

RAFAEL BARBOSA

2^a
EDIÇÃO

EXISTE FÓRMULA MÁGICA?

PARA PASSAR EM PROVAS E CONCURSOS ■

O segredo do
MÉTODO 4.2
de Revisão

 EDITORA
RIDEEL
Quem tem Rideel tem mais.

Apresentação da obra

O maior medo do concurseiro é não ter a garantia de assumir o cargo que deseja. São tantas renúncias durante tanto tempo que fica impossível não se questionar: vou conseguir? Por conta disso, muitos acabam desistindo no meio do caminho. Param de estudar e voltam a aceitar a realidade que não conseguiram mudar.

Bate aquela sensação de fracasso que, aliada ao conformismo, pode gerar um estado de frustração, fazendo você apequenar a sua vida, quando ela poderia ser excelente. Mas, meu caro amigo e minha cara amiga, se vocês tocaram neste livro e estão lendo neste momento estas palavras desta pessoa que vos fala, vocês acabaram de dar um passo significativo na vida.

Este livro vai conduzi-los a uma viagem teórica e prática de como estudar para qualquer concurso público que almejem. Tendo o Método 4.2 de Revisão em suas mãos, vocês vão aprender a ganhar tempo na vida para conseguir ater-se com mais qualidade aos estudos. O professor Rafael Barbosa vai ajudá-los a desenvolver meios para reduzir o estresse e a ansiedade, que são tão comuns aos concurseiros. Afinal, grande parte dos concurseiros estuda e trabalha, sobrando pouco tempo para a labuta acadêmica. E é nesse tempo restante que a mágica acontece. Rafael, que sempre estudou e trabalhou, vai lhes mostrar como dar eficiência ao estudo; e disso ele entende muito bem, já que foi estudando e trabalhando que ele passou em mais de 10 concursos e hoje, aos 34 anos, ocupa o cargo que sempre sonhou: o de Auditor Fiscal.

Depois que finalizei a leitura deste livro, ainda na fase editorial, me surpreendi com o método inovador. Rafael criou o Método 4.2 de Revisão com base na experiência dele como concurseiro. Eu posso garantir, meu caro leitor e minha cara leitora, quando vocês terminarem a leitura deste livro e seguirem os ensinamentos desse professor brilhante, terão a certeza de que estão no rumo certo da aprovação. Aquele medo de não sentir se aproximar do cargo almejado irá embora com a sensação de frustração.

Está na hora de querer andar para a frente. Está na hora de parar de sonhar e começar a realizar os sonhos. Agir. Ninguém disse que seria fácil, mas também ninguém disse que é impossível. Saia da zona de conforto e comece a estudar hoje! Termine este livro e transforme a sua vida. Você é o protagonista do seu destino, tome posse!

Grace Agra

Sobre o autor

RAFAEL BARBOSA

É Auditor Fiscal do Tesouro Estadual de Pernambuco (Sefaz-PE). Especialista em preparação para Concursos Públicos, tendo 12 aprovações no currículo: Corpo de Fuzileiros Navais (2003), Sargento do Exército – EsSA (2003), Seplag-PE (Analista/2010), SAD-PE (Analista/2010), DPU (Analista/2010), MTUR (Analista/2010), TRT-RN (Analista/2010), CGE-CE (Auditor/2013), UFRN (Professor Substituto/2013), TCE-BA (Auditor/2013), CGEMA (Auditor/2014), ISS Recife (Auditor/2014) e Sefaz-PE (Auditor/2014). Bacharel em Ciências Contábeis pela Universidade de Brasília – UnB. Pós-graduado em Auditoria e Perícia Contábil. Foi professor na Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN. Também é autor do livro *Contabilidade Geral de Bolso* (2013).

Prefácio

Este é o segundo livro escrito por Rafael Barbosa, com quem tive a oportunidade de trabalhar no Tribunal Regional do Trabalho da 21ª Região, uma pessoa disciplinada, que encara o mundo como uma imensa escola, de onde pode extrair sempre o melhor, e que tem uma disposição enorme para aprender, além de não ter medo de mudanças, sempre em busca dos seus sonhos e olhando para a frente.

O livro de Rafael é voltado para aquelas pessoas que estudam diariamente para conseguir a aprovação em concursos públicos, o que é desafiador, porque é sabido que é necessário, de ordinário, que haja disciplina, foco e muita renúncia em relação à vida pessoal quando se está a perseguir tal intento.

É certo que se poderia pensar que um livro que discuta esta temática seja pesado, com aqueles inúmeros lugares-comuns que são ditos e lembrados quando o assunto é concurso.

Mas não.

O autor, de forma leve e muitas vezes engraçada, traz sua experiência de vida ao conhecimento de seus leitores, narrando a sua trajetória pessoal, os motivos que alicerçaram a sua vontade e todo o percurso que o levou até onde está, isso passando pela experiência profissional que adveio de seleções feitas anteriormente, evidenciando que a vontade é o elemento essencial para que se consiga chegar ao objetivo pretendido.

Sua abordagem se inicia com os motivos que levam a pessoa a pretender ingressar na carreira pública, para, então, adentrar no tema específico da submissão ao concurso, traçando um roteiro que realça onde deve estar focada a atenção do candidato e a forma de agir para conseguir sucesso na sua empreitada.

Ele discorre sobre diversos aspectos práticos e emocionais a que estará o candidato submetido durante o processo de estudo, realçando, em detalhes, os elementos que devem ser considerados para que se possa otimizar seu tempo, como, por exemplo, a forma como a banca examinadora que realizará o concurso trabalha, incluindo, entre tantos outros vetores, a motivação interior de cada um para conseguir ter sucesso naquilo que deseja, de forma até mesmo didática, levando em conta as limitações próprias do indivíduo.

Depois de incursionar em vários pontos relevantes para potencializar o estudo, o autor traz o que ele denomina de Método 4.2 de Revisão, criado para, em suas próprias palavras, “facilitar a vida de pessoas como você, que almeja um cargo público, a partir da minha experiência em mais de duas dezenas de concursos, que resultaram em mais de uma dezena de aprovações”.

PREFÁCIO

É, portanto, uma obra de interesse para quem tem a necessidade de iniciar ou aprofundar seu método de estudos para alcançar o tão sonhado “cargo público”, direcionando seus esforços para otimizar o processo, sem desperdício de tempo ou de energia, aproveitando-se das experiências anteriores do autor, que, como se pode ver da sua história de vida, foram coroadas de sucesso!

Joseane Dantas

Desembargadora do Trabalho do TRT21

Depoimento

Primeiramente, vou me identificar: meu nome é Luiz Gustavo Fernandes Grossi. Sou *coachee* do Prof. Rafael Barