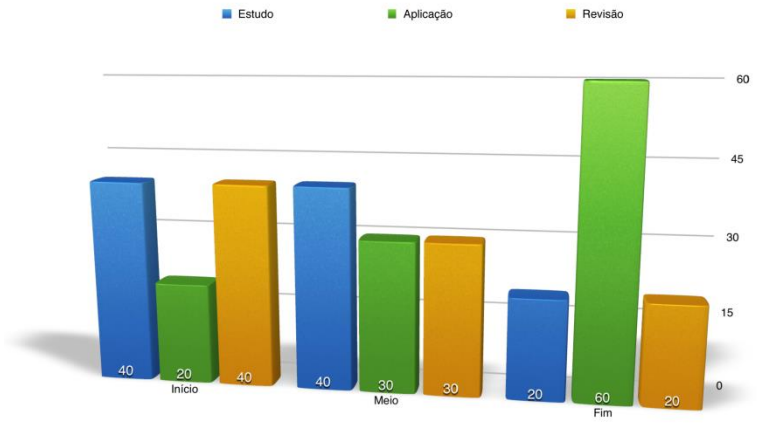
Breve explicação sobre etapas de estudos

Cada etapa de sua preparação tem uma exigência diferente.

Se está começando ou tem pouca experiência, certamente deverá ter um comportamento diferenciado de quem já está estudando há mais tempo.

Como exemplo, se você nunca teve contato com Direito Constitucional, seu trabalho inicial será basicamente compreender o linguajar e as relações desse ramo. Entretanto, depois de algum tempo – pelo frequente contato com a disciplina, pode ser que seus estudos baseiem-se em resolução de exercícios e revisões pontuais.

O gráfico abaixo faz uma sugestão para enfrentar cada etapa dos estudos. Observe:



Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

O gráfico representa uma sugestão de distribuição do seu tempo de estudos (estudo, aqui, considerado *lato senso*, ou seja, todas as etapas que o envolvem, e que estão abrangidas pelo ciclo EARA).

As legendas início, meio e fim referem-se ao seu grau de proficiência nos estudos. Ele pode ser analisado tanto globalmente (todas as disciplinas – mais difícil de ser considerado) ou pontualmente (em cada disciplina, o que tende a ser bem mais preciso).

O que define sua situação atual, em cada disciplina, é seu conhecimento do conteúdo e os resultados que você vem obtendo nas questões resolvidas.

O início é definido como aquela etapa em que você não tem conhecimento do conteúdo e tem muita dificuldade em entendê-lo. Daí a necessidade de um estudo tão predominante (perceba que ele ocupa pelo menos 40% do seu tempo). Ao mesmo tempo, poucos exercícios são necessários, porque a evolução nesse momento tende a ser lenta, logo há menos conteúdo a ser aplicado. A necessidade de revisão também é alta, para fixar as bases do conhecimento recém-adquirido. Aqui, a taxa de acertos na resolução de questões é baixa (em torno de 30%[6]).

O meio é literalmente a parte intermediária dos estudos. Você não está começando naquele conteúdo, mas ainda há muito por conhecer. A quantidade de tempo dedicado aos estudos (etapa 1 do Ciclo) permanece inalterada, mas a revisão cede um pouco de espaço

[6] As taxas apresentadas tendem a variar e são apenas projeções para a compreensão didática das etapas.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

para a aplicação, que precisa ser mais consolidada. Com o crescimento do conteúdo visto, existe uma necessidade de se diferenciar bem essas etapas, e isso certamente vem com a aplicação. Agora, a taxa de acertos é mediana (em torno de 50 a 60%)

O fim é, naturalmente, a melhor parte para se estar. Aqui, você conhece o conteúdo, sente-se confortável com ele, embora não acerte todas as questões - principalmente as novas e as que exploram conhecimentos pouco abordados pelos examinadores. Você está seguro na disciplina e, em provas, ela não representa problemas. A taxa de acertos é alta (em torno de 70-90%, suficiente para aprovação).

Em suma: conforme você aprende um conteúdo, cada vez mais pode deixar o estudo (etapa inicial) para segundo plano, porque já o conhece. Concomitantemente, cresce a necessidade de aplicá-lo (para ver a fundo como as bancas o cobram) e revisá-lo (para mantê-lo sempre fresco na memória, evitando retrabalho e reaprendizado desnecessários).

Ao longo dos próximos capítulos, trabalharemos cada uma dessas etapas. Retomaremos esse gráfico em outras oportunidades. Ele pretende te trazer um norte na preparação e ajudar a orientar sua expectativa em relação à evolução nos estudos. Além disso, pode servir como um mapa, informando onde você está e o que pode esperar dos próximos passos.

Sobre sessões de estudos

Sempre que me refiro a sessões de estudos, refiro-me ao momento em que você se senta para estudar até o início do intervalo.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

A duração pode variar, mas faço a sugestão de que nos mantenhamos na linha de 30 a 60 minutos, salvo exceções justificadas.

Uma dúvida que vi surgir bastante ao longo dos anos foi: "Mas que horas devo revisar? Que horas devo fazer exercícios?"

A partir de agora, programe-se para que toda sessão de estudos inclua essas 4 atividades – Estudos, Aplicação, Revisão e Adaptação.

Seria como se, em uma hora de estudos, você distribuísse seu tempo da seguinte forma:



Naturalmente, vamos conversar sobre a metodologia dessa prática ao longo das páginas, mas é interessante que você saiba que essa sugestão foi construída ao longo de muitos anos de estudos, de pesquisas e de consultorias.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

As razões para o funcionamento da prática são várias e amplamente abordadas em pesquisas e obras publicadas anteriormente (cujas leituras interessantes cito ao longo do livro). As principais vantagens são:

- Mantendo a sessão de estudos curta, contribuímos para a memorização do conteúdo;
- Revisando os tópicos com frequência, amenizamos a curva do esquecimento (será vista à frente);
- Aplicando o conteúdo estudado (resolvendo questões ou exercitando o conteúdo apreendido), temos uma clara visão de como foi o aprendizado e como podemos potencializá-lo nas próximas oportunidades;
- Nos dando um tempo para adaptação em cada sessão, podemos pensar no que fizemos de errado e em formas de melhorar os estudos (o que é sempre importante);
- Com a prática, você passa a ser cada vez mais eficiente em cada uma dessas atividades;
- Como tanto revisões quanto exercícios estão dispersos no tempo e acompanham nossas sessões de estudos, você não corre o risco de não conseguir revisar ou não conseguir aplicar o conhecimento que acha que vem adquirindo;
- Como temos pouco tempo para cada etapa, acabamos nos obrigando a ser cada vez mais eficazes, o que propicia uma melhoria na qualidade dos estudos.

Fique atento para as instruções previstas aqui, e com prática, você verá seus estudos darem um salto de qualidade ao longo das semanas.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Estudo

"There is no end to education. It is not that you read a book, pass an examination, and finish with education. The whole of life, from the moment you are born to the moment you die, is a process of learning."

Jiddu Krishnamurti

*A educação não acaba. Você não lê um livro, passa em uma prova e acaba com sua educação. A vida toda, desde o momento em que você nasce até o momento em que morre, é um processo de aprendizado

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

O PLANEJAMENTO

É impossível (ou ao menos imprudente) abordar uma tarefa dessa dimensão sem traçar diretrizes.

O planejamento é uma das atividades que mais diferenciam aquelas pessoas que são aprovadas com qualidade e velocidade das demais, que às vezes passam anos até chegar à aprovação - sem entender o porquê.

Uma hora de planejamento poupa duas de execução.
Lembre-se disso.

Planejar envolve algumas diretrizes. Veja:

1. **Escolher um cargo ou grupo de cargos como objetivo -** boa parte dos candidatos começa a estudar sem um objetivo claro. Outros começam com um objetivo em mente e logo ficam tentados a mudá-lo, porque surge uma prova interessante com muitas vagas (a praga do lançamento do edital, que nos faz duvidar de todos os esforços já empreendidos – chamo de "promiscuidade editalícia"). Os objetivos só são eficazes quando te dão foco. Se a cada nova alternativa você vira o pescoço para o lado pensando que ela pode ser uma grande oportunidade, dificultará sobremaneira seu progresso;
2. **Definir as disciplinas a serem estudadas -** principalmente se você estiver começando a se dedicar aos estudos agora, é extremamente importante definir o grupo de disciplinas que devem ser estudadas. Cada

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

área contempla desafios específicos, que acabam mudando pouco, principalmente se a banca for a mesma entre provas diferentes. Por isso, a especialização torna-se importante: para que você possa direcionar seus esforços de forma eficiente para a aprovação (aproveitando os conhecimentos adquiridos nas próximas provas). A definição das disciplinas pode ser feita pela análise dos editais anteriores que, embora não sejam garantia de manutenção, certamente nos ajudam a elencar prioridades;

3. **Escolher os materiais mais apropriados ao seu gosto pessoal -** materiais são uma escolha muito pessoal. Algumas pessoas preferem assistir aulas, enquanto outras utilizam materiais em PDF e um terceiro grupo gosta de aulas em vídeo. Ainda há aqueles que não deixem os livros de lado. O material, no fundo, não importa tanto. Importa que você consiga extrair dele o melhor possível e saiba a hora de complementá-lo se necessário. Para descobrir o que você mais gosta, experiências são indispensáveis;
4. **Definir uma carga horária e distribuir os conteúdos** - Em contato com os leitores, um dos aspectos que, disparado, mais é relatado é a "dificuldade de organização horários". Falaremos mais sobre isso a seguir;
5. **Conhecer-se e adaptar-se ao aprendizado** – o estudo para concursos é uma espécie de laboratório. Quando você começa a estudar, deve fazer testes. Saber em quais momentos do dia estuda melhor, a quais

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

conteúdos se adapta melhor, em quais disciplinas tem facilidade e em quais tem dificuldade. A etapa seguinte é adaptar-se ao aprendizado. Concursos não são fáceis (embora a "fórmula" da aprovação seja simples). Quando você se conhece e se adapta, acaba reduzindo seu tempo de aprovação drasticamente.

6. **Evoluir** – Aprender é fundamental. É com esse aprendizado que você será aprovado. E ele não se refere apenas às disciplinas estudadas, mas também a um autoconhecimento que advém do processo de estudos para concursos. Costumo dizer que o tempo que passamos da decisão de estudar até a aprovação acaba sendo um tempo de maturação, de desenvolvimento. Esse tempo nos torna pessoas melhores, mais resilientes, mais focadas, mais pacientes. E acaba, por conseguinte, nos tornando servidores e empregados públicos melhores, o que deveríamos tentar ser todos os dias.

CARGA HORÁRIA E DISTRIBUIÇÃO DE CONTEÚDOS

Como dito, a organização dos horários é um dos aspectos mais problemáticos na vida da maioria dos candidatos. Embora uma análise mais aprofundada desse aspecto fuja do escopo deste livro[7],

[7] Você encontra um artigo sobre a montagem do quadro horário no endereço http://blogdofernandomesquita.com.br/compartimento-de-compromissos. Há também instruções sobre o Ciclo de Estudos no endereço http://blogdofernandomesquita.com.br/ciclo-de-estudos/

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

algumas recomendações são fundamentais para que você possa pensar objetivamente na sua organização:

- **Evite deixar a organização de seus horários ao acaso**. Principalmente quem não tem o hábito de controlar os horários acaba acreditando que é muito bom nisso – o que é um mito. Você provavelmente desperdiça muito do seu tempo e não tem tanto controle dele quanto pensa. Mas só vai saber quando realizar um controle efetivo - anotando o que faz e ajustando seus horários para abranger os estudos;
- **Faça intervalos regulares e reduza suas sessões de estudos**. Tony Buzan, um dos maiores especialistas em memória do mundo (e criador dos mapas mentais) fala sobre dois efeitos da memória: o da primazia do da recenticidade[8]. O primeiro diz que lembramos melhor do início de uma experiência (no caso, uma sessão de estudos); o último diz que gravamos bem o final dessa experiência. Esses efeitos são complementares. Significa dizer que os extremos de uma sessão de estudos são o mais importante. Ou seja, o meio, a parte intermediária de sua sessão de estudos, fica perdida em um limbo de informações. Dessa forma, quanto menor for a sessão de estudos, mais eficaz ela será. Por uma questão de aproveitamento do tempo, sugiro a duração de 30 a 60 minutos antes de se realizar um intervalo, o que costuma ser o tempo que quem está na estrada há algum tempo estuda. Após esse período, faça um intervalo (5 a 10

[8] The most important graph in the world... and how it will change your life – Goddard, Buzan e Castaneda. 2012

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

minutos) e volte aos estudos. Procure intervalos pequenos entre as disciplinas e um intervalo longo após um grupo de sessões (por exemplo, após finalizar 4 sessões, pare por mais tempo, de trinta minutos a duas horas, a depender da duração costumeira de suas sessões).

- **Intercale disciplinas que sejam as mais diferentes entre elas**. Algumas pessoas estudam uma mesma disciplina horas ou dias a fio, na intenção de finalizá-la antes de passar para a próxima. Isso traz dois problemas: o primeiro em relação à facilidade de se lembrar daquilo que é estudado. Se você estuda direito constitucional logo após estudar direito administrativo, corre o risco de causar alguma confusão, porque as matérias não são suficientemente diferenciadas para que a mente perceba que o conteúdo é outro. Entretanto, se após estudar português vou inicia um período de raciocínio lógico, fica muito mais fácil para sua mente entender que a situação mudou, que a disciplina é outra e compartimentar esse conhecimento.[9]
- **Respeite os intervalos**. Assim como férias não são férias se você passa o tempo todo trabalhando, intervalos não o são se você fica estudando ou trabalhando conteúdos relacionados com os estudos. Os intervalos são criados exatamente para você se deslocar para outra atividade e

[9] Escrevi um artigo sobre as principais razões para alternar disciplinas. Chama-se *TCIP - A teoria do Conhecimento Intercalado-Progressivo*, e você pode acessá-lo no link http://blogdofernandomesquita.com.br/a-teoria-do-conhecimento-intercalado-progressivo-tcip/

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

deixar a mente descansar. Leia uma revista, um trecho de um romance, assista televisão, acesse uma rede social. E depois volte a estudar. E não exceda o tempo inicialmente previsto para os intervalos. Ao final deles, volte imediatamente.

- **Respeite os limites de seu corpo** – são incontáveis os casos de candidatos que estudam horas a fio, durante longas semanas e não conseguem sair do lugar. Em boa parte, isso se deve à saturação do cérebro. Dificilmente dias de 11 horas de estudos serão produtivos do ponto de vista do aprendizado. Você pode até achar que está evoluindo na contagem de páginas, mas não estará no aprendizado. Portanto, mais valem 4 horas intensamente aproveitadas do que 10 horas 60% desperdiçadas. A prova não quer saber quantas páginas você estudou, mas sim o quanto aprendeu. Procure, então, métricas que façam sentido do ponto de vista da finalidade que você busca.[10]

A PERGUNTA DE UM MILHÃO DE REAIS: QUANTAS HORAS DEVO ESTUDAR POR DIA?

Uma pergunta muito feita pelos candidatos, principalmente aqueles que estão começando a estudar é "quantas horas devo estudar por dia?"

[10] Novamente, a questão de horários varia muito de pessoa para pessoa. Já recolhi depoimentos de aprovados dizendo que estudaram 11 a 13 horas líquidas (estudos descontados todos os intervalos) para serem aprovados. São certamente situações peculiares que eu não recomendo.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

No livro Sucesso nos Concursos de A a Z, lancei um questionamento: "e se tivéssemos uma quantidade mínima necessária de tempo para cada apreender cada conteúdo e ter condições de responder qualquer prova?". Não entrei em detalhes à época, mas chegou o momento de analisarmos a questão mais profundamente.

QUANTO TEMPO DEVO ESTUDAR?

Resposta fácil: todo o tempo que você tiver disponível, respeitados os limites do seu corpo e do aprendizado.

Resposta difícil: depende. Do quê? De tudo.

"Depende" não é uma resposta que as pessoas gostam de receber – por razões óbvias. Se depende, não é fácil, não é rápido e não vai me dar tempo de assistir à novela todos os dias.

Para efeito de hipóteses, vamos considerar que estamos trabalhando com três candidatos, carinhosamente apelidados de Alfa, Bravo e Charlie.

A situação de cada um deles é exposta abaixo:

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

	Alfa	Bravo	Charlie
Tempo acumulado de estudos	1 ano	6 meses	1 semana
Média de estudos por dia	3 horas	2 horas	4 horas
Conhecimento geral atual (escala 0 a 10)	6,5	4	1,5
Aptidões (disciplinas que prefere)	Direito	Raciocínio Lógico	Administração
Dificuldades (disciplinas de que gosta menos)	Administração	Português	Direito
Forma de estudos predominante	Livros	Aulas PDF	Aulas Presenciais (cursinho)
Revisa os conteúdos?	Sempre	Às vezes	Não
Resolve questões?	Sempre	Sempre	Às vezes
Objetivo	Analista Legislativo	Policial Federal (agente)	Técnico Judiciário

Tabela 1: Aspectos gerais da preparação de Alfa, Bravo e Charlie

É possível afirmar que esses três candidatos terão o mesmo desempenho nas provas ou que precisarão estudar o mesmo tanto para chegar à aprovação? Dificilmente.

Pode-se dizer que a quantidade de tempo a ser estudado é uma medida que envolve, dentre outros:

- **Seu conhecimento prévio dos conteúdos a serem estudados** – um candidato que seja bacharel em direito provavelmente terá mais facilidade em apreender conteúdos jurídicos do que alguém que nunca tenha estudado a

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

disciplina antes. Quanto mais você conhecer de um assunto, menor será o tempo a ser estudado;

- **Sua aptidão para absorver aqueles conteúdos** - Alguém que tenha facilidade com exatas provavelmente gostará mais de raciocínio lógico do que outro candidato, que seja formado em Letras. A aptidão envolve uma atitude positiva em relação ao conteúdo (atitude que pode ser desenvolvida). Tem a ver com gostar do que você estuda;

- **Sua vontade de aprender** – essa, por sua vez, não necessariamente tem relação com gostar da matéria. Quando você tem vontade de aprender, acaba gostando (ou do conteúdo ou do desafio). Quanto mais vontade de aprender você tiver, mais rápida será a compreensão dos conteúdos;

- **A complexidade inerente à disciplina** – alguns conteúdos são naturalmente mais complexos do que outros. Têm uma pesada carga de conhecimentos prévios necessários, o que impede sua compreensão imediata. Isso é especialmente comum em conteúdos extremamente técnicos (como engenharia) ou muito conceituais (como filosofia ou administração), o que nos leva ao próximo ponto;

- **Os pré-requisitos da disciplina** – não há conteúdo impossível de ser aprendido. O que há, às vezes, é a necessidade de dissecar o conteúdo apresentado e entender cada parte componente, a fim de entender o todo. E isso, claro, leva tempo – porque pode ser que cada

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

pequena parte dessas leve muito tempo para ser compreendida também.

Há outros fatores que afetam a duração dos estudos, ou seja, a quantidade de tempo que você vai passar estudando até uma possível aprovação, quais sejam:

- **O tempo diário que você tem disponível** – se considerarmos que o tempo necessário para a apreensão de determinado conteúdo seja de 80 horas, se você estudar duas horas por dia, com certeza vai demorar mais do que se estudasse quatro ou seis horas por dia.

- **A forma como se estuda (aplicando ou não o Ciclo EARA)** – falaremos sobre curva do esquecimento à frente e vamos trabalhar a fundo o ciclo EARA, que é nossa nova metodologia para que seja mais fácil estudar, compreender e reter o conteúdo estudado. Mas o fato de você, por exemplo, fazer revisões e resolver questões de concursos anteriores faz toda a diferença no tempo que você leva para dominar um determinado conteúdo (e em sua capacidade de recuperar – lembrar – e aplicar o que foi estudado).

Passadas essas considerações, partimos para a análise dos candidatos acima:

Apenas para efeito de comparação, digamos que os três candidatos estejam buscando um mesmo cargo de Analista Judiciário, recém-lançado e que contempla muitas vagas. E digamos que há apenas 5 disciplinas a serem cobradas em prova (conforme o edital).

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Os três candidatos vão ter de estudar o mesmo tanto para essa prova? Provavelmente não. Veja um quadro hipotético:

Disciplina	Tabela 2: Conhecimento atual de cada candidato nas disciplinas do cargo imaginário de Analisa Judiciário[11]		
	Alfa	Bravo	Charlie
D1	8	6	0
D2	2	2	2
D3	6	4	4
D4	5	3	1
D5	10	8	3

Agora, para que você entenda essa parte, que é a mais relevante para a compreensão de quantas horas preciso estudar, **imagine que eles são a mesma pessoa em diferentes estágios dos estudos**.

Então, em vez de Alfa, Bravo e Charlie, teremos **somente Alfa**, com 1 mês, seis meses e um ano de estudos. Manteremos os índices para simplificar.

[11] Estamos aqui considerando que o nível 10 de conhecimento não é necessariamente saber 100% do conteúdo, o que tende a ser impossível, mas ter o conhecimento necessário para ser aprovado e classificado no concurso.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Disciplina	Tabela 3: Conhecimento de Alfa em vários estágios de sua preparação		
	Alfa (1 ano)	Alfa (6m)	Alfa (1m)
D1	8	6	0
D2	2	2	2
D3	6	4	4
D4	5	3	1
D5	10	8	3

Repare que, com um mês de estudos (Alfa(1m)), nosso candidato nada sabia da disciplina D1 e sabia muito pouco das demais. Certamente, uma quantidade insuficiente para ser aprovado.

Ao longo do tempo, houve uma evolução em quase todas. Isso é bastante comum quando o candidato se compromete a estudar e se foca em um objetivo.

Veja que na disciplina D1, passamos de conhecimento 0 a 8. Na disciplina D4, passamos de 1 a 5 em grau de conhecimento. Foram avanços significativos.

Agora, considerando os diferentes estágios de vida de Alfa, é possível dizer que em todos esses momentos (1 mês, 6 meses e 1 ano) ele teria de estudar o mesmo tanto para ser aprovado na prova de Analista Judiciário que vai prestar? Claro que não.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

E espero que isso seja bem fácil de constatar. Fazendo uma avaliação das disciplinas, digamos que a evolução nos estudos seja linear[12], ou seja, cada evolução de estágio equivale a um esforço fixo igual (se, por exemplo, eu quiser passar do ponto 3 ao 4, levo a mesma quantidade de horas que levaria para passar do 8 ao 9[13]).

Assim, se o patamar para aprovação é 50 nessa prova (5 disciplinas com nível 10 em cada uma), Alfa atualmente está na posição 31, que é competitiva, mas não suficiente para a aprovação.

Imaginemos que, para se atingir o nível 10 nas disciplinas e considerando as próprias aptidões de nosso amigo Alfa, fossem necessárias as seguintes horas para que ele chegasse ao nível 10:

Disciplina	Tabela 4: Tempo necessário (em horas) para se atingir o nível 10.
D1	600
D2	800
D3	550
D4	500
D5	500

(A distribuição do tempo necessário na tabela acima é (quase) arbitrária. A ideia é seguir a linha de raciocínio para que cheguemos à conclusão).

[12] A evolução nos estudos certamente não é linear (cara, provavelmente nada na vida é linear). Vamos abordar uma parte desse problema na etapa final do livro, mas as considerações aqui são um exercício teórico, para que seja possível enquadrar o problema e chegar às conclusões necessárias.

[13] Na prática, observamos que a curva é mais íngreme no início, ou seja, costuma ser muito mais fácil evoluir de 0 a 5 do que de 6 a 10.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Oras, eu sei que Alfa já estudou 1825 horas, porque na tabela 1 vimos que ele estuda em média 5 horas por dia (5 horas X 365 dias = 1825 horas).

Assim, podemos ver, desconsiderado o esforço anterior (antes de começar formalmente o estudo para concursos) quanto ele precisaria estudar cada disciplina para ser aprovado. Veja:

Disciplina	Tempo necessário (em horas) para Alfa atingir o nível 10	Nível de Alfa 1 ano	Horas estudadas[14] (Alfa 1 ano)	Horas a estudar para a aprovação[15]
D1	600	8	480	120
D2	800	2	160	640
D3	550	6	330	220
D4	500	5	250	250
D5	500	10	500	0
Total	**2950**		**1720[16]**	**1230**

Tabela 5: Horas a estudar para a aprovação.

Você viu o que aconteceu? De acordo com o conhecimento atual de Alfa em cada disciplina e de acordo com a quantidade de horas necessárias para a aprovação, chegamos às 1230 horas que serão

[14] Para chegar a esse resultado, bastou calcular a relação das horas necessárias para atingir o 10 em relação ao patamar atualmente alcançado.

[15] Resultado obtido subtraindo-se as horas estudadas do total de horas necessárias para o nível 10.

[16] O total de horas estudadas deve, mesmo, ser diferente desse valor, porque alfa já tinha conhecimento em alguns conteúdos quando começou. Não partiu do zero em todos. Logo, economizou algumas horas de estudos – porque, supomos, essas horas foram realizadas em algum outro momento de sua vida.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

necessárias para que ele consiga atingir o índice de aprovação (o 10) em todas as disciplinas.

A título de curiosidade, para finalizarmos essa primeira etapa das considerações, **Alfa precisaria (estudando 5 horas por dia) de 246 dias – ou pouco mais de 7 meses – para atingir o índice 10 em todas as disciplinas** (mantida a quantidade diária de estudos).

Agora, façamos o caminho inverso. Alfa com 1 ano de estudos precisaria de 246 dias. Mas e se ele tivesse apenas 6 meses de estudos acumulados? E se tivesse apenas um mês de estudos acumulados? Certamente o tempo seria maior.

Além disso, estamos considerando que suas sessões de estudos têm o mesmo rendimento em todas as oportunidades – o que não costuma ser verdade[17].

O desenvolvimento de outros candidatos pode ser mais ou menos rápido, a depender de suas próprias aptidões e de seus comportamentos.

"Puxa, Fernando, parece fácil. Por que não aplicamos isso a todas as pessoas que estão começando a estudar para concursos?". Simples, porque com o conhecimento e as ferramentas que temos hoje, é impossível.

[17] Quem já tentou estudar em um sábado à noite enquanto todos os colegas estão se divertindo e comentando em redes sociais e whatsapp sabe do que estou falando.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Veja que parti de várias considerações, estimativas e definições para fazer esses cálculos. Hoje, temos tantas variáveis que se torna uma tarefa que beira a loucura tentar desenhar algo assim. São elas:

- **O nível de cobrança da banca** – embora se possa ter uma ideia do nível da prova resolvendo as provas anteriores da mesma banca (se houver), o desempenho passado não é garantia de manutenção nem do grau de exigência nem das disciplinas a serem cobradas. Nós sempre nos preparamos com a expectativa da manutenção, que pode não se realizar.

- **O seu conhecimento da matéria** – embora não seja tão difícil medir o conhecimento de quem domina um tópico ou de quem nada sabe sobre um conteúdo (os dois extremos), aferir com certeza a situação de quem está no meio do caminho é complexo. Pode ser que você conheça determinados aspectos de um tema e desconheça outros (como é comum), ou que um mesmo assunto tenha dois nomes ou duas abordagens e você só conheça uma delas. Não é uma ciência exata.

- **Aproveitamento dos estudos** – A evolução nos estudos não é linear, como dito. Pode ser que em um dia você estude 10 horas e aprenda X. No seguinte, pode estudar 12 horas e aprender 0,5X. Isso porque sua concentração, sua vontade[18],

[18] CARINI, R., KUH, G., KLEIN, S., Student engagement and student learning: testing the linkages. PDF completo disponível em http://nsse.iub.edu/pdf/research_papers/testing_linkages.pdf

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

a expertise do professor/autor[19] e até o nível de ruído do ambiente em que você está exercem grande influência sobre seu aprendizado[20]. Portanto, uma hora de estudos nem sempre significa uma hora de aprendizado.

- **As bancas são insanas** – Em 2008, o Senado Federal realizou concurso público para diversos cargos. Para Administrador, houve uma questão em especial que cobrava o conhecimento do livro de Gareth Morgan – Imagens da organização (inclusive, livro interessantíssimo como complemento aos estudos de Administração). Embora não tenha participado da prova à época, realizei-a como simulado e errei essa questão. Comprei o livro, li o livro, gostei do livro, falei do livro para alunos e para colegas. Fui resolver a questão novamente semanas depois e errei-a. De novo. A FGV, que costuma ser severa nas cobranças, criou uma questão bastante sofisticada – e praticamente impossível de ser respondida, mesmo por quem conhecia a obra (este que vos fala). Isso é imprevisível e pode influenciar sua classificação[21].

---

[19] ARBAUGH, J. B. (2000) How Classroom Environment and Student Engagement Affect Learning in Internet-based MBA Courses. Business Communication Quarterly December 2000 63: 9-26.

[20] SMITH, A. (1989), A review of the effects of noise on human performance. Scandinavian Journal of Psychology, 30: 185–206.

[21] Mas não se deixe assustar por essas ocorrências. Questões difíceis aparecem em todas as provas e, como veremos na parte final do livro, você não tem de acertar todas as questões de uma prova para ser aprovado. E provavelmente nenhuma prova de concurso é elaborada para permitir que você acerte todas as questões.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- **O seu desenvolvimento como candidato** – em cada grupo de 10 estudantes sérios, provavelmente há pelo menos uma "estrela" - aquela pessoa que vai se destacar, vai aprender mais rápido, com mais qualidade, ser aprovado antes e terminar dizendo que prestar concursos é fácil. Pode ser que você seja uma dessas pessoas, inclusive. Nós nunca sabemos qual a trajetória de alguém, principalmente quando há tantos novos conhecimentos (de disciplinas desconhecidas) em jogo. Uma previsão de estudos que começa em 500 horas pode logo tornar-se 300 ou 200 horas dependendo de suas habilidades e de sua capacidade de adaptar-se e de aprender com o processo.

Então quer dizer que é impossível estimar com segurança quanto tempo preciso estudar para ser aprovado(a)?

Bom... sim.

Mas isso significa que seja impossível alocar importância dos conteúdos para a distribuição de tempo em cada disciplina?

Opa, agora a coisa muda de figura.

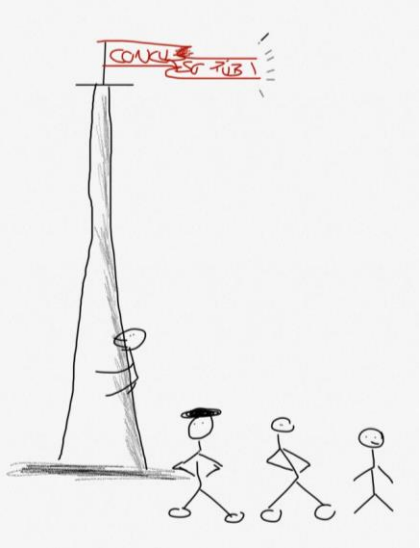
Pau de sebo versus areia de praia - A importância de atuar segundo a dificuldade

Embora hoje eu não tenha condições de afirmar que você precise de X horas de estudos para atingir o índice 10 na disciplina que está buscando, posso afirmar com tranquilidade em qual matéria você deve se aplicar mais.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

O que é mais difícil? Subir um pau de sebo ou andar na praia?

Se você nunca tentou o primeiro, pode não ter ideia da resposta, mas andar na praia provavelmente é mais fácil. Por isso, provavelmente há mais pessoas fazendo isso do que montados em um poste gorduroso tentando pegar uma bandeira.



Mas e se a bandeira for seu objetivo? E se você precisar chegar a ela para conquistar seu objetivo?

Às vezes, temos vontade de evitar tarefas excessivamente desafiadoras (ou que assim pareçam). Entretanto, uma vez que abraçamos essa causa, fica cada vez mais fácil atacar o problema[22].

Quando você encara uma situação como algo que você quer dominar (como em relação ao aprendizado de uma luta, de um instrumento musical ou de uma disciplina do concurso), passa a enfrentar as disciplinas com muito mais naturalidade. Imagine se assim fosse com tudo na vida. Imagine se você mudasse sua postura e seu comportamento para ter o

[22] RABIDEAU, S. Effects of achievement motivation on behavior. Disponível em http://www.personalityresearch.org/papers/rabideau.html

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

objetivo de dominar tudo que fizesse. Nós certamente aceitaríamos os desafios com mais ternura, concorda?

Usando o exemplo anterior, de Alfa, imaginemos que, em vez de nível de conhecimento atual, troquemos simplesmente a etiqueta – que agora é índice de **facilidade** (também em uma escala de 1 a 10, sendo 1 extremamente difícil e 10 facílimo).

Disciplina	Nível de **facilidade** de Alfa 1 ano
D1	8
D2	2
D3	6
D4	5
D5	10

William Douglas escreveu, anos atrás[23], que você **não pode não gostar** das disciplinas. Pelo contrário, **você tem de amá-las**.

E isso é verdade. Quando você ama a disciplina, você não tem razão para não estudá-la. Você não vai encontrar desculpas para não mergulhar de cabeça nos livros, aprender o que precisa e tornar-se servidor.

Sábias palavras.

[23] Douglas é um dos maiores, senão o maior autor sobre concursos públicos do Brasil e escreveu o livro *Como Passar em Provas e Concursos* – publicado pela Ed. Impetus, cuja leitura fortemente recomendo.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Mas o que fazemos, às vezes, é exatamente o contrário: odiar disciplinas. E pior, não as estudamos. Deixamo-las de lado, como se isso fosse resolver o problema, como se fôssemos aprendê-las de forma mágica duas semanas antes da prova. Mas isso (normalmente) não acontece.

Oras, na tabela de facilidade de Alfa, exposta acima, quais disciplinas, por ordem de prioridade, ele deveria estudar mais?

A tabela ficaria mais ou menos assim:

Prioridade	Disciplina (organizada por prioridade nos estudos)	Nível de facilidade de Alfa 1 ano
Mais prioritária	D2	2
	D4	5
	D3	6
	D1	8
Menos prioritária	D5	10

Repare que, quanto menor a facilidade de Alfa, maior a prioridade que ele deve aplicar aos seus estudos da disciplina.

Essa distribuição, embora devesse ser óbvia, é ignorada por muitos candidatos – que são reprovados e ficam imaginando o que terá acontecido para impedir ou dificultar seu progresso.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

E isso fica claro no link que sugeri que você visitasse anteriormente, sobre organização dos estudos[24].

Considerando que você tenha uma média de 4 horas de estudos por dia (28 horas por semana), se formos considerar **somente** a dificuldade no conteúdo (o que não deve ser feito na prática), a distribuição de horas poderia ser feita da seguinte maneira:

Disciplina (organizada por prioridade nos estudos)	Nível de facilidade de Alfa 1 ano	Horas atribuídas
2	2	9h20
4	5	7h28
3	6	5h36
1	8	3h44
5	10	1h52

Na prática, além de considerar a dificuldade na disciplina, devemos considerar também o peso delas na prova e até a quantidade de itens que podem ser cobrados, se a informação estiver disponível (uma disciplina fácil que represente 40% da prova certamente deverá ser mais estudada do que uma muito difícil que represente 1% da prova).

Assim, as matérias em que temos mais dificuldades (considerando-se que sejam importantes na prova em questão) devem ser mais

[24] Blogdofernandomesquita.com.br/compartimento-de-compromissos

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

estudadas. E esse estudo serve a dois propósitos: aumentar nossa própria capacidade nos estudos e quebrar a resistência em relação ao aprendizado de novas habilidades.

Andar na areia da praia pode ser mais fácil e mais agradável, mas às vezes precisamos pegar a bandeira no topo do poste. E para poder enfrentar uma grande tarefa, a reflexão é necessária. Para isso que estamos aqui.

Embora não saibamos de antemão quantas horas são necessárias para "aprender" efetivamente um conteúdo, é possível afirmar que, se você aloca às disciplinas mais difíceis (para você) mais tempo de estudos, com certeza está contribuindo para uma aprovação mais breve.

Ao longo do tempo, você começa a desenvolver estratégias[25] para avaliar a fundo sua situação nas disciplinas. Com acompanhamento adequado, fica cada vez mais fácil saber para onde se está indo e em qual velocidade.

---

25 http://blogdofernandomesquita.com.br/duas-estrategias-para-aprovacao-mais-rapida/ Neste artigo, falo sobre a importância do diagnóstico das disciplinas e dos prazos – duas ferramentas para descobrir a situação dos seus estudos e, além de estimar o tempo para finalização, estimular a objetividade.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

UMA METÁFORA SOBRE A VIDA - O PROBLEMA DA MUDANÇA DE ÁREA

Imagine que você tenha o sonho de construir uma casa.

Para isso, começa a pesquisar. Depois de um tempo, olhando os classificados, vê uma oferta que te interessa. O terreno parece bom. Localização excelente. Razoavelmente perto do trabalho, boas vias de acesso, uma vizinhança tranquila. Quase exatamente o que você procurava.

Você visita o terreno. Procura problemas, não encontra. É fim de tarde, você saiu um pouco mais cedo do trabalho para conseguir visitar o local com seu cônjuge. A temperatura é amena e agradável. A brisa do fim de tarde bate no rosto e você imagina seus filhos correndo por ali, mergulhando na piscina e se divertindo. Os amigos visitando de vez em quando - e você tem a perspectiva de uma vida feliz.

Você agradece o corretor e volta para casa, para refletir sobre esse grande passo. Cálculos feitos, você decide seguir e fazer uma proposta – que é aceita.

A construção começa. O processo é trabalhoso e custoso. É sua primeira casa, você está aprendendo. Mas pouco a pouco, você vê o projeto tomar forma. A fundação está pronta, os cômodos começam a ser desenhados, a surgir no mundo real.

Tempos depois, seu futuro lar está quase pronto (porque nunca se acaba um projeto assim). Você ainda não está morando lá. Afinal, a

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

casa não está pronta. Mas o projeto está em fase praticamente irreversível. Você sabe disso.

As árvores começam a crescer e oferecem sombra, você decidiu ter cachorros, que também alegram sua vida com uma espécie de energia juvenil canina permanente. Tudo vai bem.

Até aquele dia chegar.

Você sabe que é uma questão de tempo até a casa ser entregue, depois de todo seu trabalho duro.

Você evitou a dúvida. Você não quis que isso acontecesse. Você resistiu bravamente.

Mas algumas coisas são mais fortes do que você. Você tenta se apoiar na família, tenta se apoiar nos seus projetos. Pensa em como foi difícil e trabalhoso construir aquela casa. E ela é exatamente o que você queria, mas... parece que seus sonhos mudaram. Será mesmo?

Então, sem pensar, você começa a cobiçar o terreno do vizinho!

Envergonhado, sem saber o que fazer, você primeiro ignora o impulso, que logo fica forte demais para ser silenciado.

Até que você começa a ver vantagens: lá é mais - mais aconchegante, parece ser mais amplo (embora você saiba que é do mesmo tamanho), "tem um parquinho do lado", você pensa, enquanto olha para as crianças. As pessoas parecem respeitar mais aquele terreno. Aquele terreno parece ter mais recessos. Aquele terreno parece ter uma carreira melhor. Aquele terreno tem vagas de garagem maiores.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Você nem olha mais para seu próprio terreno; o que antes era certo e claro agora parece uma escolha pueril feita no calor do momento.

Você cede ao impulso. Vende o seu, compra o de vizinho e muda. E começa (quase) do zero. Com alguma experiência, mas com todo aquele esforço perdido.

As árvores ficaram, a piscina ficou, as lembranças e as expectativas ficaram. Tudo porque você achava que o terreno vizinho seria uma escolha melhor para você.

Isso faz sentido para você? Você tomaria uma decisão assim?

Toda mudança gera um custo.

Se sua casa está podre ou se foi construída sobre um cemitério indígena – cujos "habitantes" reivindicam a posse – É fácil justificar a saída.

Mas, por outro lado, se você mora em um local agradável, que é o que você sempre quis, por que mudaria? Só porque tem "mais espaço"? Ou porque é "mais perto/mais longe da pista"?

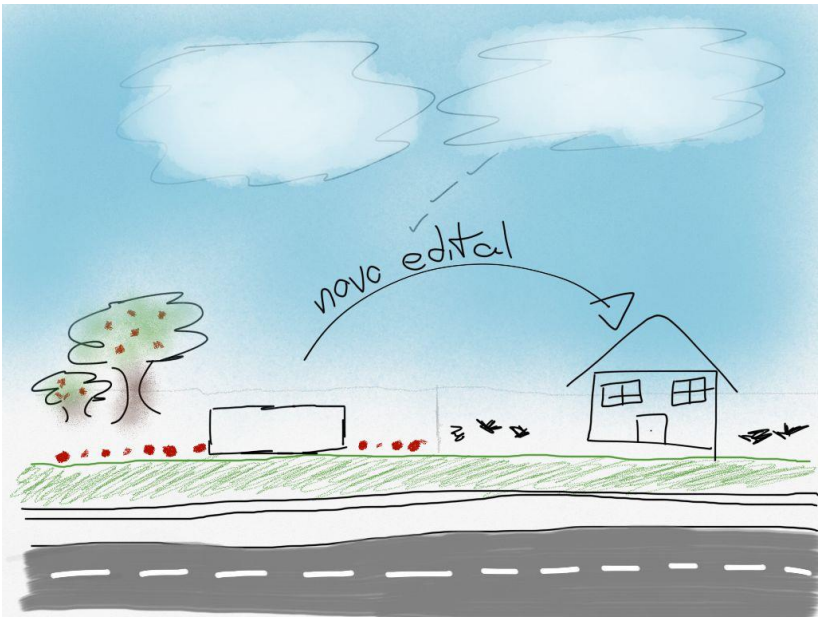
Algumas pessoas optam por essa saída, da mudança sem um objetivo e uma razão claros.

Estão em um caminho certo, fazendo progressos, até que vem o famigerado "e se?". "E se eu aproveitasse este novo concurso, que tem mais vagas?", "E se eu começasse a estudar agora?", "E se eu nunca passar para a área para a qual estou estudando?".

Chamo isso de promiscuidade editalícia.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

A maioria de nós passou ou vai passar por isso em algum momento da vida. E, claro, isso é fonte de retrocessos desnecessários e momentos infindáveis de dúvidas e de questionamentos do tipo “e se”.



Mas... E se parássemos de pensar no futuro hipoteticamente?

Escolher a área adequadamente no início dos estudos, mais do que uma opção, é uma necessidade. Exatamente para evitar problemas assim.

Escolher uma área é sim difícil, e normalmente começamos pelas razões erradas. Felizmente, estamos em um período único da história. Nunca a informação foi tão disponível e barata.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Minha sugestão é que você pesquise. Procure informações de aprovados, relatos de profissionais, sites que tragam detalhes sobre a carreira e sobre a rotina.

Leis não bastam para essa pesquisa. No papel, na visão do legislador, tudo é lindo e relevante e importante. Mas nem sempre é assim na prática.

Independente do processo que você use, você provavelmente vai ter dúvidas, dificuldades em qualquer caminho que escolher. Elas são inerentes ao processo e uma das razões por que tão poucas pessoas são bem sucedidas nos concursos (e amplamente satisfeitas nas carreiras que escolheram)[26].

Em relação à dita promiscuidade, não me refiro a quem já é servidor ou empregado e resolve tentar outra carreira (porque isso é uma das grandes vantagens do serviço público – a possibilidade de mudança de ramo baseada unicamente no esforço pessoal). Nem falo de quem, após decisões conscientes e ponderadas, entende que outro caminho será melhor para seus novos planos.

Refiro-me àquelas que a cada mês procuram algo diferente - porque elas normalmente procuram algo mais fácil.

[26] Essa nossa conversa me remete ao livro *The Obstacle is the Way*, do autor Ryan Holiday, que trata exatamente do valor da luta diária em nossos objetivos.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Uma área com mais vagas, com "menos concorrência"[27], com mais vantagens e com mais benefícios[28]. Mas, em geral, a razão costuma ser uma mudança para aquilo que é mais fácil, menos trabalhoso, menos custoso e menos arriscado.

Qualquer que seja sua decisão, tome-a de forma consciente.

O custo pode ser alto. Deixo aqui um pouco da sabedoria chinesa:



"Quando for óbvio que os objetivos não poderão ser atingidos, não ajuste os objetivos, ajuste os passos da ação"

Confúcio (Filósofo Chinês)

Digamos que você esteja estudando há 1 ano para concursos de áreas policiais. E digamos que você esteja indo bem, já coleciona algumas aprovações e classificações, com uma carga média de estudos 7 horas por dia, inclusive nos fins de semana.

Se formos fazer o cálculo, isso nos dá cerca de 2.555 horas no final de um ano. Isso é mais do que uma graduação em curso tecnológico (com dois anos de duração). Isso é mais do que várias pós-

[27] Tratei do *Mito da Concorrência* no Sucesso nos Concursos de A a Z – Confira.
[28] Chip Heath e Dan Heath exploram os vieses que envolvem as decisões no livro *Decisive – How to Make Better Choices in Life and Work*. Random House, 2013. Tratam, inclusive, do mau hábito que temos de procurar e somente perceber elementos que confirmem nossas decisões. É um texto bastante interessante. Aos curiosos e aos interessados, recomendo o livro - excelente leitura.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

graduações (de 360 horas de duração). Você jogaria isso fora? Para começar do zero?

Eu joguei.

Em 2007/2008, comecei a estudar para concursos dessa área (policial) e relacionados. Fui aprovado em alguns, como DPRF, Abin, Depen. Estava em um bom caminho, era uma área em que tinha aptidão. Fui reprovado em outros, claro, como PCDF e Polícia legislativa do Senado[29]. Mas, apesar disso, estava progredindo e me sentindo bem com o desempenho obtido.

Daí veio o perigo: eu comecei a olhar para o terreno do vizinho.

Eu tinha mais de 2.000 horas de estudos acumuladas na área policial quando decidi estudar para a área fiscal.

Nem preciso dizer que foi um desastre.

E, agora, também não sei explicar por que fiz isso, mas tenho certeza de que a decisão fazia todo o sentido à época e certamente encontrei todos os elementos de que precisava para embasar a decisão.

Por isso falo sobre o assunto. Porque sei que muitas pessoas escolhem esses desvios sem considerar as implicações e os custos. E o custo não é só de tempo. É de materiais comprados sem serem utilizados, cursos que nunca mais serão vistos e um tempo nunca mais recuperado.

[29] Conto um pouco mais dessa história nos capítulos posteriores.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Não posso dizer que, no meu caso específico, foi tempo inteiramente jogado fora porque todo aprendizado tem sua utilidade – essa experiência, por exemplo, me permitiu conversar com você aqui hoje sobre isso. E, se eu fosse policial legislativo, não acredito que estivesse aqui neste momento. Mas, naquele ilusório desejo de voltar no tempo sabendo o que sei hoje, certamente teria tido uma postura diferente.

Então, reflita bem sobre a área em que você está ou por que quer mudar. Se ao se fazer a pergunta "por que quero trocar?" a resposta (sincera) for "porque é mais fácil", questione se a própria decisão de prestar concursos é válida.

Caso contrário, se a decisão for clara e ponderada, jogue-se de cabeça nessa nova opção. E use o que vamos tratar aqui em todos os dias dos seus estudos.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

O ESTUDO PROPRIAMENTE DITO

A IMPORTÂNCIA DO AMBIENTE

> Havia uma escola em New Haven que ficava próxima a uma barulhenta linha de trem. Para medir o impacto desse barulho no desempenho acadêmico, dois pesquisadores notaram que apenas um lado da escola dava para a linha, logo os estudantes localizados naquele lado eram particularmente expostos ao barulho, mas fora isso eram semelhantes aos seus colegas.
>
> Os pesquisadores encontraram uma marcante diferente entre os dois lados da escola. Os alunos do sexto ano do lado do trilho do trem estavam o equivalente a um ano inteiro atrás de seus colegas do lado mais silencioso.
>
> Evidências adicionais vieram quando a cidade, incentivada pelo estudo, instalou um sistema de isolamento acústico. Os pesquisadores descobriram que isso eliminou a diferença: agora, estudantes dos dois lados do prédio apresentavam o mesmo desempenho.[30]

Um ambiente de estudos adequado é fundamental para o bom desempenho de seus estudos. E adequado é um termo relativo, que vai depender de sua própria aptidão.

---

[30] Do original (There was) a school in New Haven that was located next to a noisy railroad line. To measure the impact of this noise on academic performance, two researchers noted that only one side of the school faced the tracks, so the students in classrooms on that side were particularly exposed to the noise but were otherwise similar to their fellow students. They found a striking difference between the two sides of the school. Sixth graders on the train side were a full year behind their counterparts on the quieter side. Further evidence came when the city, prompted by this study, installed noise pads. The researchers found this erased the difference: now students on both sides of the building performed at the same level. Scarcity – Why Having too little means so much – Sendhil Mullainathan e Eldar Shafir

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Deve haver uma preocupação mínima, básica, para com o local de estudos. Ele deve ser limpo, calmo, organizado e propício para os estudos. Talvez você tenha esse local em casa, talvez não.

Para quem tem a sorte de ter um local assim, basta aproveitá-lo. Quem não tem pode (e muitas vezes deve) buscar um espaço que seja mais próximo do ideal. Bibliotecas públicas e espaços destinados aos estudos costumam existir em praticamente todas as localidades, muitas vezes sem que os conheçamos.

Qualquer que seja seu caso (e essa recomendação vale não só para o ambiente, mas para todas as vertentes de sua vida), procure eliminar os fatores de distração e de fricção[31]. Procure reduzir as razões para não fazer algo ou os elementos que dificultam aquilo que você quer fazer. O barulho e a bagunça no ambiente de estudos são bom exemplo de fator razoavelmente controlável que pode influenciar nossa preparação.

Estudar ouvindo música é bom?

Essa é uma das que vou ficar te devendo.

A Universidade de Phoenix, nos Estados Unidos, publicou um artigo em que abordava essa questão[32]. A resposta foi inconclusiva.

A recomendação é que você tente.

---

[31] Falo sobre redução do atrito (e como fazer mais parecer menos) neste artigo: http://blogdofernandomesquita.com.br/reducao-do-atrito-como-fazer-mais-parecer-menos/

[32] http://www.phoenix.edu/forward/student-life/2013/08/should-you-listen-to-music-while-studying.html

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Experimente ouvir música clássica enquanto estuda para analisar o desempenho, ver se a fixação dos conteúdos é melhor, se há algum tipo de influência em sessões de diferentes disciplinas.

O efeito da **música clássica** nos estudos foi analisado (de forma bastante superficial) no estudo de Francis Rauscher, que ficou conhecido como "Efeito Mozart".[33]

Embora as conclusões da mídia em geral tenham sido precipitadas, em momento algum se falou que seria prejudicial, portanto vale a experiência (eu, por exemplo, sempre me sinto muito mais inteligente depois de ouvir umas duas horas de músicas clássicas, mas sei que tem gente que não gosta do estilo[34]).

Tudo isso tem relação direta com o tópico em que falamos de experimentação. Em muitos casos, **você tem de experimentar para saber se a prática lhe traz benefícios.**

Há indícios de que músicas com letras em idiomas que você entende podem ser prejudiciais ao aprendizado (por isso é tão difícil estudar com pessoas conversando ao redor).

Não apenas em relação a esse tópico, mas infelizmente, os estudos para concursos são uma modalidade ímpar e, sendo a pesquisa no

[33] http://www.npr.org/templates/story/story.php?storyId=128104580

[34] Desconfio de quem diz que não gosta de músicas clássicas da mesma forma que desconfio de quem diz que não gosta de ler. Ambas as atividades exigem mais de nosso cérebro, e há tantos estilos (de livros e de músicas clássicas) que uma pessoa que diga não gostar provavelmente não se deu tempo de vencer a barreira da desconfiança inicial.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Brasil tão relegada a segundo plano, torna-se difícil encontrar material de qualidade que responda nossas maiores dúvidas.

QUAL O MELHOR HORÁRIO PARA SE ESTUDAR?

Isso é uma escolha muito pessoal. Já recebi e-mails de leitores e de alunos perguntando quando é a melhor hora para estudar e dizendo que estudavam de madrugada – e se isso estaria errado.

O primeiro ponto a observar é que "errado" é um termo muito, muito delicado. Errado existe em provas (e mesmo assim, pode ser objeto de recursos). Na vida real, é bem difícil (e até temerário) afirmar categoricamente que algo seja errado.

A *American Psychological Association* publicou um artigo[35] em que afirmava que o trabalho noturno poderia "causar cansaço, sonolência, redução da atenção e afetar os processos metabólicos do corpo".

O estudo não deixa de ser uma espécie de trabalho, então há de se atentar para uma possibilidade bastante real de ampliação desses achados para nosso campo.

Para aqueles cuja única opção é estudar de madrugada, a saída é tentar adaptar o corpo e a mente, o que parece ser difícil nos estudos realizados.

O melhor, e que realmente recomendo, é que você analise os efeitos de cada escolha na sua concentração e no seu aprendizado (por

[35] PRICE, M. (2011) The Risks of Night Work. Disponível em http://www.apa.org/monitor/2011/01/night-work.aspx

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

meio de planilhas em que você monitore seus resultados e disposição ao longo dos dias). Seu desempenho ao longo do tempo é o melhor termômetro da qualidade de suas escolhas.

Interessantemente, um estudo da Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN[36] mostrou que o estudo à tarde pode ser mais benéfico do que pela manhã. Em todo caso, muitos de nós que trabalham ao longo do dia não têm essa opção. Se ela existir, entretanto, vale o teste.

DIFERENCIAÇÃO DE CIRCUNSTÂNCIAS – ESTUDO X APLICAÇÃO

Se por um lado, o estudo deve ser realizado em silêncio, a aplicação deve ser exatamente ao contrário – em local ruidoso e bagunçado.

Quando escrevi o *Sucesso nos Concursos de A a Z*, contei a história de uma prova que fiz em Brasília em que alguém parou na porta da escola onde era realizado o certame e ligou o som do carro com músicas *funk* durante quase a duração toda do evento.

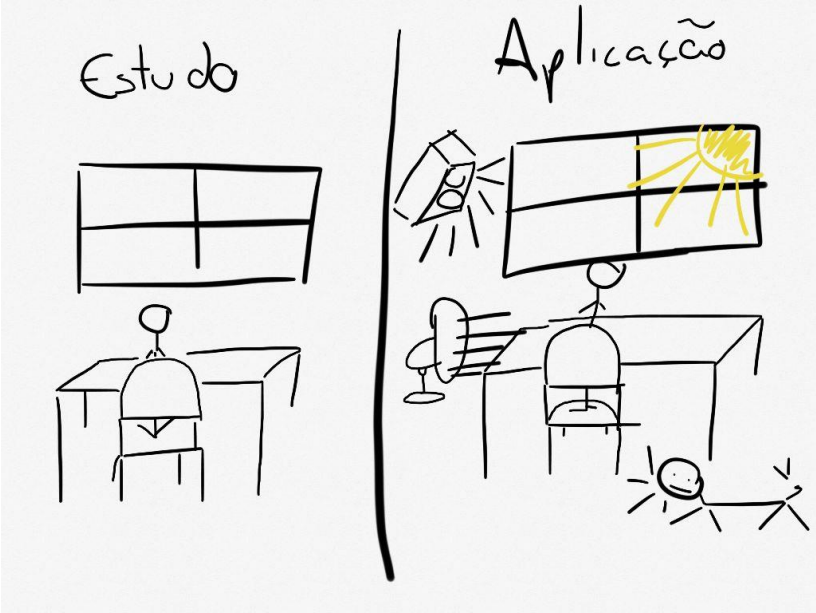
Isso mostra a importância de se preparar para as circunstâncias. Pode ser que pessoas desacostumadas com condições adversas tenham tido dificuldades em se concentrar. Mas não você.

Por isso, é importante que, durante a etapa de **aplicação** do Ciclo, você procure locais adversos – barulhentos, quentes, em horários que você não está acostumado (o horário também é muito

[36] Effect of the time-of-day of training on explicit memory – F. F. Barbosa e F. S. Albuquerque – disponível em http://www.scielo.br/pdf/bjmbr/v41n6/7019.pdf

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

importante, principalmente para aquelas pessoas que estudam à noite, já que a maior parte das provas acontece durante o dia)[37].



ASSISTINDO AULAS

Assistir aulas é uma arte.

Embora façamos isso há tantos anos, não temos o hábito de fazer desse momento a parte importante que deveria ser na nossa preparação. Então, seguem algumas **recomendações importantes para aproveitar as aulas ao máximo:**

[37] Falei a fundo sobre esse tipo de preparação no artigo Simulado Guerrilheiro. Acesse pelo link http://blogdofernandomesquita.com.br/simulado-guerrilheiro-as-taticas-da-elite-dos-concursos-publicos/

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- **Conheça o conteúdo antes da aula** – A aula flui muito melhor quando serve para preencher lacunas em vez de apresentar o conteúdo pela primeira vez. Vejo em muitos alunos a expectativa de que o professor seja um guru iluminado, que chega em suas vidas para livrá-los de toda ignorância, mas... nem sempre é assim. Portanto, procure conhecer o que vai ser tratado de antemão. No início do curso, peça ao professor ou à coordenação o programa da disciplina e estude com alguma antecedência o que vai ser cobrado e ataque esse conteúdo antes da aula propriamente dita. Dessa forma, você a trata como revisão, não como seu primeiro contato – e pode aproveitá-la melhor.

- **Resolva questões antes da aula para angariar suas dúvidas –** exercícios, como veremos na parte da aplicação, são uma das melhores formas de você colocar seus conhecimentos em prática. Quando você resolve questões, está exercitando seu conhecimento, recuperando-o e aplicando-o. Isso exige um processo mental diferente da fase do aprendizado, e evita a ocorrência da "Síndrome do Aprendiz preguiçoso" (quando criamos a representação mental mais simples possível do que foi dito) e da "ilusão do resgate total"[38] (quando achamos que vamos lembrar de tudo que foi dito sem criar mecanismos para tal). Resolver questões vai aprimorar sua percepção de entendimento do

[38] Louise Rasmussen – Global Cognition - http://www.globalcognition.org/head-smart/questioning-improves-your-learning/

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

conteúdo e te ajudar a ter uma visão mais clara do que você sabe e do que você tem dúvidas.

- **Reflita sobre o material e crie suas próprias perguntas** – a forma mais simples de assistir aulas é sempre aceitar a lista de exercícios do professor como se ela fosse o santo graal da aprovação, mas isso pode não ser verdade. Portanto, procure outras questões em sites especializados ou, se necessário, crie suas próprias questões (falaremos sobre esse ponto ao final desta lista).

- **Pratique, antes do começo das aulas, a fazer resumos ou mapas mentais durante as explicações do professor** – como dito, as aulas são (ou deveriam ser) mais oportunidades de revisão do que de aprendizado. E o Ciclo EARA é uma proposta de otimização dos seus estudos – a ideia é que você aproveite seu tempo ao máximo, para reduzir o percurso até a aprovação aprendendo melhor. E uma das melhores formas de aprender é revisando (porque a revisão fixa e amplia o conteúdo em sua mente). Aprenda a criar mapas mentais – antes de começar seu período de aulas. Isso vai te permitir criar mapas durante a explicação do professor, lhe permitindo ter uma excelente ferramenta de revisão nas mãos. Falaremos mais sobre os mapas na parte de Revisão.

- **Não grave aulas** – É muito comum ver alunos se estapeando para colocar gravadores na frente do professor ou gravar de suas próprias carteiras. Não recomendo a

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

prática. Em um estudo publicado em 2013[39], pesquisadores mostraram que pessoas que tiraram fotos de uma visita a um museu tinham mais dificuldade em lembrar detalhes simples daquilo que tinham visto. E os estudiosos levantaram duas hipóteses: 1) o fato de estarem preocupados com outra atividade (fotografar) e; 2) a possibilidade de terem deixado a cargo da fotografia o papel de registrar o evento. Embora não tenhamos dados para afirmar isso categoricamente, é plenamente possível imaginar que gravar uma aula pode exercer efeito semelhante em nossos estudantes. Além disso, há a questão do aproveitamento do tempo. Se você assiste à aula e a grava, terá de ouvi-la completamente em momento posterior para extrair algum conteúdo, o que fará você dispender o dobro do tempo – sem nenhum ganho claro. Muito mais eficaz é tratar suas aulas profissionalmente, preparando-se para elas e extraindo delas o máximo, sem compromissos posteriores que vão te tirar novamente o tempo que você já gastou (quando precisar ouvir a aula que já assistiu).

SOBRE A CRIAÇÃO DAS PRÓPRIAS QUESTÕES

Intuitivamente, na minha primeira oportunidade de estudos, comecei a criar questões para mim mesmo.

Algumas eram como questões de concursos, com respostas certas ou erradas ou de múltipla escolha. A maior parte, entretanto, era

[39] Point and Shoot Memories – The influence of Taking Photos on Memory for a Museum Tour – Linda A. Henkel - http://pss.sagepub.com/content/early/2013/12/04/0956797613504438

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

discursiva, mais complexa, e reunia diversos conhecimentos diversos.

Era uma preparação trabalhosa, mas que acabou dando resultados positivos em um espaço de tempo exíguo.

Com o tempo e o trabalho com candidatos, comecei a perceber que os alunos mais analíticos (ou seja, aqueles que pensavam a fundo sobre o que estavam estudando), eram os que acabavam indo melhor nas provas, mesmo que os resultados demorassem um pouco mais a aparecer

E isso me parece muito natural, já que quanto mais você pensa sobre um problema, maior a probabilidade de "convencer" seu cérebro de que aquilo é um assunto importante (e esse convencimento – da importância de conteúdos aparentemente inúteis - é um dos pontos mais difíceis do início dos estudos, principalmente para quem não desenvolveu anteriormente o hábito de estudar).

Um estudo publicado em 2012[40] mostrou que a geração de perguntas próprias, com suas respectivas respostas em questões conceituais (ou seja, mais profundas do que simplesmente os fatos normalmente cobrados em provas de concursos) provocou mais benefícios tanto para a memória dos conteúdos quanto para o desempenho dos participantes nas respostas solicitadas.

[40] Selective benefits of question self-generation and answering for remembering expository text. Bugg, Julie M.; McDaniel, Mark A. Journal of Educational Psychology, Vol 104(4), Nov 2012 – Disponível em http://psycnet.apa.org/psycarticles/2012-13976-001

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

As questões oficiais (de provas anteriores) são fundamentais e indispensáveis para que você entenda o que e como a banca cobra os conteúdos estabelecidos em edital. E principalmente quando você estiver a algumas semanas da prova, procure resolver maciçamente essas questões.

Em todo caso, como ferramenta de estudo, a criação de suas próprias questões representa uma boa alternativa.

COMO CRIAR QUESTÕES?

Um problema com que você pode se deparar, principalmente se nunca tiver criado questões antes, é o mais básico: como fazer?

Bom, a qualidade aumenta com a prática, mas um bom conjunto de características é de questões que:

- **Sejam completas** – ou seja, abordem o conteúdo não de forma pontual, mas abrangendo antecedentes, implicações e relações com outros conteúdos;
- **Sejam profundas** – aquelas que ultrapassam a superficialidade. Saber que Taylor foi o principal expoente da Administração Científica é simples, é superficial. Saber quais livros ele escreveu, em quais momentos, para enfrentar quais períodos de suas indústrias, é mais profundo e te ajuda a colocar o conhecimento em prática. Melhor ainda é buscar sua influência no mundo atual. Pode nunca ser cobrado dessa forma, mas o conhecimento necessário para responder esses pontos com certeza exige de você um comportamento diferenciado;

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- **Tenham relação com a cobrança em provas** – de nada adianta saber um conteúdo que muito provavelmente não será cobrado em prova. E isso vai depender da profundidade do que você está estudando. Uma prova de técnico judiciário tem uma densidade bem diferente de uma para procurador. Portanto, aprofunde na medida certa – medida essa encontrada pela prática dos estudos e da resolução das questões das bancas.

LEITURA

O que você quer aprender?

A maioria das pessoas tem "problemas" de leitura. O que é engraçado de se pensar, porque a maioria de nós, principalmente durante as fases de estudos, passa a maior parte do tempo lendo.

Quando eu era mais novo, tinha uma tática: Se deitasse para dormir e não estivesse com sono, bastava pegar um livro e começar a ler - era tiro e queda: em menos de 5 minutos, já estava caindo de sono. Você já passou por isso? (Considerando que aprendi isso com meu irmão, outras pessoas devem passar por isso).

Isso acontece porque a leitura para a maioria de nós é uma "atividade passiva".

Mas então, como transformá-la? Como aproveitar a leitura, como melhorar a retenção dos conteúdos?

É relativamente simples, mas é uma atividade que você vai ter de trabalhar repetidamente. Como seu modo de leitura já está estabelecido, certamente será desconfortável mudar a forma como

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

você lê. Entretanto, caso você decida seguir em frente e fazer por onde, perceberá a grande melhora - inclusive na sua velocidade e na qualidade da retenção.

Esses são alguns dos pontos mais importantes para transformar a leitura em algo prazeroso, rápido e eficiente:

1. **Defina objetivos** – faça-se perguntas: "o que quero aprender com este texto"? Comece com o fim em mente e você já terá meio caminho andado;

2. **Leia o índice** - o índice representa a estrutura do texto, que vai servir como um mapa, um guia de sua leitura - por onde você vai passar, o que vai ver. Saber como o livro ou material está disposto é a primeira peça para resolver o quebra-cabeças.

3. **Procure palavras-chave e outros elementos definidores e clarificadores** - negritos, caixas, quadros. Os livros, principalmente os didáticos, vêm com palavras em negrito, quadros, explicações, ilustrações, listas, itens numerados. Antes de começar a leitura de fato, passe por esses itens - superficialmente, sem a intenção nem a obrigação de aprender de primeira.

4. **Faça uma primeira leitura superficial** - a primeira leitura do texto completo deve ser rápida, novamente sem a intenção de apreender todo o conteúdo imediatamente. Leia de forma rápida (evite mover os lábios ou pensar em cada palavra na sua mente enquanto lê - é difícil, mas você vai conseguir. Essa prática, chamada de subvocalização, é muito

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

comum e tende a reduzir bastante sua velocidade potencial de leitura)[41].

5. **Veja se suas perguntas iniciais foram respondidas** - analise se você já tem algumas das respostas que procurava. Se necessário, faça outras perguntas para aprofundar a leitura. Descanse alguns minutos para que o conteúdo possa "assentar" em sua mente. Dedique-se a outras atividades durante alguns instantes. Seu inconsciente continua tralhando enquanto nos problemas mais importantes enquanto você está distraído.

6. **Faça uma leitura mais aprofundada do conteúdo**, com mais atenção, procurando de fato as respostas para as perguntas iniciais.

7. **Rabisque seu livro sem dó nem piedade.** Livro de concursandos nasceu com um propósito: morrer gasto. O estudo não pode ser passivo. Você deve se apoiar em extensas anotações – não só nos mapas mentais e outros materiais de apoio que for construindo, como também no livro, que pode servir como uma primeira triagem dos conteúdos mais importantes.

[41] Embora não tenhamos pesquisas conclusivas em relação ao assunto, sabemos que uma pessoa fala em média entre 100 e 150 palavras por minuto. A leitura média, por outro lado, fica entre 200 e 300 palavras por minuto. Se você pronunciar na sua mente cada palavra do texto, estará, em uma boa hipótese, reduzindo em 50% sua velocidade média de leitura.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

8. **Repita a leitura profunda, se necessário for** - quanto mais você treinar esse método completo de leitura, menor será sua necessidade de fazer uma segunda leitura.

9. **Nas dúvidas, procure suas anotações** – as anotações foram feitas para servirem como uma espécie de revisão, embora não o sejam. Se você tiver alguma dúvida pontual, procure primeiro em suas anotações. Caso não esteja lá a resposta, procure no texto e faça uma anotação referente à dúvida que surgiu – que eventualmente vai se repetir. Além disso, toda dúvida é um bom momento de atualizar seu material de revisão. Mais sobre isso nas próximas unidades.

10. **Por fim, sempre que necessário, faça uma nova leitura do assunto**. Com a resolução de questões, criação de mapas e resumos e resolução de provas, é possível que o texto original não seja mais nem necessário depois da repetição de algumas dessas etapas.

Na sua leitura superficial, tente conscientemente ler cada vez mais rápido. Pode ser que, no início da aplicação desse método, você fique preocupado com a retenção, mas sua leitura tende a ficar mais interessantes com o aumento da velocidade (reduzindo o cansaço e aumentando a atenção e a absorção dos conteúdos).

Com o tempo, essa leitura deverá ser combinada com mecanismos de revisão (como a criação de mapas mentais ou de resumos). A leitura completa do conteúdo original (texto-base) deverá ser cada vez mais rara (chegando ao ponto ideal de não precisar ser feita mais de uma vez).

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

CONCENTRAÇÃO

Muitos alunos relatam problemas de concentração. Dizem ter dificuldades para se focar no material que estão vendo, dizem que simplesmente "não conseguem" estudar.

Bom, a menos que você tenha alguma limitação física ou psicológica (distúrbio de atenção, distúrbio de ansiedade e outras), a regra seguinte se aplica:

O maior determinante para sua concentração é seu nível de interesse.

Concentração se desenvolve com a prática.

Se você nunca teve o hábito de manter uma leitura profunda ou outras atividades que envolvam o foco, pode ter sim dificuldades no início, mas a curva de aprendizado é íngreme, o que significa que logo você tem plenas condições de ser uma espécie de profissional dos estudos.

Para isso, seguem recomendações que podem ajudar:

- **Desligue-se de distrações** – enquanto estava escrevendo este livro, tinha várias atividades correndo (inclusive, o telefone acabou de tocar e passei cinco minutos distraído antes de retornar à escrita. Opa, notificação no facebook! Ok, vou só responder esses oito e-mails e volto. Droga, hora do lanche) – blog, site, pesquisas, serviço público, ensino, páginas em redes sociais, coaching, desenvolvimento de

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

novas ideias, cachorros, viagens, casa, marcenaria, etc., etc. É muito fácil distrair-nos sem que percebamos. "Dar uma olhada" nos e-mails pode colocar-nos em uma espiral de acontecimentos que invariavelmente acaba vários minutos depois algum vídeo de gatos no YouTube. Portanto, a maneira mais fácil de lidar com isso é desligar-se das distrações. Fechar o navegador da internet, desligar o celular, isolar-se tanto quanto possível para dar ênfase aos estudos;

- **Compre abafadores de som**. São itens normalmente vermelhos que parecem *headphones* e são usados por operários em obras ruidosas. São leves, baratos e razoavelmente confortáveis. Muitas vezes, se você não tem opção senão estar em um lugar barulhento, são de grande ajuda.



- **Aprenda a meditar** – meditar é uma prática esquecida e relegada a segundo plano no mundo atual. Entretanto, pesquisas[42] têm mostrado reiteradamente a capacidade da meditação de reduzir a frequência de ondas no cérebro,



[42] http://www.freemeditation.com/articles/2009/09/10/calming-the-mind/; http://blog.bufferapp.com/how-meditation-affects-your-brain; Zeidan, F., Johnson, S. K., Diamond, B. J., David, Z., & Goolkasian, P. (2010). Mindfulness meditation improves cognition: Evidence of brief mental training. Consciousness and Cognition, 19(2), 597-605; Jha, A. P., Stanley, E. A., Kiyonaga, A., Wong, L., & Gelfand, L. (2010). Examining the

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

melhorando problemas de concentração, de ansiedade e muitos outros relacionados a descontroles da mente.

- **Torne o estudo uma atividade... ativa –** salvo honrosas exceções, nossas sessões de estudos tendem a ser estáticas. Leitura, leitura, leitura. Mesmo à leitura é possível adicionar dinamismo. Procure fazer perguntas, questione o que está sendo escrito, faça anotações nas bordas do livro, referências a outras disciplinas, a outros tópicos e a eventos de sua vida, conexões com o mundo real, com o mundo dos concursos, com o World of Warcraft® – qualquer coisa que funcione para você. Tudo isso ajuda a tornar os estudos mais complexos e completos, melhorando a concentração e a retenção do estudado.

Essas atividades ajudarão você a lidar com a questão da concentração nos estudos.

Ajustado o nível de interesse e eliminadas as distrações ambientais, a tendência é que seu nível de concentração seja cada vez melhor.

Como tudo que temos falado aqui, isso leva algum tempo e alguma prática. Mas foque-se no processo de melhoria que logo os resultados surgirão.

---

protective effects of mindfulness training on working memory capacity and affective experience. Emotion, 10 (1), 54-64; MacLean, K. A., Ferrer, E., Aichele, S. R., Bridwell, D. A., Zanesco, A. P., Jacobs, T. L., . . . Saron, C. D. (2010). Intensive Meditation Training Improves Perceptual Discrimination and Sustained Attention. Psychological Science, 21(6), 829-839.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

TIPOS DE MATERIAIS DE ESTUDOS

Esse é um tópico importante, mas bastante negligenciado. E essa negligência é perigosa, porque atrasa seu desenvolvimento. E se você já grifou um livro achando que ia ler depois (ou que isso ia ajudar), já perdeu tempo.[43]

Costumo dividir os materiais de estudos em três grupos distintos, cada um com suas características e suas aplicações: materiais de base (ou de estudo), materiais de revisão e materiais de aplicação

Acompanhe no quadro abaixo as características desses materiais:

Característica	Base	Revisão	Aplicação
Dimensão	Longo	Curto/médio	Pontual
Completude	Completo	Conciso/resumido	Pontual
Taxa de retorno[44]	Baixa	Alta	Média/Alta
Complexidade	Alta	Baixa	Variável
Finalidade	Apreensão	Fixação	Análise e fixação
Mutabilidade	Estático	Dinâmico	Selecionável
Exemplos	Livros, aulas, apostilas, PDFs	Resumos, Mapas Mentais, Notas, Flashcards, Fichamentos	Questões objetivas e discursivas, estudos de caso

[43] Sobre o assunto, foi publicado um estudo chamado *Improving Students' Learning with Effective Learning Techniques: Promising Directions From Cognitive and Educational Psychology* – que foi muito falado no meio da preparação para concursos públicos. Embora a polêmica tenha sido excessiva (e os resultados, como de costume, mal interpretados e erroneamente divulgados), a pesquisa de John Dunlosky, da Kent State University, nos Estados Unidos, teve pelo menos o mérito de reafirmar o que muitos professores já vinham dizendo: grifar é ineficaz – se eficaz fosse, os livros viriam grifados. O estudo completo, em PDF, está disponível para você no link http://blogdofernandomesquita.com.br/PesquisaTecnicasDeEstudos

[44] Quantidade de vezes que o candidato deve revisitar o contido no material

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Cada uma desses materiais tem sua finalidade e suas características peculiares, e deveria ser usado como tal.

A BASE

Base é... sua base. É o material de onde você tira seu conhecimento inicial ou suas dúvidas mais profundas e complexas sobre determinado assunto. Por definição, deve ser um material mais ou menos completo[45], que atenda suas necessidades em termos de conhecimento.

Por ser longo, ele é também completo (e complexo). É aí que estão todos os exemplos, todo o contexto, os quadros e a organização que você precisa. É isso que faz dele um excelente material **de base**.

E, precisamente por essas razões, é um péssimo material de revisão.

A REVISÃO

O material de revisão deve ser conciso, rápido, direto e de fácil visualização, **porque você deveria revisar o conteúdo todos os dias**.

Eu vou dar alguns segundos para você ler a frase do parágrafo anterior novamente.

---

[45] Muitos alunos e clientes me questionam sobre quais os melhores materiais de estudos. Sempre digo que o material deve te agradar, além de ser realista em relação aos concursos. Digo "mais ou menos" completo porque é bem provável que você precise complementar qualquer que seja seu material com outros, dado o aumento da complexidade das provas. Assim, dificilmente apenas um livro será suficiente para todos os estudos de uma prova razoavelmente complexa.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Pronto?

Quando falarmos sobre revisão, trataremos novamente dessa questão da periodicidade. Por enquanto, saiba que **suas primeiras revisões de assuntos desconhecidos deveriam acontecer todos os dias**, a fim de possibilitar a retenção do conteúdo de uma forma que você nunca mais vai esquecer.

> É CHOCANTE, MAS VOCÊ DEVERIA REVISAR A MAIORIA DOS SEUS CONTEÚDOS **TODOS OS DIAS**.

Eu demorei mais tempo do que deveria para aceitar isso.

Hoje, alunos me escrevem dizendo que têm "problemas de memória". Eu pergunto a eles como revisam e eles dizem que, quando muito, revisam o conteúdo completo "duas semanas antes da prova".

E você imagina por que essas pessoas não conseguem fixar na memória o que viram.

A curva do esquecimento será uma boa explicação a respeito da necessidade de revisões mais frequentes. Por ora, nos basta saber que a periodicidade de suas revisões provavelmente tem de ser maior do que é hoje.

Mas, para isso, o material deve ser **"revisável"**.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Um livro não é um material revisável. Ele tem todas as características de um material de base (tamanho, complexidade), o que o transforma, como dito, em um péssimo material de revisão que, para ter essas características, deve ser curto, objetivo e de confecção própria.

- **Curto** – Somente materiais curtos são revisados – não adianta tentar mentir nem para mim nem para você. Quando você tem pouco tempo para estudar um grande conteúdo, principalmente, é mais provável que você deixe a revisão de lado se o material original for muito extenso;

- **Objetivo** – Contexto, histórias e complexidade[46] são excelentes quando você está em seu primeiro contato com um material, mas passa a ser perigoso quando você vai revisar. O material de revisão não tem "gordura". Ele vai direto ao ponto, sem rodeios. Só tópicos essenciais, porque você não precisa mais dos exemplos;

- **Próprio** – É muito comum ver alunos comprando materiais de revisão – principalmente resumos e mapas mentais – ou pegando-os emprestados de outras pessoas. Embora pareça uma saída mais fácil, lembre-se que nem sempre as saídas fáceis nos levam onde queremos. Exatamente pelo fato de o material de revisão ser curto e objetivo, deixamos de abordar nele diversas informações que nos parecem desnecessárias, mas que podem ser fundamentais para outras pessoas. Os

[46] Que serão chamados de **gordura** a partir de agora (porque aumentam sem necessariamente dar qualidade).

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

> materiais de revisão comerciais (vendidos em sites especializados) tendem a ser nada mais do que resumos analíticos, que contemplam o grosso da matéria (ou seja, não são nem base nem revisão).[47]

A complexidade do material de revisão varia de acordo com a complexidade do assunto.

Isso não significa que vá ser tão complexo quanto o original, mas que um mapa de um assunto complexo tende a ser mais complexo (ou pelo menos um pouco mais extenso) do que o mapa de um assunto simples.

Por ser um material de revisão, acaba analisando alguns pontos e simplificando conceitos que o autor não deixou claros.

Aplicação

Os tipos de materiais de aplicação são os mais diversos possíveis.

O mais comum, entretanto é composto por questões objetivas e discursivas de concursos anteriores. São essas questões que nos ajudam a analisar o comportamento das bancas e tentar nos adequar às exigências vigentes.

[47] Com exceção de materiais que respeitem essas características, o que deve ser explicado pelo detentor do produto quando da venda dele. Uma espécie de *disclaimer*, explicando como funciona e como usar um material especializado, como mapa mental, que exige uma técnica própria para utilização e para adaptação.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

CICLO DE VIDA DOS MATERIAIS

Cada material tem sua vida própria e sua função. Como veremos no diagrama abaixo, o material de base subsidia tanto a aplicação (porque é nele que você busca o conhecimento) quanto a revisão (porque é dele que você extrai o conteúdo dela).

O material de revisão, por sua vez, é baseado no material de estudos e sua utilização melhora a aplicação (porque quanto mais você revisa, mais questões acerta). Mas há também o retorno – a aplicação dá o *feedback* para nos dizer como o material de revisão foi construído e se precisa de mudanças.

Se erramos uma questão, essa falha deve atualizar nosso material de revisão – que é dinâmico, ou seja, muda conforme evoluímos em nossos estudos.

O material-base é estático, daí mais uma razão para não ser utilizado com finalidade diversa.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

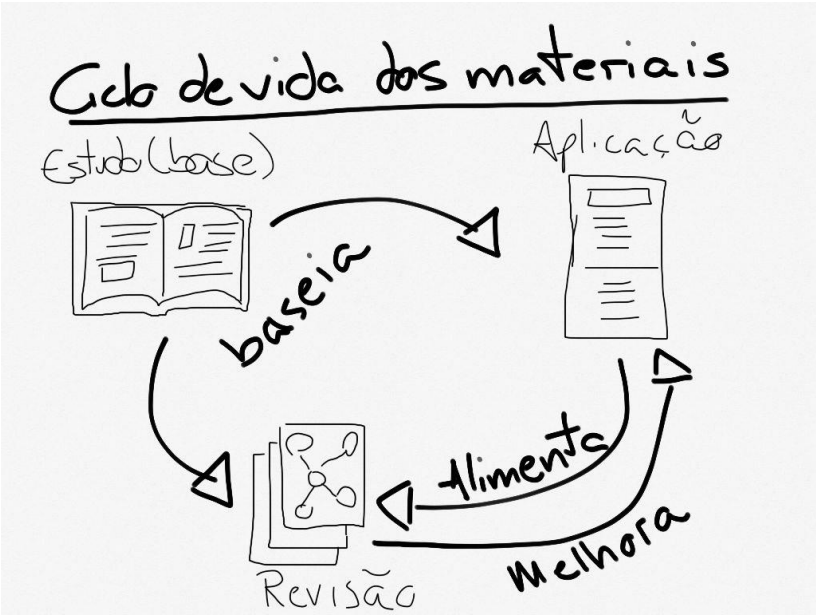


FIGURA 1: CICLO DE VIDA DOS MATERIAIS

A CONSTRUÇÃO CONCOMITANTE DO MATERIAL DE REVISÃO

Procure construir seu material de revisão enquanto passa pelo material-base.

Isso significa começar a fazer seus resumos ou mapas mentais nas suas sessões de estudos, sem esperar até o final dos estudos da disciplina para fazê-lo.

Isso pela mesma razão por que evitamos gravar aulas: se você aproveita o momento de estudos para torná-lo o mais completo possível, poupa tempo à frente. Em vez de ter de passar por aquele conteúdo novamente para construir seu material de revisão, cada

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

sessão de estudos se transforma em um conteúdo vencido, finalizado e esgotado, que precisa apenas ser praticado e revisado.

Prepare-se para colocar cada vez mais ênfase nos seus materiais de revisão, que são a grande chave da fixação dos conteúdos e, à frente, da aprovação em concursos.

Esses aspectos serão abordados em detalhes nas próximas unidades.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Aplicação

"The secret of success is learning how to use pain and pleasure instead of having pain and pleasure use you. If you do that, you're in control of your life. If you don't, life controls you.

Tony Robbins

*O segredo do sucesso é aprender como usar dor e prazer em vez de deixar que a dor e o prazer usem você. Se você fizer isso, controlará sua vida. Se não fizer, sua vida controlará você.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

A IMPORTÂNCIA DA APLICAÇÃO[48]

Imagine um jogador de futebol, um piloto de Fórmula 1, um atirador esportivo.

Esses profissionais normalmente têm muitas horas de instrução formal teórica. Aprendem a mecânica dos movimentos e das máquinas que os cercam (no caso dos pilotos). Passam horas a fio pensando em alimentação, no seu peso ideal, no seu condicionamento físico, no preparo mental.

Mas depois de pensar nisso tudo, o que fazem? Eles vão fazer o que vão fazer no dia de suas competições, ou seja, vão aplicar o que sabem.

Seria absurdo pensar em um jogador de futebol que não tenha treino em campo ou em um piloto que não dirija o carro até o dia da prova, concorda? Entretanto, parece que muitos candidatos se esquecem disso quando estão se preparando para concursos públicos.

Você pode até pensar que é brincadeira, mas um dia antes de escrever este trecho que você está lendo, recebi a seguinte mensagem de um leitor do Blog do Fernando Mesquita:

[48] Por uma questão de praticidade e generalidade, vamos nos concentrar, neste capítulo, na resolução de questões e nas redações discursivas gerais. Há outras formas de aplicação, como defesas orais simuladas, criação de peças técnicas e tudo mais que sua imaginação permitir. Inclusive, sugiro que você faça experiências para ver quais as melhores formas de lidar com isso. O estudo para concursos é um grande laboratório e você deve experimentar para encontrar as saídas que mais lhe agradam.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

> *"Estudei ferrenhamente em 2010, queria muito passar no concurso do MPU para o cargo de técnico de orçamento. Estudei mesmo, como um doido (risos).* ***Estudei muito a teoria e acabei esquecendo os exercícios da banca****. Por isso, me dei mal."* [grifo meu]

E esse depoimento, embora me parta o coração – porque elimina candidatos capazes mas inocentes – é razoavelmente comum.

Já recebi mensagens de alunos com medo de fazer exercícios e errar, alunos que tinham absoluta certeza de que não precisavam resolver questões (porque no dia da prova acertariam magicamente), candidatos dizendo que não entendiam por que não conseguiam passar (apesar de nunca terem resolvido uma questão sequer – exceto durante as provas de fato).

Mas a aplicação do seu conhecimento não é opcional. Ela é uma obrigação do candidato sério que busca sua aprovação de forma consistente. São alguns benefícios da prática:

- **Melhor retenção e fixação do conteúdo**, que submetido ao processo mental de recuperação (em contraponto ao de fixação, utilizando na fase dos estudos), acaba tornando-se mais acessível durante a prova;

- **Melhoria na velocidade de resolução de provas**. Quanto mais questões você responde, mais rápido fica na resolução delas. É como imaginar um atleta que treina todos os dias. Ele tende a ficar melhor, a melhorar a técnica, a acertar mais, a ser mais rápido. E assim é com a resolução de questões. Alguns leitores escrevem perguntando "como

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

administrar o tempo na prova". Essa é uma das saídas. Já trabalhei com candidatos que sempre eram os últimos a sair da sala e passaram a finalizar as provas em duas horas com resultados melhores do que antes só aumentando radicalmente a quantidade de questões resolvidas;

- **Resolução de questões semelhantes –** Principalmente entre provas da mesma banca para cargos semelhantes, há muitas questões parecidas. Portanto, pode ser que no dia de sua prova, você acerte uma questão só porque resolveu uma parecida durante os estudos. Não são questões copiadas, são apenas questões semelhantes, que cobram a mesma porção de um determinado conhecimento. É praticamente um ponto de graça para você, que estudou com qualidade.

- **Redução do nervosismo** – parte do nervosismo que os candidatos sentem no dia da prova deve-se exatamente à não-habituação deles com a própria dinâmica da prova. Quando você tem uma boa ideia do que está por vir quando você virar a primeira folha do caderno de provas (e você vai ter uma boa ideia, pois já terá resolvido centenas ou milhares de questões durante o treino), o nervosismo cai drasticamente, porque você tem plena consciência de sua capacidade, agora exaustivamente treinada.

- **Aumento da pontuação** – Essa deveria ser a finalidade última de todo exercício. Para ser aprovado, basta que sua

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

pontuação seja alta o suficiente[49], mais alta do que a dos demais candidatos. Então, isoladamente, esse é o fator que mais nos interessa na resolução de provas.

QUANTAS QUESTÕES PRECISO RESOLVER?

Todas. Do mundo. Mas talvez você não tenha tempo para isso.

Concursandos são naturalmente preocupados com métricas. Querem saber quantas horas estudar, quantos exercícios resolver, quantas provas vão fazer até serem aprovados.

Mas a resposta para todos esses problemas é a mesma: depende.

Cada pessoa tem um ritmo, cada pessoa tem uma forma de aprender e uma velocidade com que o estudo surte efeito em suas vidas. Fazer previsões com essa quantidade de variáveis, portanto, é temerário.

[49] Em 2013, escrevi um artigo que provavelmente foi o mais lido do ano. Chama-se *Saindo da "massa" – Considerações sobre provas do Cespe*. Faz uma análise da banca e cria um enunciado: "em um concurso do Cespe que tenha pelo menos 20 vagas, uma nota equivalente a 76% da prova praticamente garante sua aprovação". É uma afirmação ousada, mas embasada em dados estatísticos. Vale a pena uma lida. Disponível em blogdofernandomesquita.com.br/saindo-da-massa-consideracoes-sobre-provas-do-cespe/

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Mas uma boa medida é essa: **faça o máximo que puder**.

E vale para tudo: para as horas de estudos, para a resolução de questões, para as provas simuladas, para as provas reais.

Sou um grande defensor da necessidade de imersão para uma aprovação rápida. E imersão não necessariamente significa ignorar outras esferas de sua vida, como vejo muitos profissionais recomendando. Imersão, para mim, é **considerar aquela atividade como a mais importante de sua vida**.

> VOCÊ DEVERIA RESOLVER TODAS AS QUESTÕES DO MUNDO. COMO NÃO VAI TER TEMPO, RESOLVA TODAS QUE CONSEGUIR.

A partir do momento que você prioriza uma atividade e a considera a mais importante, automaticamente o restante fica em segundo plano. E isso não é ruim, porque se você aceitar isso (a imersão) como uma necessidade, o projeto de aprovação em concursos certamente será muito menos doloroso e traumático do que é para a maioria das pessoas.

Ele não deveria ser nem doloroso nem traumático, inclusive.

Então, considerando que temos um recurso limitado (tempo), existe alguma métrica para a resolução de questões?

Pode ser que sim. **As questões devem ser resolvidas preferencialmente em todas as sessões de estudos** (daí vem o primeiro 'A' do ciclo EARA, que é uma metodologia para orientar as

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

sessões de estudos). E, naturalmente, há um tempo mínimo de que você precisa dispor para a resolução dessas questões.

Segundo Paulo Henrique Portela, então Coordenador acadêmico do Cespe,

> O tempo de resolução de uma prova – seja em uma avaliação educacional, seleção ou em um concurso público – é calculado de acordo com a estimativa de um tempo médio que deve ser utilizado por um candidato padrão para responder a cada item ou questão dessa prova.
>
> Para calcular o tempo médio são considerados dois fatores: a complexidade da prova e os tipos de questões que serão cobradas. A complexidade está ligada aos conhecimentos que serão exigidos levando-se em conta os cargos e o órgão para o qual o concurso está sendo realizado. Isso significa que questões mais complexas demandam um tempo maior para resolução.
>
> Os tipos de provas se referem a provas do tipo certo ou errado e a de questões de múltipla escolha. **Em geral, um item do tipo certo ou errado leva de um minuto e meio a dois minutos para ser resolvido. Já uma questão de múltipla escolha pode demandar uma resposta em um tempo que varia de dois minutos e meio a três minutos**. Também se considera o tempo médio para preenchimento da folha de respostas.
>
> Além disso, nos concursos em que há prova de redação ou discursiva, considera-se ainda o tempo médio necessário para o candidato desenvolver uma resposta e transcrevê-la para a folha de texto definitivo. Somando-se esses tempos, chega-se ao tempo total que o candidato terá para resolver a prova.[50]

[Nota em relação ao texto acima - O bom candidato, para vencer a prova, deve conhecer o meio em que está inserido, ou seja, os

[50] Disponível no jornal do Cespe – você pode baixar essa edição em especial no endereço blogdofernandomesquita.com.br/JornalCespeAno6-n22

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

concursos públicos. Há uma quantidade absurda de informação disponível, como em nenhum outro momento da história, mas ainda assim negligenciada por muitos candidatos. Não seja o candidato que ignora as informações disponíveis].

Essa informação (do cálculo que a banca usa para definir o tempo de prova) é importante principalmente se seu tempo está acima (além) disso: se você leva três minutos para responder um item do tipo certo/errado, sabe que precisa melhorar seu tempo. Caso contrário, terá dificuldades em finalizar a prova. Por outro lado, se leva em média 1 minuto (o que deve ser mais do que suficiente nos itens simples), levará cerca de 2 horas para finalizar uma prova de 120 itens.

Em relação à sua prática, será necessário um diagnóstico de sua aplicação para saber quanto tempo você tem levado. Depois, é importante estabelecer metas e objetivos factíveis para sua realidade.

Se você responde rapidamente os itens (e os tem acertado, claro), provavelmente vai poder responder mais questões do que quem tem dificuldades com isso.

Mas agora é um bom momento para recuperarmos um gráfico que vimos na primeira parte do livro:

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

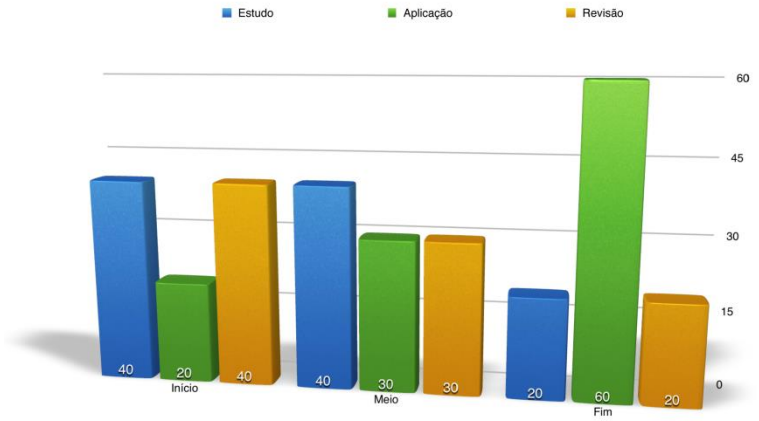


GRÁFICO 1: ESFORÇO X SITUAÇÃO NOS ESTUDOS

Repare nas colunas mais à esquerda, sobre a legenda "início". Repare que a sugestão que dei é que a aplicação, nessa etapa, seja **pelo menos** a metade do tempo destinado aos estudos.

Assim, **chegamos a uma métrica**. (E você, que estava descrente de que teríamos alguma resposta precisa ao longo do livro, agora pode ficar feliz).

Etapa dos estudos	Início	Meio	Fim
"Peso" da aplicação (absoluto)	20%	30%	60%
Em relação ao tempo dedicado ao estudo (relativo)	50%	75%	300%

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

A tabela acima[51] pode te dar uma boa noção a respeito de como segmentar seus estudos. Analisando os dados, vemos que:

- Em termos absolutos, os índices são de 20% no início, 30% no meio dos estudos e pelo menos 60% do tempo de cada sessão de estudos ao final deles.

- Em termos relativos, representam respectivamente metade do tempo, 2/3 do tempo e 3 vezes o tempo gasto com os estudos.

Ou seja, se você estuda uma hora aos estudos, no início dos estudos de uma disciplina, procure fazer pelo menos trinta minutos de aplicação. No fim, se estudar 1 hora da disciplina na semana, faça pelo menos 3 horas de aplicação. Parece muito, mas essa relação vai te ajudar a atingir bons resultados por uma razão simples – ela respeita cada etapa de seu desenvolvimento.

E tenha sempre em vista os tempos estabelecidos pela banca. Estabeleça uma meta – uma resposta a cada minuto ou minuto e meio e siga-a. Assim, em uma hora de exercícios, seria possível resolver pelo menos 60 itens. Fácil?

[51] Lembre-se de que a métrica que tratamos aqui é uma aproximação da realidade, uma abordagem geral e didática. Os índices reais vão variar de caso a caso, mas é sua tarefa buscar aplicar o que tratamos aqui à sua realidade.

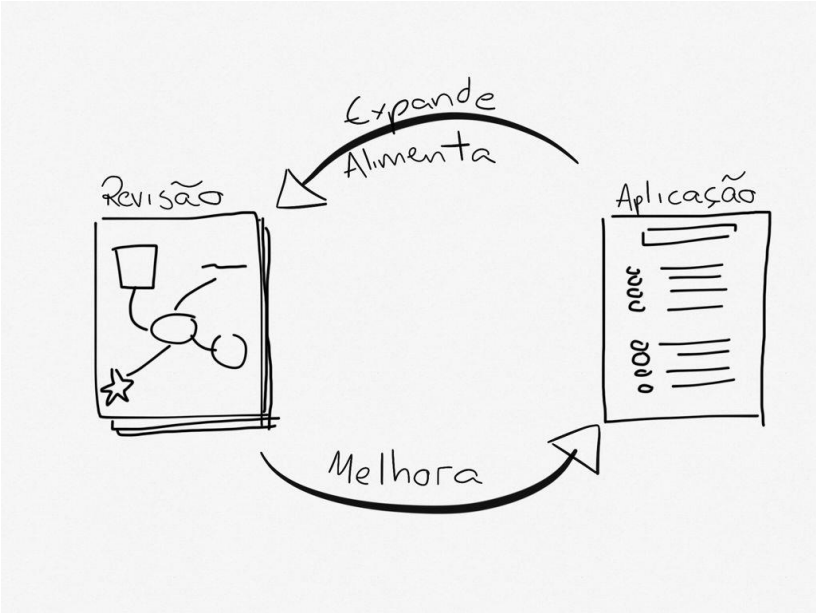
Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

A RELAÇÃO APLICAÇÃO-REVISÃO

Nenhuma das etapas do ciclo EARA caminha isoladamente. Todas elas têm relações com as demais, e quanto mais você puder integrá-las, mais orgânico será o processo – e mais rápida a aprovação.

A aplicação e a revisão, portanto, são estreitamente relacionadas.

Falamos um pouco sobre isso no gráfico do ciclo de vida dos materiais. Trago, agora, uma versão simplificada daquela imagem, para que possamos trabalhar com o tópico específico:



A aplicação é um *mecanismo de feedback*. Sem ela, é impossível saber como você está, se conhece de fato o conteúdo e se tem condições

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

de ser aprovado. Funciona como um termômetro, que indica os pontos em que você precisa melhorar e quais vertentes já domina.

A aplicação expande e alimenta a revisão. Veremos isso com mais detalhes na próxima unidade, mas é importante que, durante a aplicação, você procure atualizar seu material de revisão, porque isso constitui a adaptação, última etapa de ciclo.

Se você erra uma questão que está resolvendo, algumas alternativas surgem:

- **Você não estudou o conteúdo solicitado**, o que mostra que seu planejamento pode ter sido falho – se foi cobrada em prova uma questão que você não conhecia, existe a necessidade de se rever a abrangência ou a profundidade do que está sendo estudado. Pode ser que seja necessário adaptar a rotina ao comportamento da banca. A solução para o problema é ampliar os estudos.

- **Você não se lembrou do conteúdo para responder a questão** – você pode 1) não ter revisado; 2) não ter se lembrado da revisão. Em qualquer desses casos, o problema está na forma como a revisão está sendo feita. Pode ser que ela seja muito longa e detalhada (como um resumo analítico) ou ela pode ser um mapa mental que você não vê há algum tempo. Qualquer que seja a situação, se você tem a resposta anotada no seu resumo, procure dar-lhe mais ênfase e usá-lo como a grande ferramenta que é.

- **Você escolheu a resposta errada por engano** – provavelmente faltou atenção, e isso é um problema comum.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Se começar a acontecer repetidamente, procure observar os horários em que isso ocorre; se você está cansado ou descansado; em qual(is) disciplina(s) acontece. Cada situação exige um comportamento diferente (mais atenção ou 5 minutos de descanso antes da sessão de exercícios; leitura mais atenta em determinados conteúdos; etc.)

- **Você estudou o conteúdo, mas ele não estava no seu material de revisão** – Essa é a parte mais interessante. Acredito que seja mais produtivo criar um material de revisão sintético e depois ir expandindo-o conforme a necessidade. Isso porque a maioria dos livros cobre uma grande gama de assuntos, o que é compreensível, porque eles de fato podem ser cobrados pela banca examinadora. Entretanto, a depender do nível de complexidade de sua prova, parte desses conhecimentos será desnecessária. Assim, você estará, basicamente, desperdiçando seu tempo. Vale, então, criar um material sintético que seja ampliado conforme a necessidade, não o contrário.

Quando escrevi o artigo sobre a Teoria da Borda de "Requeijão Cremoso"[52] (porque aparentemente o nome famoso do produto não deve ser usado), trouxe uma breve análise sobre a forma tradicional de preparação. Coloquei um gráfico que era mais ou menos assim:

[52] blogdofernandomesquita.com.br/escassez-resultados/ é uma teoria interessante, retirada diretamente da prática. Sugiro a leitura

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

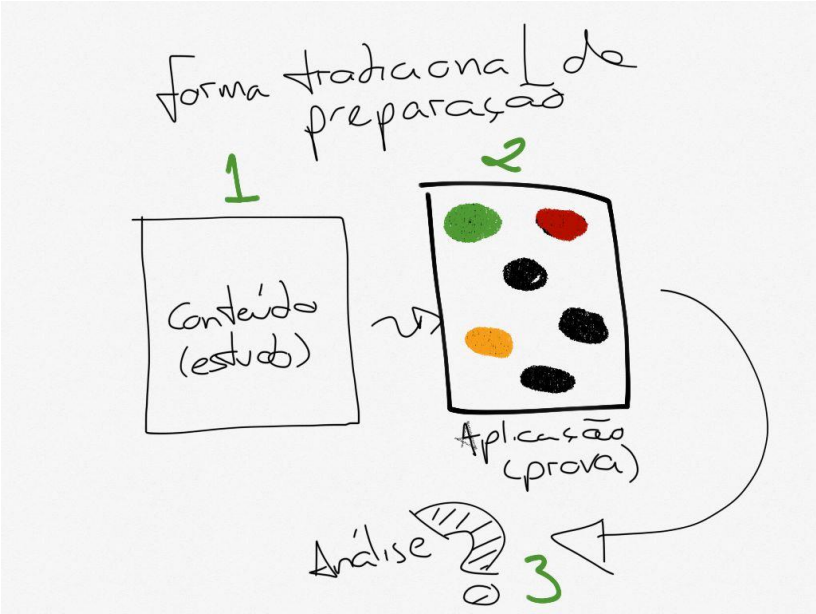


FIGURA 2: FORMA TRADICIONAL DE PREPARAÇÃO PARA CONCURSOS PÚBLICOS

Veja que partimos do conteúdo, para só então fazer a aplicação e depois a análise do conteúdo estudado para ver o que erramos (que seria a adaptação. A imagem foi baseada nos estudos do ciclo EARA para a confecção deste livro).

Mas nem sempre essa é a melhor alternativa. Podemos adotar uma forma mais eficiente, que parte do pressuposto que há algum tipo de consistência na forma e nos conteúdos cobrados pelas bancas (e de fato há, como uma breve análise de provas anteriores vai te mostrar).

Sugeri, então, uma segunda forma de estudos (embora o artigo falasse sobre estudos com poucos recursos, a teoria nos é muito pertinente agora):

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

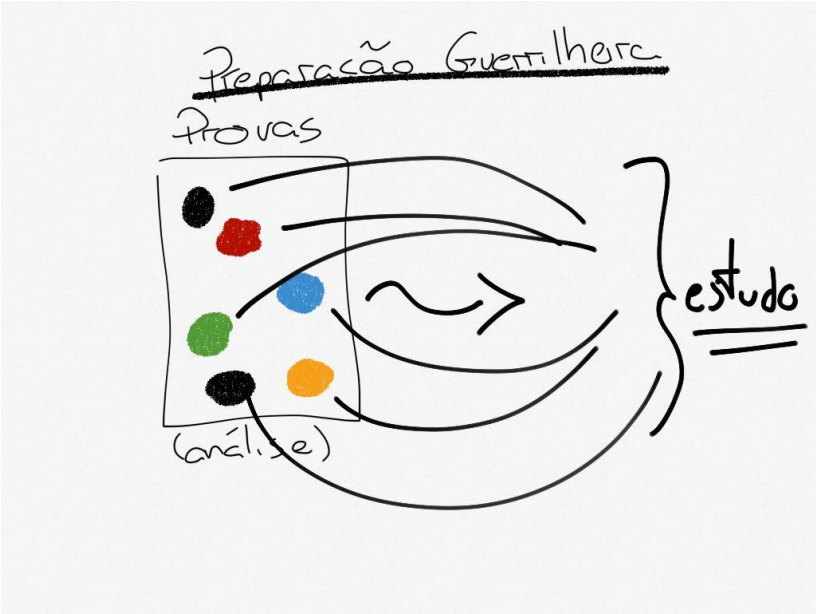


FIGURA 3: PREPARAÇÃO GUERRILHEIRA

Essa forma, que chamei de “Preparação Guerrilheira” (nomenclatura dada graças a uma nova obra em produção), parte do ponto inverso – das provas para os estudos.

Como dito no artigo, é uma estratégia arriscada e que requer atenção de quem for aplicá-la. Mas ela era especificamente para quem queria colocar todas as fichas na mesa e “ver o que vai dar”.

Talvez esse não seja o seu caso, e talvez tenhamos mais tempo para tratar de cada uma dessas vertentes.

Daí, surge a sugestão deste livro, que parte de um pressuposto e de uma metodologia um pouco diferente:

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

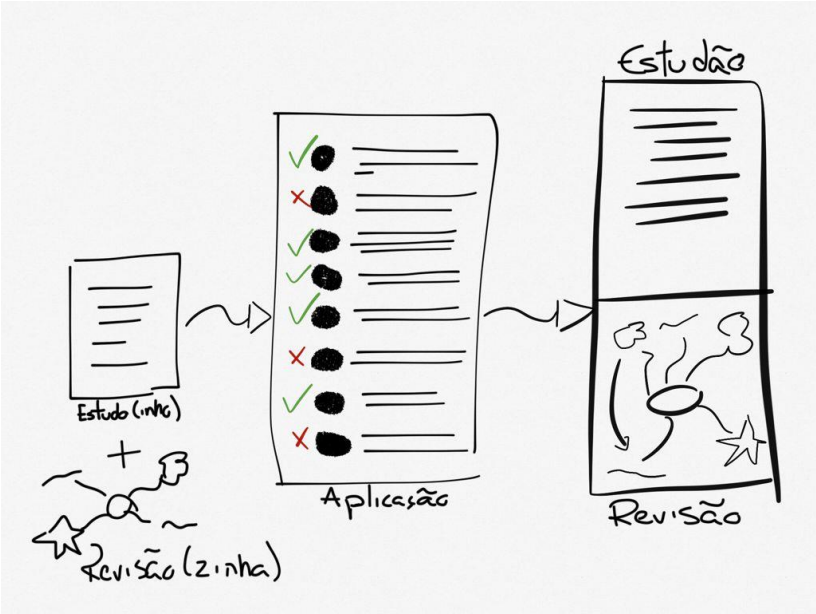


FIGURA 4: INTEGRAÇÃO ESTUDO-APLICAÇÃO-REVISÃO

Começamos com o estudo(inho). 'Inho' porque é pequeno. Você tem apenas a primeiro contato com o conteúdo, para não estressar a mente. Pode até fazer uma revisão imediatamente depois, embora não seja a melhor alternativa.

Daí, partimos para a aplicação, que está sendo vista agora.

Essa aplicação vai te dar resultados positivos (acertos) e resultados negativos (erros).

Você já tinha um material de revisão sendo produzido (porque o material de revisão é produzido junto com os estudos, certo?).

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Os resultados negativos da aplicação são utilizados para aumentar e reforçar seu material de revisão. Ou seja, você erra um ponto e esse ponto automaticamente vira um novo ramo em seu mapa mental ou um novo parágrafo ou linha em seu resumo.

Essa é parte da adaptação. E sabendo disso, você acabou de dar mais um passo em direção à aprovação.

Formas de aplicação

Como dito no início do capítulo, por uma questão de praticidade, falaremos apenas de questões objetivas e discursivas gerais.

Claro, há uma infinidade de outros métodos, inclusive aqueles que você quiser inventar e que te ajudem. O importante é que o resultado seja positivo, ou seja, te auxilie a entender e a vencer a banca.

A aplicação com a resolução de questões

A resolução de questões é provavelmente a forma mais utilizada e mais eficaz no estudo para concursos públicos.

A dinâmica por trás do processo é muito simples: resolva a maior quantidade de questões que puder, também baseado em suas dificuldades. Com as questões resolvidas, procure adaptar seu material de revisão, para ter certeza da plena eficácia do processo.

Conforme vimos no gráfico *Esforço x Situação nos estudos* acima, essa distribuição deve ser razoavelmente fácil, considerando-se que

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

estabelecemos uma relação direta entre a dificuldade que você tem em cada disciplina com o tempo que deve ser dedicado a elas.

Onde encontrar questões

Encontrar questões hoje é muito mais fácil do que 5 ou 10 anos atrás. Atualmente, há diversos sites que se dedicam exclusivamente a reunir esse material. Alguns pagos, alguns gratuitos.

A escolha é muito pessoal. Alguns desses portais são alimentados por professores, que dão respostas embasadas e precisas (mas costumam ter menos questões disponíveis), enquanto outros têm muito mais questões que não são, em sua totalidade, comentadas por profissionais.

A decisão sobre o melhor caminho, como dito, é pessoal. Se você está começando, é interessante contar com uma assessoria profissional, então os sites que oferecem comentários profissionais podem ser uma escolha melhor. Por outro lado, se você já tem o traquejo de procurar as respostas em fontes confiáveis (especialmente os livros), pode fazer bom uso de uma quantidade maior.

Uma alternativa são os livros com questões comentadas. Costumam dar uma boa noção da abordagem da banca, e são divididos por tópicos, o que é uma vantagem para nós.

Isso tudo, claro, deve ser relacionado à quantidade de questões que você está disposto e tem condições de resolver. De nada adianta ter o mundo à disposição se não pretende sair do seu bairro. Assim, experimente as alternativas e veja o que mais se encaixa ao seu caso.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

COMO APROVEITAR AS QUESTÕES

Imagine que cada item é uma oportunidade de aprender alguma coisa.

Há vários níveis de resolução de questões, que chamei de patrola, semáforo e cientista. Cada uma delas, claro, tem suas características e suas aplicações. Veja o quadro:

Tipo	Patrola	Semáforo	Cientista
Objetivo principal	Quantidade/ Reconhecimento	Preenchimento de lacunas	Esclarecimento
Tempo necessário	Baixo	Médio	Alto
Quantidade (por medida de tempo)	Alta	Média	Baixa

Aprofundaremos a seguir cada um dos tipos, com sua utilidade e seus possíveis momentos de utilização.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

A RESOLUÇÃO PATROLA



A resolução patrola é muito comum para os candidatos, mas nem sempre é a forma mais adequada de se extrair valor de uma sessão de exercícios.

A patrola é uma máquina, uma espécie de retroescavadeira, cuja função é retirar a terra da frente para que obras possam avançar.

E é exatamente isso que ela faz por nós.

A resolução patrola é aquela que você faz no início – e ela é importantíssima, exatamente porque te dá a dimensão de:

- O que é cobrado pela banca;
- Quais os termos são mais utilizados;
- Quais assuntos são mais "quentes";
- Quais tópicos você precisa estudar mais.

É um trabalho mais bruto, que serve para te orientar em relação à sua posição atual frente aos estudos.

Fico sempre muito preocupado quando ouço alunos que não têm por hábito resolver questões desse modo dizendo "Acho que o conteúdo "X" não vai cair na prova". Essa afirmação (que é sempre temerária, a não ser que você seja o diagramador da prova) só pode (embora não deva) ser feita por aquelas pessoas que têm plena consciência de onde estão pisando, já resolveram centenas, quiçá

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

milhares de questões e fizeram provas o suficiente para poder não se espantar com as novidades.

Não é o caso da maioria dos candidatos.

O objetivo nesse tipo de resolução é a quantidade. Você não está tão preocupado com a análise das questões. Você quer alimentar seu inconsciente com a "sensação" de resposta certa ou errada (que, embora não seja suficiente para enfrentar uma prova – daí as outras formas de resolução – é um grande apoio, principalmente para aumentar sua velocidade de resolução).

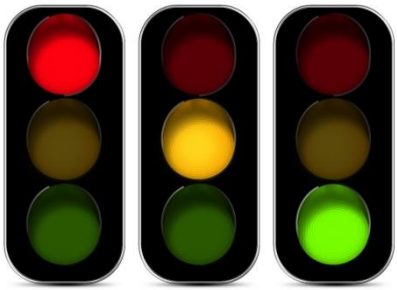
Exatamente porque não há uma análise mais aprofundada, você precisa de pouco tempo para resolver um grande número de questões. Isso pode ser o ideal naqueles momentos em que você não sabe quando será interrompido e não quer começar uma sessão de estudos mais longa. Nesse caso, claro, poderá fazer uma sessão dessas em qualquer estágio dos estudos, não só no início deles.

Mas é claro que o estudo só com sessões patrola não é suficiente para a aprovação de um candidato sério. Isso, como dito, serve a um grande propósito em momentos específicos (como no início dos estudos e em sessões determinadas), mas havemos de atacar também por outros lados.

O que nos leva ao próximo ponto:

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

A RESOLUÇÃO SEMÁFORO



A resolução semáforo é seletiva e nos serve muito bem para um ponto intermediário dos estudos.

Em linhas gerais, é um pouco mais lenta do que a patrola, porque serve a um propósito de triagem. Explico:

Como funciona um semáforo?

É um conceito simples. O verde significa "pode passar"; o amarelo significa "atenção" e o vermelho significa "pare".

Para nós, o significado é o mesmo. A resolução semáforo parte de uma breve análise de cada item (quanto mais você pratica, mais breve ela é) que vai nos dizer se essa questão merece uma análise mais profunda ou não.

Ao resolver uma questão, então, você pode se deparar com três cenários[53]:

- Acertei o item (com certeza ou por chute);
- Errei o item (achando que tinha acertado ou porque chutei);

[53] Aqui, pensei em especial nas provas do Cespe com questões do tipo certo/errado, mas nada impede que a lógica seja transposta para questões de múltipla escolha.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- Deixei o item em branco (porque não sabia a resposta ou porque fiquei em dúvida e não quis chutar).

Isso pode ser sintetizado no quadro abaixo:

Resultado	Hipótese 1	Hipótese 2
Acerto	Certeza	Chute
Erro	Certeza (do oposto)[54]	Chute
Em branco	Desconhecimento/Dúvida	Receio de chute

Cada hipótese dessas exige uma resposta diferente. **Mas aquelas em que precisamos nos concentrar são as circunstâncias de erro, dúvida ou de engano**.

O acerto, principalmente quando se trata de resolução de questões, é um professor ruim. É muito mais fácil aprender com o erro (se você mantiver uma atitude mental positiva) do que com o acerto.

Assim, embora a tabela anterior possa parecer finalizada, não ressaltamos os aspectos que devem ser tratados, e que têm estreita relação com a resolução semáforo. Para facilitar a análise, numerei as colunas e as linhas. Veja:

[54] Quando você tem "absoluta certeza" de que a questão tinha uma resposta, mas na verdade a resposta era outra.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

	A	B	C
1	Resultado	Hipótese 1	Hipótese 2
2	Acerto	Certeza	Chute
3	Erro	Certeza	Chute
4	Em branco	Desconhecimento/Dúvida	Receio de chute

Essa análise é feita para cada item, mas isso é uma demonstração teórica. Na prática, o cotidiano é muito mais breve que isso.

Então, veremos:

- **Nosso único ponto pacífico nessa tabela é o acerto com certeza (B2),** porque é a situação ideal de nosso trabalho. Quando você acerta com certeza, quer dizer que todas as etapas do ciclo ou foram ou estão sendo bem feitas. Esse item pode ser tratado como a resolução patrola, em que você simplesmente segue em frente;
- **Há quatro pontos que merecem atenção (ou um sinal amarelo) (B4 e C2, C3 e C4),** quais sejam: todos os chutes e o item deixado em branco por desconhecimento. Isso porque sempre que você não sabe uma resposta ou a chuta é porque aquele conhecimento não está suficientemente consolidado, o que merece ou um aprofundamento na etapa 1 (estudo) ou um reforço na etapa 3 (revisão) do ciclo EARA.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Esses pontos serão explicados abaixo na forma de um fluxograma para a compreensão dos passos;

- **Há um ponto especial que deve ser muito trabalhado,** que chamo do "erro certo" (B3). Isso acontece quando você tem certeza de uma determinada resposta e erra. Há duas possibilidades principais delineadas: estudo equivocado ou leitura equivocada. No caso de estudo equivocado (que é a mais perigoso), nada mais nos resta do que nos despir de nossas convicções anteriores e voltar aos livros como se fosse a primeira vez. O caso de leitura equivocada é mais simples (quando você lê "não deve" no lugar de "deve", por exemplo), mas também deve ser tratado prestando-se mais atenção ao texto, inclusive marcando as palavras "perigosas" para a resolução de itens (exemplos: não, nunca, sempre, todo, qualquer, definitivamente).

Os sinais amarelos e vermelhos devem ser sempre analisados (da resolução semáforo para frente), para que seja possível ver uma evolução palpável em seu desempenho. Já falamos sobre os sinais vermelhos, que são dolorosos mas devem ser atacados imediatamente. O que nos deixa, por fim, com os sinais amarelos.

Se durante a aplicação você encontra um sinal amarelo, suas opções são basicamente as seguintes:

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

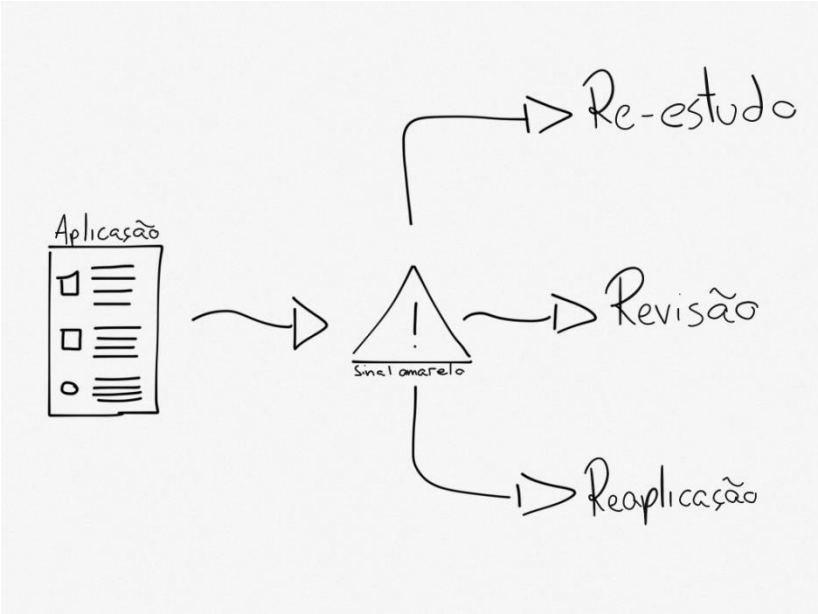


FIGURA 5: ALTERNATIVAS PÓS-SINAL AMARELO

O sinal amarelo é o mais ambíguo de todos, porque não nos dá respostas definitivas a respeito do problema. Como há muitas variáveis, há também muitas soluções.

Na prática, tratamos isso de uma forma mais holística, simplesmente estudando mais do conteúdo para reforçar o aprendizado. Quando necessário, partimos para a análise cientista (nosso próximo tópico).

O sinal amarelo pode dar origem a três comportamentos, então:

- **Reestudo** – às vezes, o problema pode ter raízes mais profundas. Minha abordagem é clara: sempre espero que leituras no material-base (o estudo) tenham de ser feitas o mínimo possível, ou corremos o risco de parecer um carro

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

atolado, que só fica rodando no mesmo lugar. A maior parte do esforço deveria se concentrar na aplicação e na revisão, que criam as bases para a aprovação e são mais rápidas. Mas às vezes o reestudo é necessário, principalmente para consolidar alguns pontos ou esclarecer dúvidas – como quando você realmente não tem ideia da resposta a uma determinada dúvida nos estudos (e isso também não consta no material de revisão). Esse retorno, como esperado, deve ser sempre acompanhado da atualização do material de revisão com os pontos ambíguos ou ausentes.

- **Revisão** – Com um grande conteúdo a ser abordado, é normal que nem tudo possa ser imediatamente absorvido[55]. Segundo a pesquisa *Concursandos – o livro*[56] e os relatos dos alunos e dos leitores, a revisão costuma ser bastante falha – provavelmente o ponto mais negligenciado de todos. Muitos candidatos têm a expectativa de saber aplicar sem revisar (o que é um viés perigoso, que ocorre quando achamos impossível não lembrar de algo que está à sua frente naquele momento). Portanto, pode ser que o problema seja simplesmente uma questão ver o conteúdo novamente (revisar) e preencher as lacunas na mente.

---

[55] E isso é normal para toda atividade intelectual. A maior ferramenta para a memória é a revisão, o reforço do conteúdo visto. Da mesma forma que para os estudos, se você quiser realmente absorver os conteúdos deste livro, deve lê-lo novamente, buscando anotar os pontos que considera mais importantes e interessantes para serem revistos.

[56] A maior pesquisa sobre concursos públicos do país. Se você ainda não respondeu, contribua com um pouquinho de ser tempo para a construção do conhecimento. O endereço é www.concursandosolivro.com.br. Obrigado

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- **Reaplicação** – Por fim, nossa terceira alternativa passa por uma reaplicação em momento posterior, de preferência com um intervalo razoável (porque de nada adianta ver que errou a questão, marcar a resposta certa imediatamente depois e dar-se por satisfeito). Pode ser que seja um problema associado ao cansaço, à estafa ou apenas um momento ruim.

Assim, a resolução semáforo é uma metodologia de triagem, ou seja, você passa por essa etapa para analisar se uma questão merece ser avaliada a fundo (ou avaliada superficialmente) antes de seguir em frente. Como resultado dessa análise inicial, pode ser necessária uma análise mais aprofundada, que fica a cargo do nosso próximo passo:

A RESOLUÇÃO CIENTISTA



A resolução cientista é uma ferramenta para o semáforo, e acaba sendo uma espécie de bifurcação na nossa resolução de questões.

A partir do momento em que você começa a dominar certos conteúdos, deve analisar a fundo qual o problema de determinados itens, que é exatamente o que vamos buscar neste momento.

Como exemplo, podemos pegar um item de Direito Constitucional, que é uma disciplina que quase todos estudamos ou vamos estudar em algum momento.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Em 2013, a prova do MPU (organizada pelo Cespe) para Analista Administrativo da área de Direito trouxe o seguinte enunciado:

> *A respeito dos direitos e garantias fundamentais e da aplicabilidade das normas constitucionais, julgue os itens subsequentes.*
>
> *Os direitos fundamentais de primeira dimensão são aqueles que outorgam ao indivíduo direitos a prestações sociais estatais, caracterizando-se, na maioria das vezes, como normas constitucionais programáticas.*

Oras, **se você erra uma questão assim** (cuja resposta, a título de curiosidade é "Errada"), **deve analisar por que errou**.

O PRIMEIRO NÍVEL - VOCABULAR

O primeiro nível a ser analisado é o vocabular.

Ele envolve o conhecimento do significado geral (comum) de cada conceito. É bastante básico, mas pode causar problemas para candidatos que não têm contato com a nomenclatura utilizada pelas bancas e pelos doutrinadores (daí mais uma importância não só do estudo, mas da resolução patrola, que tem a função de habituá-lo a esses termos).

No caso em tela, um candidato que nunca tenha estudado para concursos ou não conheça o vocabulário jurídico pode encontrar problemas com termos como "outorgar" ou "programático". É um exemplo simples, mas você entende o drama.

Nesse caso, a solução mais simples é ter ao lado um dicionário (físico ou virtual) que ajude a lidar com esses termos. E você nunca deveria seguir em frente ignorando qualquer termo desconhecido, porque pode ser que em alguma prova (não só de direito, mas de português,

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

por exemplo) essa palavra específica seja cobrada e você fique a ver navios podendo acertar uma questão cuja resposta desconhece.

O SEGUNDO NÍVEL – CONCEITUAL

O segundo nível está intimamente relacionado com o estudo em si.

Embora as palavras isoladamente carreguem seus significados, muito mais fortes são esses significados em um contexto, aplicados a determinados campos do saber.

Essa importância é tanta que hoje há inúmeros livros dedicados a esclarecer os significados potenciais das expressões de disciplinas específicos. São os dicionários técnicos – dicionários de termos do direito, dicionários de contabilidade, dicionários de administração.

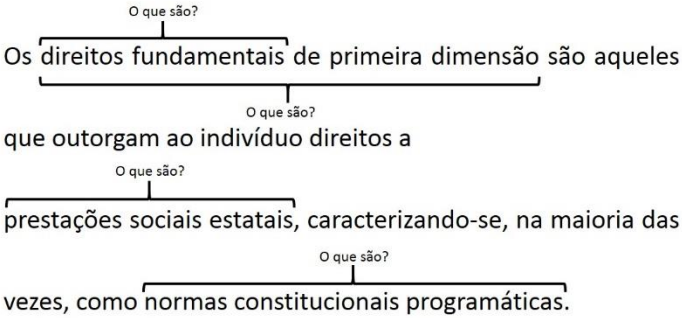
Assim, enquanto "digrafar" é um termo não encontrado no Vocabulário Ortográfico da Língua Portuguesa (o repositório dos vocábulos de nosso idioma), ele aparece no Dicionário de Termos de Contabilidade[57] como "contabilizar segundo o método das partidas dobradas".

E esse exemplo é especialmente interessante porque nos leva ao ponto que eu queria chegar: se você nunca estudou contabilidade, provavelmente não sabe nem o que são as famosíssimas partidas dobradas, o que te levaria ao vocábulo subsequente, e assim por diante. Você começa a mergulhar em termos para entender o que significam.

[57] Iudícibus, Marion e Pereira. Dicionário de Termos de Contabilidade. 2º Edição. São Paulo. Atlas. 2003

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

No nosso exemplo, da prova do MPU de 2013, há alguns termos que poderiam causar dúvidas em um iniciante. Observe:



Em apenas um enunciado, nos deparamos com 4 termos que poderiam causar dúvidas no leitor. Alguns deles são mais simples, como direitos fundamentais (amplamente explicados em qualquer livro de direito constitucional), enquanto outros são mais complexos, como normas programáticas (embora também sejam parte dos conteúdos básicos da disciplina).

Esse nível de análise é importante quando você se depara com um platô – aquele ponto a partir do qual tem dificuldades em evoluir. Para algumas pessoas, isso acontece aos 60% de acertos, para outras acontece aos 75% de acertos. Qualquer que seja o seu caso, a análise dos termos pode ser o problema que te impede de acertar mais itens do que você tem acertado até o momento.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

O TERCEIRO NÍVEL – FACTUAL

De nada adianta saber o significa de termos e de palavras se você não conhecer os fatos.

Assim, conhecer o termo direitos fundamentais de primeira dimensão é pressuposto (mas não suficiente) para saber se eles 1) outorgam ao indivíduo direitos a prestações sociais estatais e 2) caracterizam-se como normas constitucionais programáticas.

O nível factual só é atingido pelo estudo a fundo, inclusive com fontes adicionais, se necessário for.

E é claro, a resolução cientista envolve exatamente essa análise: saber onde está o problema, identificá-lo, isolá-lo e tratá-lo.

Parece trabalhoso? Talvez seja. Mas como tudo, vai ficando mais fácil (e mais rápido) com o tempo.

Além disso, você sempre terá a certeza de ter uma base sólida. E esse trabalho o recompensará com uma aprovação eficaz e conclusiva.

Você está disposto a fazer o que é necessário para ser aprovado?

A APLICAÇÃO COM A RESPOSTA A ITENS DISCURSIVOS

Uma segunda alternativa que você tem é resolver questões discursivas (próprias ou de provas).

Essas questões são uma grande ferramenta porque permitem que você:

- Pratique a redação;
- Faça correlação entre temas aparentemente desconexos;

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- Veja se consegue expressar as ideias que acha que conhece.

A forma é simples: busque em provas anteriores temas que foram cobrados em itens discursivos. De posse desses temas, responda-os. Se houver gabarito divulgado, tanto melhor. Mesmo que não haja, responda as questões e faça um trabalho de pesquisa para saber se sua resposta está correta e se deveria ser aceita pela banca. Embora você possa não ter acesso ao gabarito, o simples fato de você passar por esse processo te transformará em um candidato mais competitivo.

Em 2008, a prova de Analista Legislativo – Administrador do Senado Federal trouxe uma questão discursiva muito interessante para os estudantes da área, que reproduzo abaixo:

> *No passado usava-se a denominação "administração de pessoal" para identificar, nas organizações, o departamento de pessoal, conhecido apenas pela sigla DP. Ao longo do tempo, novas denominações foram criadas e agora é usada uma terminologia que indica a atividade ou a unidade na organização.*
>
> *Desenvolva um texto que mostre como ocorreu a significativa evolução no campo das organizações, apresentando as novas terminologias e dando exemplos das atividades e ações que as justifiquem. Se você considera que só houve mudança de rótulos, disserte apenas sobre esses rótulos.*

Repare que essa não é uma questão qualquer. Para que o candidato fosse capaz de respondê-la era necessário não só saber as diferentes denominações que a Gestão de Pessoas recebeu ao longo do tempo, mas também entender o impacto histórico e conjuntural dessa mudança.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Questões como essas têm um nível de complexidade razoavelmente elevado, principalmente porque a maioria de nós não se prepara dessa forma.

E sei que a maioria dos autores gosta de comentar suas vitórias, mas como dito algumas páginas atrás, o acerto é um professor ruim. Assim, prefiro analisar as derrotas.

Em 2008, como dito no início do livro, eu vinha em uma série de boas aprovações em áreas policiais e relacionadas (DPRF, Abin, Depen), mas estava mesmo de olho no concurso de policial legislativo do Senado (trabalhar no legislativo – em especial o federal – foi um sonho que nutri desde tempos antigos[58]).

Eu conhecia razoavelmente bem as disciplinas. Tanto que consegui essas vitórias anteriores. Mas a prova do Senado provou-se um momento diferente.

A parte objetiva estava tranquila. Antes da divulgação da nota na prova discursiva, estava em nona posição (embora fossem apenas duas vagas, sempre tive facilidade nas discursivas e minha nota tende a aumentar nessa etapa).

Isso, claro, era um resultado excepcional para mim, e eu já sentia o gosto da aprovação.

[58] Só para que você tenha a dimensão disso, uma de minhas reprovações mais doloridas foi também para policial legislativo, só que dessa vez na Câmara Legislativa do Distrito Federal, em 2005.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Os momentos de prova são sempre divertidos. Hoje em dia[59], chego ao local de prova e analiso os candidatos, os fiscais, a sinalização, a estrutura. Recebo o caderno com tranquilidade e o abro com uma expectativa boa, de quem quer ver o que há pela frente.

Obviamente, não foi sempre assim.

Em 2008, minha situação era bem diferente e eu **precisava** das aprovações que estava buscando[60]. Então, cada prova aberta trazia uma série de sentimentos diferentes. Nem melhores nem piores. Só diferentes.

Nessa prova em especial, a sensação era de que eu havia feito um bom trabalho. Até a última folha chegar.

A questão discursiva, organizada pela Fundação Getúlio Vargas (FGV), trazia a história de uma suposta Comissão Parlamentar de Inquérito que convoca um cidadão a depor e, após uma série de eventos, expulsa seu advogado e dá voz de prisão ao ouvido após uma recusa em responder a pergunta de uma senadora[61].

---

[59] Por força do ofício de escritor e por interesse científico, continuo prestando concursos regularmente.

[60] Escrevi um artigo do qual sou especialmente orgulhoso ("ensaio sobre prioridades") que fala sobre a diferença entre **querer** e **precisar** de uma aprovação e sobre por que as aprovações subsequentes costumam ser tão difíceis. Recomendo fortemente a leitura - Consegui colocar em um mesmo artigo Mestre dos Magos, Batman, Maslow e Joaquim Barbosa. É uma proeza que não acontece todos os dias. Pode ser lido na íntegra em blogdofernandomesquita.com.br/ensaio-sobre-prioridades/

[61] Caso você queira ver a questão na íntegra, a prova completa pode ser baixada neste link -> blogdofernandomesquita.com.br/FGV2008-PolicialSenado-PDF

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Por fim, perguntava se haviam sido corretas e legais a expulsão do advogado e a prisão do depoente. A resposta esperada era a completa, com as referências pertinentes.

Eu deveria saber a resposta. Eu conhecia os termos. As questões objetivas foram fáceis. Eu sabia alguns dos termos. Ou não sabia?

Não, não sabia. E acabei eliminado porque não conhecia o conteúdo o suficiente.

Fiquei obcecado com essa questão durante vários anos, mas o mais importante é entender a importância daquilo que estamos chamando aqui de análise cientista.

Conhecer os temas (nos 3 níveis apresentados) muitas vezes é a diferença entre a aprovação e a reprovação (como mostrado no caso do Senado em 2008).

Não deixe nenhum aspecto de sua preparação de fora, não negligencie nenhuma vertente do que será cobrado. Equilíbrio é importante

Você precisa fazer 8 questões discursivas por semana na sua preparação? Provavelmente não, mas procure incluí-las como parte do pacote. Isso vai ampliar sua base e possibilitar que você aprofunde-se e tenha certeza de que realmente sabe aquilo que acha que sabe.

Embora às vezes tentemos procurar soluções mais rápidas (como evitar escrever ou pensar sobre um assunto complexo), essa atividade será necessária cedo ou tarde. Se você não pensar nos temas delicados durante os estudos, terá de pensar na resolução da

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

prova. E será muito mais confortável e interessante chegar lá sabendo o tamanho do desafio do que se surpreendendo por nunca ter passado por isso na vida.

Questões Elaboradas por Professores – usar ou não?

Muitos professores, em um ato de boa vontade para com seus alunos, acabam criando listas de exercícios que não são provenientes das bancas, mas criados por eles próprios.

Isso às vezes é uma necessidade. Pode ser que o cargo para o qual você está estudando nunca tenha tido concursos antes, ou que a banca seja nova na realização daquele concurso. Há algumas situações em que pode ser necessário.

Entretanto, há de se observar que questões oficiais de concursos passam por um processo recursal, o que não acontece com as questões próprias dos professores. Normalmente, temos a chance de contrapor as questões da banca com argumentos doutrinários. E em geral (mas nem sempre), aquela questão anterior serve de posição para as outras vezes em que elas aparecerem em provas[62].

Use essas listas no início dos estudos e evite-as no final deles, a menos que esteja disposto a desconfiar de todas as respostas dadas e pesquisá-las (sugiro que, na parte final de sua preparação, faça

[62] Embora pareça absurdo, não são exatamente escassos os casos em que as bancas consideram duas respostas diferentes para o mesmo enunciado. Portanto, há apenas uma expectativa de manutenção da posição. Mas isso não chegam a ocorrer em quantidade suficiente para colocar em risco a aprovação de um candidato bem preparado.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

sempre que possível apenas questões oficiais da banca responsável pelo seu concurso).

Questões têm a função de fixação do conteúdo – se você memoriza uma resposta errada, pode errar um item importante e isso certamente é capaz de prejudicar a aprovação.[63]

[63] Algumas unidades atrás, falamos sobre a criação de questões próprias. A recomendação aqui também serve para aquelas: tenha cuidado redobrado ao respondê-las e ao considerá-las "posição" oficial. Questões assim servem mais para treino do que para serem consideradas definitivas.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

O APRENDIZADO ASSOCIADO

Ao longo das últimas páginas, discutimos o benefício das questões e a forma de resolvê-las.

Mas como isso se relaciona diretamente com a adaptação? Para ilustrar o caso, fiz um diagrama que mostra as possibilidades:

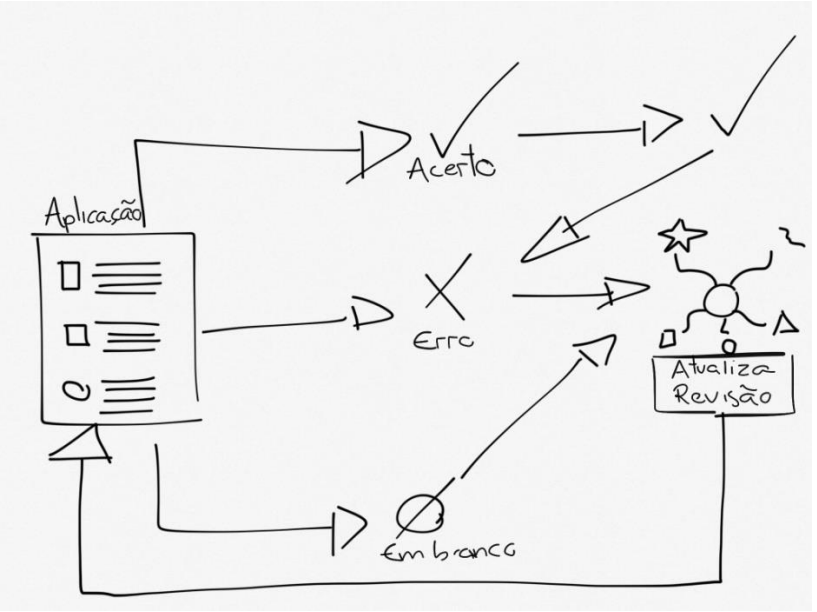


FIGURA 6: FLUXO APLICAÇÃO-REVISÃO-APLICAÇÃO

Repare que, durante a aplicação, o único caso em que você deve seguir em frente é se tiver certeza da resposta. Caso contrário, cada resposta errada ou em branco deve remetê-lo ao material de revisão.

O material de revisão, então, deve ser atualizado, complementado ou só reanalisado (caso a resposta conste nele).

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Esse, por mais simples que pareça, é o caminho para sua aprovação com uma velocidade nunca antes imaginada.

Comparação exercícios-prova

Existe um fenômeno que se relaciona com a resolução de exercícios - eles permitem que você saiba, com razoável segurança, qual será sua pontuação na prova que vai enfrentar. E isso é muito comum (pontuação na prova semelhante à pontuação nos exercícios resolvidos), principalmente quando não há um trabalho consciente direcionado ao aumento de seu desempenho.

Toda mudança exige intencionalidade. Tendemos à inércia.

Se você quer entrar em forma, precisa levantar do sofá e fazer exercícios físicos. Se você quer passar em um concurso público, precisa estudar, se esforçar. E isso se aplica a todas as vertentes de sua vida: manutenção do casamento, educação dos filhos, prospecção de empregos na iniciativa privada, condução de empresas ou de negócios próprios.

Assim, se você não se esforça, a melhor das hipóteses é a manutenção de sua situação, ou seja, você fica no mesmo platô em que está.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

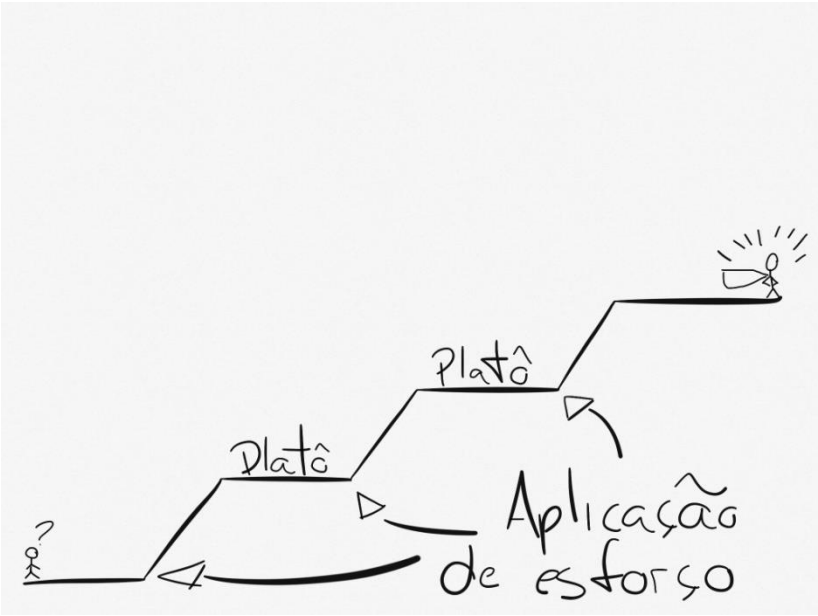


FIGURA 7: SUPERAÇÃO DE PLATÔS

E cada subida subsequente que você quiser empreender dependerá de um novo esforço de deslocamento do platô.

“Mas Fernando”, você me pergunta, “isso significa que, independente do que eu queira fazer, esforço sempre será necessário para sair da minha situação atual?”

Exatamente. Entendeu por que tão poucas pessoas estudam e passam em concursos? Por que tantas empresas fecham, por que

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

tantos casamentos acabam? A maior parte disso está relacionada à falta de um esforço de melhoria[64] que seja concentrado e consciente.

E o que faz os grandes aprovados diferentes de nós? Simples. Consistência.

Muitas pessoas acreditam que o esforço que elas desprendem no início dos estudos será o mesmo durante toda a duração. Mas a vida em geral dificilmente apresenta relações lineares.

Hoje, então, pode ser que você acredite que é tão difícil para alguém estudar 11 horas por dia (mesmo se preparando há 4 anos) quanto para você estudar 3 horas por dia (caso você tivesse começado mês passado).

Mas, como dito, a vida não é linear, e o esforço certamente não é linear. O esforço do início dos estudos parece maior porque você precisa ser colocado em movimento. Durante os estudos (ou durante qualquer processo de crescimento), o esforço dirige-se a mantê-lo em movimento. E a força necessária é muito menor.

Seria mais ou menos como a imagem abaixo:

[64] Obviamente, não é minha intenção ser reducionista ao ponto de acreditar que problemas tão aparentemente complexos podem ser resumidos a um ponto tão simples. Mas ainda assim o desafio a combater o argumento.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

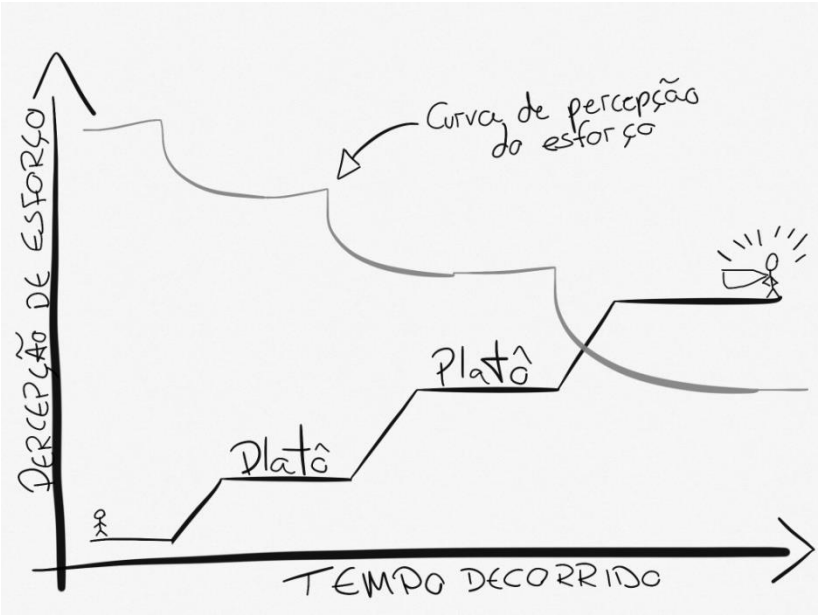


FIGURA 8: RELAÇÃO TRANSCURSO DO TEMPO VERSUS ESFORÇO PERCEBIDO

Repare que o esforço (a curva mais clara) começa muito, muito alto. Mas ele diminui à medida que você vai vencendo os platôs.

Isso porque você começa a entender o processo de mudança. E sua sensação da dimensão do esforço diminui.

Isso é tão, mas tão importante, que vou destacar para que você possa colocar em sua parede.

Compreender o processo é a chave para repetir o feito indefinidamente

Ou seja:

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- Conseguir a primeira aprovação é difícil, porque você está entendendo o processo, mas uma vez que você seja aprovado, fica muito mais fácil repetir a aprovação;
- Abrir uma empresa é complicado, mas uma vez que uma delas seja bem-sucedida, você tem condições de repetir o sucesso em outras unidades ou ramos;
- Conduzir projetos, escrever livros, gravar CDs, apresentar-se a pessoas, fazer novos amigos, aprender novas habilidades, aprender novos idiomas, mudar-se de cidade, tudo é mais difícil no início, mas vai ficando mais fácil (e mais previsível) conforme você vence a barreira do desconhecido e atinge o sucesso (ou se torna disposto a obtê-lo a qualquer custo).

E embora a percepção do esforço seja decrescente, é razoavelmente fácil ver quando você atinge um platô, desde que você acompanhe sua situação de perto.

Isso nos traz de volta à questão da melhoria da pontuação nos exercícios e à comparação exercícios-prova, iniciada antes desses grandes parênteses sobre a vida.

Em um site de questões que assino, é possível ver a situação das questões resolvidas. Copiei o quadro da situação atual para você

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Questões resolvidas:	19804
Respostas corretas:	16373 *
Respostas erradas:	5153 *
Questões comentadas:	214
Cadernos de questões:	24
Questões classificadas:	269
Questões com Anotações:	2

FIGURA 9: PONTUAÇÃO EM SITE DE QUESTÕES

O item 'questões resolvidas' não é um retrato fiel da realidade, porque só considera as questões inéditas. A quantidade final é a soma das respostas corretas com as respostas erradas, o que nos dá 21.526. Daí vem um ponto interessante: Se dividirmos as questões certas por esse total (16.373 / 21.526), teremos 76,06%, que coincidentemente é uma nota muito próxima das que eu normalmente tiro nos concursos de que participo[65].

Achando que esse dado poderia ser simples coincidência, conversei com um diretor de um site de questões de concursos que me disse serem comuns os relatos de clientes dizendo que o desempenho na prova foi muito próximo de seu desempenho durante os exercícios.

[65] Naturalmente, essa pontuação é variável e depende da prova. O apresentado se refere ao desempenho médio. Além disso, há outro fator a considerar: a quantidade de respostas em branco que deixo na prova (no caso de certames do Cespe). Como esse índice é variável, percebi por meios puramente empíricos que boa parte da variação na nota final se dá exatamente em decorrência desse aspecto.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

QUANTO PRECISO ACERTAR PARA PASSAR?

Algumas páginas atrás, citei o enunciado que criei no artigo sobre provas do Cespe: "*em um concurso do Cespe que tenha pelo menos 20 vagas, uma nota equivalente a 76% da prova praticamente garante sua aprovação*".

Como dito, isso é baseado em uma análise estatística, que pode sofrer variações com o passar do tempo.[66]

Toda prova tem questões fáceis, médias e difíceis. Por ser uma característica da maioria das provas ter menos questões difíceis do que médias e fáceis[67] (a dificuldade das questões varia estruturalmente de acordo com a dificuldade intrínseca da prova analisada – quanto mais aprofundada for, maior será a dificuldade global do grupo), é possível dizer que um candidato será aprovado se:

- Acertar todas ou quase todas as questões fáceis;
- Acertar a maior parte das questões médias;
- Acertar algumas questões difíceis.

Em forma de gráfico, a situação seria a seguinte:

[66] Não só o tempo, mas a própria dificuldade da prova e o nível dos candidatos afeta essa pontuação. É possível que uma prova tenha nota de corte de 50% e outra de 79%.

[67] Essa análise, claro, considera que existe um padrão de dificuldade na prova, que varia em cada uma.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

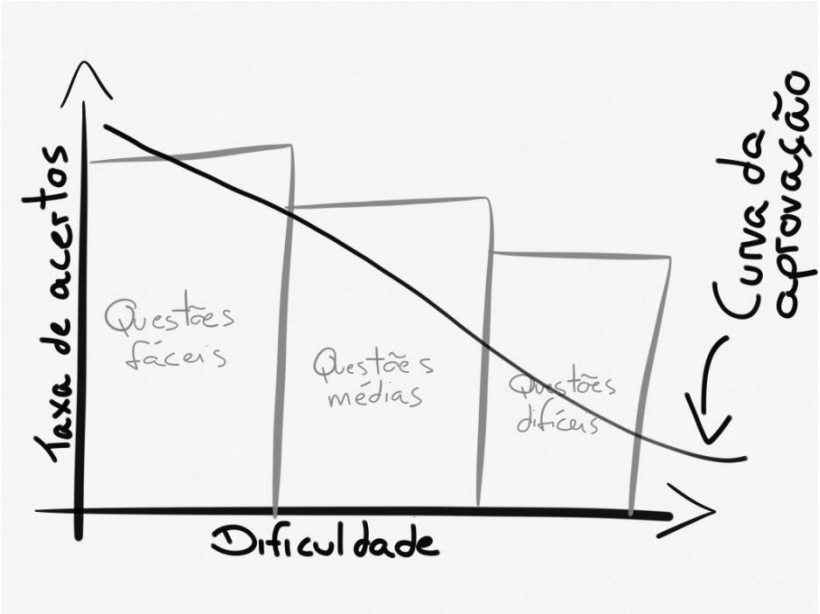


FIGURA 10: RELAÇÃO NECESSIDADE DE ACERTOS VERSUS DIFICULDADE DAS QUESTÕES EM PROVAS DE CONCURSOS

Não é um objetivo difícil de se atingir. Principalmente agora, que você está aprendendo o processo.

Lembre-se que para toda evolução é necessária análise e esforço direcionado para isso.

Portanto, se você pretende aumentar a qualidade de seu desempenho, é fundamental que você não somente use os três tipos de resolução de questões aqui expostos (com foco na resolução cientista), mas também meça sua pontuação ao longo do tempo e atue diretamente em suas dificuldades.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Atuar sobre as dificuldades é a chave para qualquer evolução palpável. Quando você eliminar as barreiras que te impedem de seguir em frente, fica fácil progredir.

Resolvido esse ponto, passamos às próximas etapas de nossa jornada.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Revisão

"There are lots of people who mistake their imagination for their memory."
Josh Billings

*Há muitas pessoas que confundem sua imaginação com sua memória.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Estudar sem revisar é não estudar

Conversa padrão:

> - Aluno: "Professor, eu estudo, estudo, estudo, mas não consigo lembrar do que li"
>
> - Eu: "Ok, vamos lá. Como estão suas revisões? Quais ferramentas você usa, com qual frequência revisa?"
>
> - Aluno: "Revisão? Como assim?"

É claro que essa conversa é uma espécie de dramatização, um quase-retrato da realidade. Mas a essência é essa.

Quantas vezes já me deparei com essa situação: encontrar pessoa que procura solução sem conhecer o problema.

Mas isso não é mal apenas de concursandos. Sofre-se disso na população em geral. Portanto, seria desperdício não usar pelo menos o pouco que sabemos sobre mecanismos da mente.

Esquecer é necessário. Esquecer é um mecanismo evolutivo que permite que vivamos sem enlouquecer. A literatura médica tem alguns interessantíssimos relatos do impacto da memória na vida das pessoas, sendo os mais interessantes os dois extremos: as pessoas

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

que não conseguem esquecer e aquelas que não conseguem se lembrar.[68]

Ao longo de um simples dia, somos submetidos a milhares, senão milhões de estímulos visuais, auditivos, olfativos. Esquecer é uma forma de viver bem.

Entretanto, o problema não é esquecer, mas esquecer aquilo de que queremos nos lembrar. Ora, se preciso me lembrar de algo (como a resposta de uma questão da prova) e não consigo recuperar essa informação, isso se torna automaticamente um problema.

As questões relacionadas a esse esquecimento são as mais variadas, incluindo a falha na retenção e a falha na recuperação. Esse assunto é mais aprofundado e foge do escopo desta obra, mas trabalhamos este ponto no Concursandos - o livro e no Blog do Fernando Mesquita. Trataremos aqui das informações necessárias para que se possa compreender a importância das revisões no processo de estudos.

Hermann Ebbinghaus foi um dos primeiros teóricos a estudar a mente e seu funcionamento. Seus estudos resultaram numa curva que pode te ajudar a entender a necessidade das revisões.

Sua abordagem, feita no final do século XIX, desconsiderava aspectos que hoje conhecemos sobre a memória e a retenção, mas são um

[68] Para mais sobre o assunto, recomendo a leitura dos interessantíssimos casos "O Homem que não lembrava" e "O Homem que não esquecia", no livro Mentes Poderosas, de Matthew MacDonald (Ed. Universo dos Livros).

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

bom ponto de partida simplificado para o que pretendo apresentar. Segue imagem:

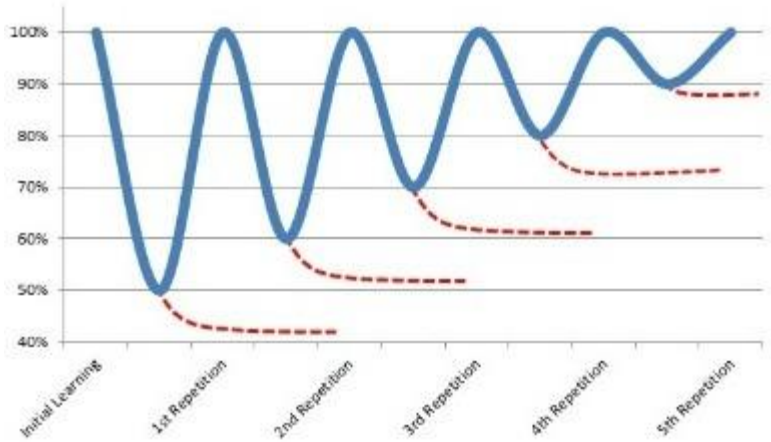


FIGURA 11: A CURVA DO ESQUECIMENTO[69]

O ponto mais à esquerda, onde se lê "*initial learning*" é o momento do primeiro contato com o conteúdo. Nessa hora, em tese, 100% do conhecimento apreendido está disponível.

Cada marco no eixo horizontal representa um dia. Portanto, veja que menos de 24h depois do contato com o conteúdo, a retenção já caiu a 50% do conteúdo original.

A linha vermelha representa a tendência do esquecimento (caso não houvesse a repetição do conteúdo). Com a repetição **(revisão)**,

69 Disponível em http://www.trainingzone.co.uk/topic/forgetting-curve-and-its-implications-training-delivery/162373

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

entretanto, o conteúdo volta ao seu estágio inicial - de 100% da matéria trabalhada (algumas pesquisas revelam que, após as revisões, o conhecimento pode chegar a patamares acima de 100%, por conta da absorção de elementos não compreendidos na primeira etapa – quando "cai a ficha" – e por conta do complemento dos estudos originais).

Agora, uma observação importante: o presente trabalho desse psicólogo referia-se a tarefas simples, como lembrar uma sequência de palavras não-relacionadas. Essas não são tarefas típicas dos estudos (embora possam parecer para quem estuda direito ou economia pela primeira vez).

Nos estudos, de forma geral, lembrar 100% do conteúdo não é essencial para a aprovação.

Imagine um livro didático. Ao longo do texto, há exemplos, citações, contextualização e pré-requisitos que são interessantes para um primeiro contato mas que, após capturado o cerne da ideia, tornam-se dispensáveis. O mesmo acontece com aulas presenciais ou com praticamente qualquer tipo de material para estudo.

Mas não com os materiais próprios para revisão. Veremos suas características a seguir.

A revisão é o único mecanismo que influencia na retenção de um conteúdo? Claro que não. Há fatores, internos e externos, que também podem afetar sua capacidade de absorção, tais como:

Internos:

- Motivação para aprender o conteúdo;

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- Simpatia ou antipatia pela disciplina ou pelo autor do material;
- Vontade e necessidade de aprender;
- Desconforto físico;
- Situação psicológica;
- Distúrbios de aprendizado diversos;
- Dificuldade percebida do conteúdo;
- Estrutura mental prévia do estudante.

Externos:

- Barulhos;
- Interferências no fluxo de recebimento dos conteúdos;
- Situação ambiental (mobiliário, localização, temperatura);
- Dificuldade real do conteúdo;
- Pré-requisitos do conteúdo.

Entretanto, a revisão não deixa de ser fundamental porque há fatores que a impedem ou que a atrapalham.

Ela é a chave para manter o conteúdo fresco na memória e praticamente garantir a retenção dos pontos essenciais para a recuperação na prova.

A importância da revisão consiste em sua própria função – evitar que esqueçamos.

Há candidatos que acham que a revisão é perda de tempo, mas lembre-se dos seguintes pontos:

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- Revisar um conteúdo é muito mais rápido do que estudá-lo novamente (é possível que um dia ou um mês inteiro de estudos seja revisado com alguns poucos minutos de mapas mentais);
- Quando você mantém o conteúdo fresco na mente, fica muito mais fácil relacioná-lo com os novos conteúdos que for aprendendo;
- Com um bom material de revisão, você cria uma finalidade clara e integrada para cada etapa de seus estudos: você estuda para criar mecanismos de revisão, aplica seus estudos para complementar os a revisão e revisa sempre para que o conteúdo esteja sempre claro – e seja facilmente recuperável durante a prova.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Como revisar?

Agora que nós já entendemos a importância das revisões, resta a pergunta: como revisar?

Há várias opções de revisão, mas aqui trabalharemos com duas: resumos e mapas mentais.

Resumos

Os resumos, embora sejam ferramentas que se adequam a alguns perfis de estudantes, têm sua validade limitada por diversos fatores. Essas desvantagens podem, por óbvio, ser mitigadas, desde que você siga as seguintes linhas:

- **CONHECIMENTO**: Antes de iniciar um resumo, você deve ter algum conhecimento da matéria. Ao contrário do mapa mental (que veremos a seguir), o primeiro resumo não deve ser feito enquanto se lê o material de consulta e o material-base também não deve estar aberto enquanto você estiver confeccionando o resumo (para evitar o risco de cópia do conteúdo original);

- **ADAPTAÇÃO**: O resumo deve ser sempre atualizado com os erros que você cometer na etapa de aplicação. Assim, ao resolver uma questão e errá-la, você deve recorrer ao material de consulta (se necessário for), ver a resposta correta e adicionar o relevante ao seu resumo (conforme tratamos nas unidades anteriores);

- **OBJETIVIDADE**: Para uma boa qualidade de resumo, devem ser ignorados os exemplos específicos, as histórias e, muitas

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

vezes, o contexto de uma explicação no material de consulta. Isso ajuda a tornar o resumo mais... resumido.

Claro que essas recomendações são linhas gerais e cada caso é um caso. Pode ser que, para a prova que você está estudando, os exemplos e as citações sejam o mais importante a gravar - e, portanto, devam constar no resumo.

Resumos são simples de serem feitos. Basta seguir algumas recomendações:

- Ao começar um resumo, procure adicionar, no início, o material de referência (fonte) e a data do resumo;
- Leia as informações com atenção e selecione (sublinhe ou circule) as palavras-chave de cada trecho;
- Após a leitura, feche o material e comece a montar o texto resumindo com suas palavras, sintetizado e reduzindo as ideias até seu limite de compreensão;
- Revise o texto construído para ver se está adequado e coerente;
- Resista à tentação, neste momento, de comparar seu resumo com o material-base.
- Com o resumo finalizado, ao se deparar com questões de concursos cuja resposta não está lá, atualize-o e inclua a explicação para aquele assunto;
- Revise seu resumo periodicamente - caso não se lembre da explicação de algum trecho, volte ao material-base para esclarecer a dúvida (embora, depois de algum tempo, com o desenvolvimento de seu excelente material, isso vá ser cada vez menos necessário);

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- Encontre um método racional e de fácil localização para o seu resumo. Deve estar acessível para ser consultado sempre que necessário.

A dinâmica é simples. Fazer bons resumos exige prática. Posso afirmar, com segurança, que após um período fazendo-os e comparando-os com as questões de concursos, seu desempenho na confecção deles já estará muito melhor.

O problema dos resumos é que eles são textos grandes, longos e que dificilmente serão lidos na íntegra. Embora deem a sensação de completude para quem tem o hábito de elaborá-los, também acabam dificultando as revisões.

A revisão deveria ser feita pelo menos uma vez por semana (já que uma vez por dia, como nos mapas mentais – vistos a seguir, seria difícil).

Mas se eles te atendem, use-os. Se não te atendem, procure alternativas que sejam mais direcionadas à sua necessidade – um material facilmente recuperável e analisável.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

MAPAS MENTAIS

Uma ferramenta que pode mudar sua vida positivamente e tornar tudo mais fácil.

Quantas vezes na vida quisemos nos lembrar de todas as coisas? Compromissos, tarefas, ligações, matérias da faculdade ou dos cursos preparatórios, conteúdos dos concursos.

Antes que você se desespere com sua dificuldade em lembrar-se das coisas, repare que:

- **Só guardamos o que é interessante** - e interessante não é necessariamente o que achamos que deveria ser memorizado, mas o que de fato é interessante. Nosso cérebro lida com bilhões de peças de informação todos os dias. Portanto, esquecer é um mecanismo de defesa, uma evolução biológica. E não adianta tentar mentir para o seu cérebro. Como é ele que inventa as mentiras, sempre sabe quando você está falando a verdade. O interessante é aquilo que você de fato acredita ser interessante[70];
- **Guardamos o que é marcante/diferente/forte** - experiências traumáticas ou intensas normalmente ficam marcadas - por serem excepcionais;
- **Guardamos aquilo que vemos com frequência** - por isso um curso de idiomas no exterior costuma ser muito

[70] Daí porque William Douglas escreveu sabiamente em seu livro Como Passar em Provas e Concursos que devemos amar os conteúdos.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

mais rápido e eficaz do que um "curso-terça-e-quinta" na sua terra natal - pelas três razões somadas (interesse, força e frequência).

Agora, imagine se existisse uma ferramenta que pudesse fazer tudo isso por você: resolver os problemas da revisão lenta, da revisão constante e da visão marcante. Será que existe?

SUA MAJESTADE, O MAPA MENTAL

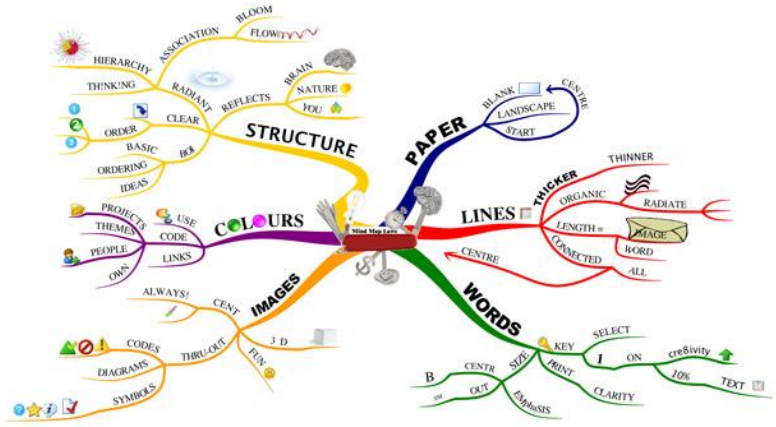


FIGURA 12: MAPA MENTAL[71]

Algumas pessoas já viraram o nariz ao ver "mapa mental" escrito, tenho certeza. Mas não fique assim. Metade do que se faz em termos de mapas mentais é equivocado.

Uma rápida introdução: os mapas mentais foram criados por um inglês chamado Tony Buzan, nos idos da década de 70 que pensou

[71] Retirado de http://www.tonybuzan.com/about/mind-mapping/

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

o seguinte: "Quando eu estava na escola, de cada matéria que tinha e do que o professor falava, metade era bobagem. A outra metade também. De tudo, só restavam algumas palavras-chaves que eram de fato importantes para o conteúdo". Bom, ele não falou exatamente isso - tomei algumas liberdades poéticas. Mas a essência é essa.[72]

O próprio Buzan traz algumas recomendações para a construção dos mapas:[73]

- **Comece pelo centro** – O mapa sempre deve partir do núcleo e ir se expandindo para as bordas, com os ramos cada vez mais finos;
- **Use imagens ou figuras para sua ideia central** – segundo o autor, "uma imagem vale mais do que mil palavras", então adicionar imagens tornaria a leitura do mapa cada vez mais rápida;
- **Use cores** – a intenção dos mapas é criar uma forma interessante de se revisar o material. As cores, junto com os desenhos e as formas, ajudam a criar esse interesse;
- **Conecte sempre seus ramos à imagem central e os ramos subsequentes aos ramos anteriores** – para auxiliar no processo de associação, que é tão importante para o cérebro. Nenhuma informação está

[72] Buzan escreveu um livro simples que traz a essência dos mapas. Chama-se "Mapas Mentais", da Ed. Sextante.
[73] Retirado de www.tonybuzan.com/about/mind-mapping/

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

solta, todas são interligadas e estão associadas ao tópico central.

- **Use linhas curvas** – que são mais interessantes para o cérebro

- **Uma palavra por linha** - e aqui está a maior diferença dos mapas mentais que são vendidos por aí: Os mapas "comerciais" querem resumir sem oferecer o texto original. Contudo, para fazerem sentido, os autores são obrigados a adicionar ao mapa uma quantidade enorme de texto. Acabam escrevendo sentenças de linhas inteiras, o que é um completo contrassenso quando se trata da ferramenta em questão. (Essa, inclusive, é uma das tarefas mais difíceis quando estamos construindo um mapa - reduzir ao máximo a extensão do texto. Na prática, o uso de uma palavra por linha às vezes é difícil, mas é possível concluir a maior parte dos ramos com até duas palavras por ramo.)

- **Cores** - use cores nos mapas. Cada ramo do mapa mental, preferencialmente, deve ter uma cor diferente. As cores ajudam no processo de retenção das informações, além de criarem interesse para o cérebro.

- **Use imagens no restante do mapa** – Imagens são interessantes e capturam o interesse do cérebro, além de conterem muito significado e poderem substituir várias palavras.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Como dito, é muito comum encontrar sites na internet vendendo mapas mentais. Isso é problemático, porque o mapa idealmente deve ser fabricado pela própria pessoa. Esse é um conceito importante.

O mapa mental é o retrato da percepção do estudante/ouvinte. E o que é importante para mim pode não ser para você. Veja um exemplo absurdo (que, passando por um desses sites, consegui encontrar sem o menor esforço):

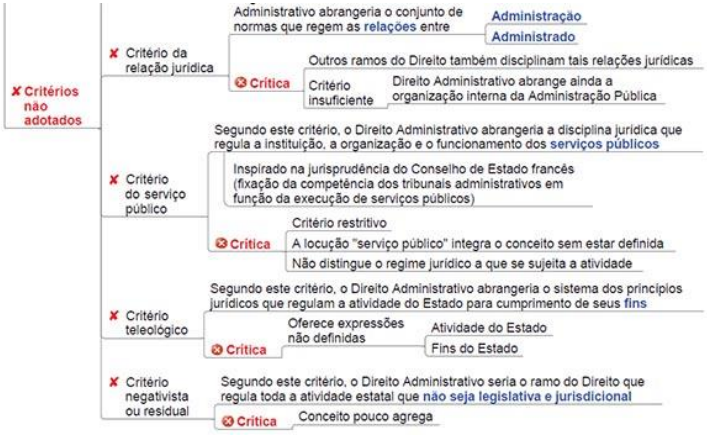


FIGURA 13: ADAPTAÇÃO DE MAPA MENTAL COMERCIAL

Baseados nos conceitos que vimos há pouco, o que está errado nesse mapa mental (além de... bom... quase tudo)?

Agora, compare com esse outro exemplo, sobre requisitos para investidura conforme a lei 8.112/90:

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

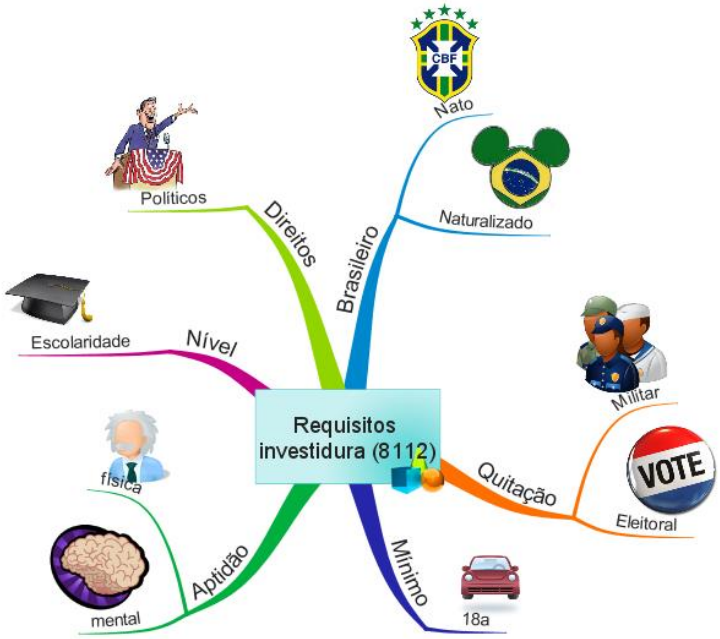


FIGURA 14: MAPA MENTAL: ELABORAÇÃO DO AUTOR

Você consegue perceber a diferença?

Algumas pessoas preferem fazer os mapas à mão, com papel e caneta - o que é interessante, já que o processo de construção fica ainda mais envolvente (leia-se desafiador) para o cérebro. O que importa é ser feliz e fazer da forma que mais lhe agrada.

Preste atenção no exemplo acima e veja como é importante atender aos princípios elencados por Buzan para que o mapa seja de fácil visualização. Foi com essa finalidade que ele foi concebido: para que, com uma só olhada, seja possível perceber toda a informação

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

rapidamente. **Revisando com frequência, em poucos dias você passará a revisar um bom mapa em torno de 2 segundos**.

Como utilizar os mapas?[74]

Após sua regular confecção, os mapas devem ser revisados **todos os dias** nos primeiros 30 dias.

Passado esse período, devem ser revisados quinzenalmente por dois meses. Depois, mensalmente por seis meses. Depois, semestralmente até quando você quiser manter a informação ativa. Assim, você nunca mais vai se esquecer de qualquer informação que queira guardar. [75]

Lembre-se: **Guardamos aquilo que revemos com frequência.** Se você tem problemas para relembrar os conteúdos trabalhados, os mapas mentais podem ser a resposta que você vinha esperando.

Assim como toda ferramenta de revisão, **o mapa mental não precisa necessariamente ser usado para todos os conteúdos de todas as disciplinas**. Via de regra, ele deve ser aplicado àquilo que lhe é mais difícil, mais detalhado, mais complexo ou mais importante. Uma

[74] Além do conteúdo em si, os mapas podem ser utilizados para registro de ligações telefônicas, anotações em aulas e palestras, entrevistas, ideias e até mesmo discursos. Tente você mesmo e descubra como a vida fica mais fácil com essa ferramenta.

[75] Baseado na ideia apresentada por Felipe Lima e William Douglas no livro Mapas Mentais e Memorização para Provas e Concursos (Ed. Impetus)

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

grande habilidade do concursando de sucesso é saber utilizar as ferramentas certas para os momentos certos.

A título de exemplo, em 2011, quando estudava para tribunais, cheguei a revisar mais de 1500 mapas POR DIA usando o sistema ensinado por Felipe Lima. E acredite, faz toda a diferença.

Preciso dizer qual sistema de revisão me parece ideal? Obviamente os mapas mentais ganham de lavada. São mais rápidos de revisar, mais simples de fazer, mais dinâmicos e tudo isso praticamente garante a ausência de desculpas para que você não faça as revisões de forma adequada.

Uma nota importante em relação aos mapas na revisão: exatamente por eles serem muito práticos, permitem-nos uma dupla utilidade.

Ao longo do tempo, procure separar um momento diário para a revisão com mapas mentais (sugiro pela manhã). Esse momento pode servir para revisar todos os seus mapas produzidos, seguindo a sistemática sugerida.

Além dessa oportunidade, que tem duração variável, você pode revisar os mapas do conteúdo anterior àquele que vai estudar. Assim, você "pega o fio da meada" e mostra ao seu cérebro de onde deve partir. Essa revisão tende a durar apenas alguns minutos ou segundos, mas aumenta bastante a qualidade dos estudos seguintes.

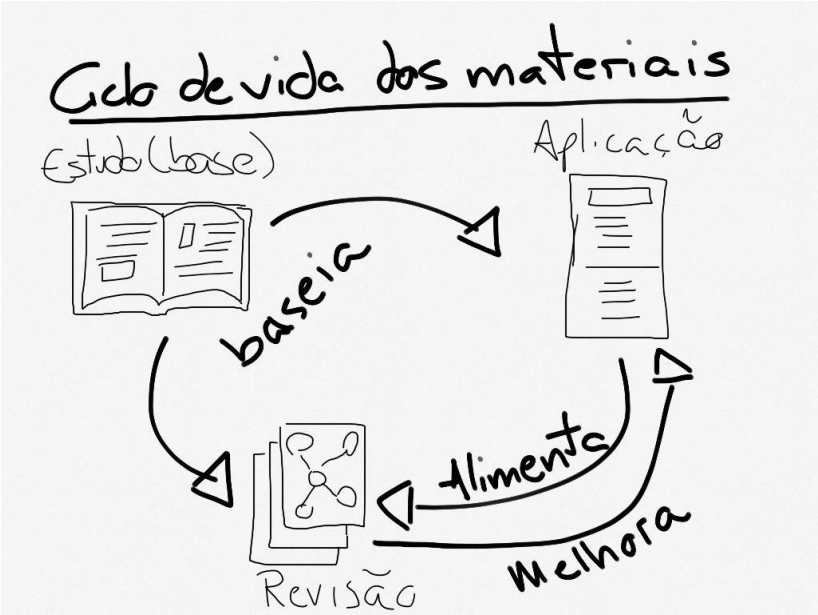
A ADAPTAÇÃO DA REVISÃO

Falamos disso nas unidades anteriores.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

O material de revisão é construído durante os estudos e a aplicação, e é adaptado conforme vão surgindo dúvidas e erros.

Trago novamente a imagem do ciclo de vida dos materiais:



Assim, os pontos mais importantes da revisão são:

- Preparar um material de qualidade, que te ajude a fixar o conteúdo de forma objetiva e completa;
- Adaptar sempre esse material de revisão, com os erros provenientes da fase de aplicação e eventuais dúvidas que você tenha ao longo do percurso;
- Usar o material, porque de nada adianta ter as melhores ferramentas do mundo se você não as utiliza.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Seja por meio de resumos ou de mapas mentais, o segredo é ter um material de fácil acesso, atualizado e que seja consultado. Não há dúvidas de que a aprovação não demorará a chegar a quem alimentar uma rotina assim - o que nos leva ao último passo de nossa jornada.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Adaptação

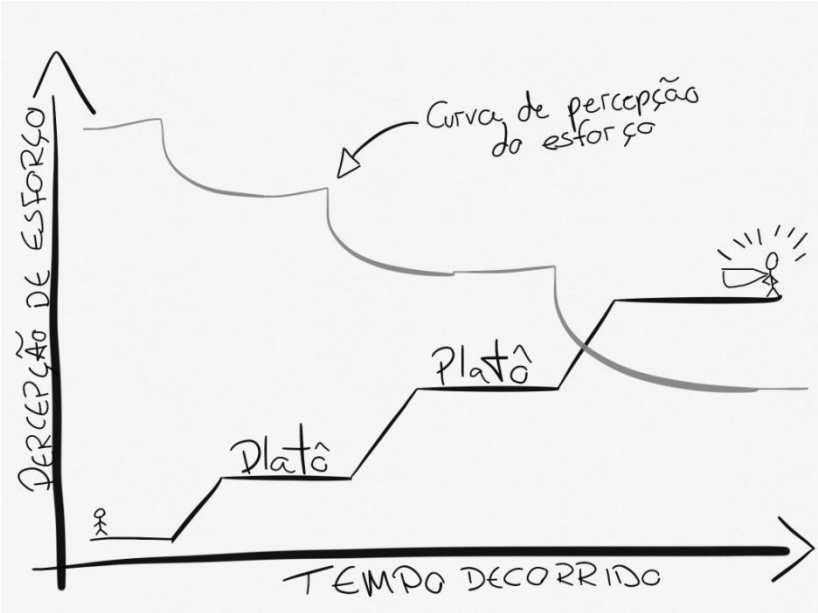
"Between stimulus and response there is a space.
In that space is our power to choose our response.
In our response lies our growth and our freedom."
Viktor Frankl

*Entre estímulo e resposta há um espaço.
Nesse espaço está nosso poder para escolher nossa reação.
Em nossa reação repousa nosso crescimento e nossa liberdade.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

O QUE É ADAPTAR-SE?

Adaptar-se é crescer frente à adversidade. Algum tempo atrás, apresentei a você a seguinte imagem:



Não te contei isso à época, mas a esse poderia ser chamado de "gráfico da evolução". Mas eu não queria estragar a surpresa deste momento.

O candidato que se adapta é um candidato que está a cada dia mais preparado para enfrentar o desafio dos concursos públicos. Está em constante evolução. E esse esforço é cada vez maior, mas parece cada vez menor.

Passar não é fácil, porque se fosse qualquer pessoa passaria.

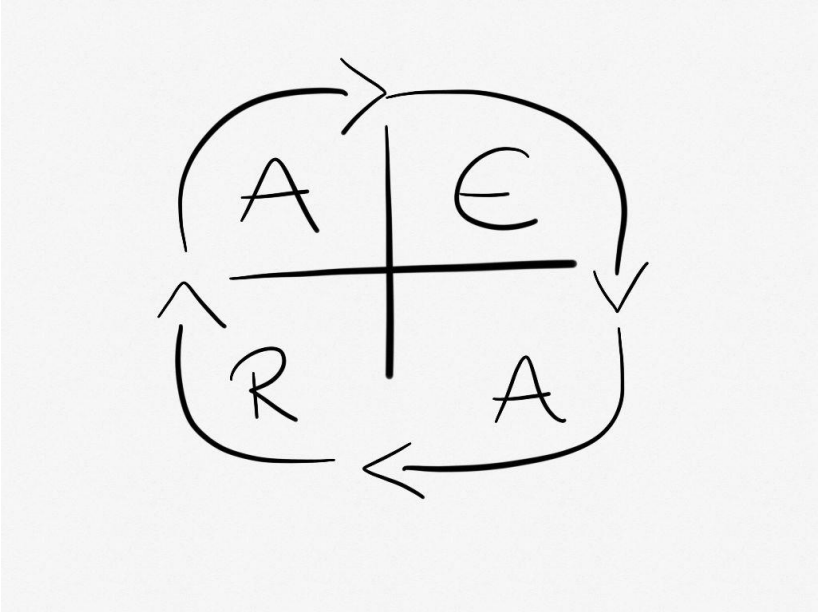
Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Passar em concursos é muito, mas muito difícil. Mas é possível para você, que está disposto a tentar.

Temos de lutar contra uma série de fatores, inclusive a tendência de buscarmos o caminho do menor esforço. Precisamos aprender novas técnicas, adotar novos comportamentos, nos tornar novas pessoas.

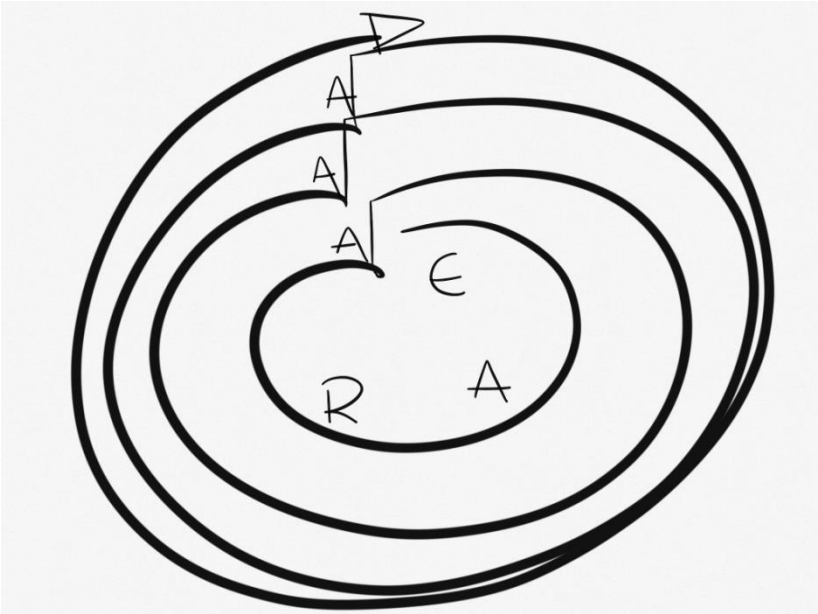
Esse processo de mudança é a adaptação.

No início do livro, te apresentei um ciclo, que era este:



Essa é a versão resumida, uma representação teórica. Na verdade, o ciclo real (aquele que nós vivemos), é muito mais parecido com a figura abaixo:

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com



Repare que, à medida que passamos pelo ciclo, vamos crescendo. Esse crescimento é exatamente o retrato do desenvolvimento, algo que a adaptação nos traz.

Sem adaptação, é muito difícil crescer. Sem adaptação, é muito difícil passar. É quase como se errássemos um item na prova e fôssemos incapazes de aprender com nosso erro – e o errássemos novamente na prova seguinte.

A tendência seria permanecermos sempre exatamente na mesma posição, com os mesmos conhecimentos.

A adaptação faz parte de seu crescimento. Ela o acompanhará até a aprovação e, espero, fará parte de sua nova vida como servidor ou funcionário público.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

COMO USAR O CICLO EM CADA SESSÃO DE ESTUDOS

Espero que você tenha entendido a essência do que tratamos até agora. A ideia do ciclo EARA é exatamente criar uma estrutura compreensível que possa ser aplicada a todas as suas sessões de estudos e ao seu processo de aprovação.

Mas como isso funcionaria na prática em uma determinada sessão?

Digamos que você tenha sentado pela primeira vez para estudar Administração. Você pega um livro. O que vem em seguida?

- Comece a ler o livro; (Estudo)
- Enquanto o lê, vá criando seus mapas mentais – apenas os pontos principais (estudo + revisão). Os desenhos podem vir depois;
- Após terminar de ler, faça uma rápida revisão em todos os mapas produzidos. A depender do assunto, pode ser que você tenha 2, 10 ou 100 mapas. Vai depender do detalhamento. O ideal é que os mapas sejam de fácil leitura, portanto tenderão a ser menores, contendo menos informações (ramos) por folha; (Revisão)
- Faça exercícios; (aplicação)
- Analise seu resultado nos exercícios. Se você estiver na fase patrola, não precisa se preocupar tanto com os resultados. Se estiver na fase semáforo ou cientista, avalie suas respostas. (adaptação)

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

- Revise. Analise se o material de revisão contemplava as questões erradas? O que aconteceu? Atue sobre o problema. Adapte-se. (adaptação)
- Cresça. Encerre a disciplina. Passe para a próxima disciplina e repita os passos anteriores. (adaptação e reinício do ciclo)

Se você está retornando a uma disciplina (que já estuda há algum tempo com o apoio do ciclo), revise seus mapas mentais da disciplina a ser estudada antes de começar a nova sessão. Isso, como dito, vai ajudar o cérebro a pegar o "fio da meada", a sequência lógica dos conteúdos que estão sendo vistos.

Uma atividade importante é sempre criar um momento de estudos para revisar as questões das sessões realizadas. Não basta resolver as questões de um determinado tópico apenas no dia dos estudos. É preciso testar-se continuamente para saber se os conhecimentos estão bem fixados em sua mente.

Assim, reserve um dia cerca de uma semana depois de cada sessão de exercícios para refazer algumas daquelas questões e ampliar e consolidar seu conhecimento.

Depois, siga o ciclo normalmente. A aprovação te espera.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Conclusão

"Accept responsibility for your life.
Know that it is you who will get you
where you want to go, no one else."
Les Brown

*Aceite responsabilidade pela sua vida.
Saiba que é você que vai leva-lo
onde quer ir, ninguém mais.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Fernando Mesquita

Assuma a responsabilidade pela sua vida.

Nem uma tonelada de informações é suficiente para te trazer a aprovação. Nada é. Apenas você é capaz de perseguir seus objetivos. Ninguém vai fazer por você.

Nenhuma informação do mundo é válida sem a ação correspondente. Se você leu este livro até o final, não perca o bom momentum que você construiu. Aproveite agora, este momento, este instante, para fazer a mudança que precisa ser feita em sua vida.

Confie no processo, aplique as informações aqui vistas, adapte-as à sua vida e busque incansavelmente seus objetivos. Até que eles cheguem.

Este livro que você tem nas suas mãos nasceu da necessidade de apresentar uma forma factível de lidar com o desafio dos concursos públicos.

Escrevi o artigo que apresentou o ciclo EARA muito tempo atrás. Desde então, cresceu cada vez mais minha percepção de como ele era importante e eficaz na condução dos candidatos à aprovação.

O Ciclo incorpora muitas das descobertas em neurociências, psicologia e pedagogia dos últimos 100 anos. Algumas dessas, tive a oportunidade de demonstrar por meio de artigos científicos

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

referenciados e pesquisas diversas que li e analisei. Outras, somente a prática é capaz de mostrar a devida eficácia.

Perceba que, qualquer que seja a situação em que você se encontre, há um elemento agregador por trás do nosso método: intencionalidade.

Intencionalidade é buscar conscientemente um método, uma forma eficaz de perseguir seus objetivos.

O que vemos hoje são candidatos estudando ao acaso e se perguntando por que os resultados não vêm.

Esforço nenhum no mundo substitui uma boa técnica e um bom comportamento nos estudos. Estudar não é simplesmente ler e repetir o que foi lido, com mais leituras. Estudar bem é uma tarefa complexa e ampla, que exige primeiro seu conhecimento a respeito das peculiaridades, e depois sua ação em busca do desenvolvimento das habilidades necessárias.

Estudar, aplicar, revisar e adaptar-se não são conceitos novos. Mas ainda assim, temos dificuldade em conectar esses pontos e buscar significado em informações esparsas.

Este livro foi pensado para reduzir essa dificuldade e apresentar algum tipo de ordem na busca de seus objetivos.

E tudo isso não faria sentido sem você.

Depois de terminar de escrever este livro, em uma sexta-feira bastante chuvosa, parei para olhar para trás e ver o que tinha acontecido.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Eu havia criado um blog que, em seus primeiros meses de funcionamento surpreendeu todas as minhas expectativas. O blog do Fernando Mesquita (blogdofernandomesquita.com.br, que convido você a acessar e se inscrever na newsletter para receber os artigos e participar da comunidade) passou a virar uma espécie de espaço de troca de ideias em torno de um objetivo comum – a aprovação em concursos.

Nunca pensei que soubesse tudo, e em cada dia que passava eu aprendia um pouco mais com os leitores, que foram se tornando amigos.

E é pensando nessas pessoas (e em você, agora) que esses materiais (livros, artigos, cursos) são criados. Minha intenção não é reinventar a roda, mas criar um conteúdo que seja acessível, realista e aplicável.

Muitas das dificuldades que vejo nos candidatos (e posso afirmar isso porque converso com muitos deles praticamente todos os dias e já respondi milhares de e-mails aflitos) são simples de resolver. São problemas de organização, de revisão, de saber por onde começar.[76]

O Ciclo EARA, nasceu como uma resposta à necessidade de estrutura para os estudos, uma tentativa de responder algumas questões que nos incomodam. Aqui, tentei explorar um pouco os caminhos que podemos tomar para tornar os estudos mais eficazes. Espero ter conseguido.

[76] Ok, alguns são caso de terapia, mas falaremos mais sobre isso em outros volumes.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Como prometido no início, não tentei reinventar a roda. Estudo, aplicação, revisão e adaptação são termos amplamente repetidos pelos professores de cursinho (talvez não nessa forma estruturada). O diferencial da obra talvez resida exatamente em associar essas atividades de forma clara e eficaz para o objetivo a que nos propomos.

Como desejado no início, espero que a leitura tenha sido agradável, produtiva e espero ter podido contribuir para sua aproximação com a meta da aprovação no concurso que busca.

Posso fazer três pedidos?

- Se você gostou do que está escrito aqui, muitos dos temas são trabalhados de outras formas, algumas vezes tratados a fundo no meu site. Acesse e cadastre-se na newsletter para ficar por dentro do que acontece, dos lançamentos dos próximos livros e dos tópicos exclusivos que trato apenas com os assinantes. O endereço é o blogdofernandomesquita.com.br/newsletter.
- Se você presta concursos, contribua com 30 minutos do seu tempo para responder a maior pesquisa sobre concursos públicos do país. Sim, é conduzida por mim e grandes e interessantes informações já estão surgindo de lá - pontos que vão nos ajudar a entender esse estranho mundo. O endereço é concursandosolivro.com.br.
- Por fim, se você gostou do livro e acha que ele pode ser útil para alguém, dê um exemplar de presente para essa

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

pessoa. A informação sobre concursos é tão escassa e tão difícil de ser conseguida que qualquer semente plantada hoje pode virar uma grande árvore amanhã. Então, plante essa semente oferecendo um livro desses a uma pessoa que você acredita que tenha potencial para ser aprovada.

E, acima de tudo, obrigado por ler.

Todo o sucesso do mundo eu desejo para você.

Fernando Mesquita
Blogdofernandomesquita.com.br

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Bibliografia

Os livros que temos aqui não só me ajudaram a construir os conteúdos para que pudéssemos ter este livro, como também me ajudaram, sinceramente, a ser uma pessoa mais compreensiva e um profissional melhor, embora ainda haja muito chão a ser vencido.

Ao longo dos anos, sempre que me interessava por um tópico, percorria a obra e corria para as indicações bibliográficas, para que pudesse saber de onde vieram algumas das referências trabalhadas no texto.

Espero que as leituras sejam proveitosas.

The most important graph in the world... and how it will change your life. Goddard, Buzan e Castaneda. Proactive Press, 2012

Como passar em provas e concursos. William Douglas. Ed. Impetus, 28ª Edição, 2013

The Obstacle is the Way: The Ancient Art of Turning Adversity to Advantage. Ryan Holiday. Profile Books. 1a Edição, 2014

Decisive – How to Make Better Choices in Life and Work. Chip Heath e Dan Heath. Random House, 2013

Scarcity – Why Having too little means so much. Sendhil Mullainathan e Eldar Shafir. Times Books, 2013.

Mentes Poderosas. Matthew MacDonald. Ed. Universo dos Livros, 2010.

Transaction: HP0321503675018 e-mail: vsmazzini@gmail.com

Mapas Mentais. Tony Buzan. Ed. Sextante, 2009

Mapas Mentais e memorização para provas e concursos. Felipe Lima e William Douglas. Ed. Impetus, 2013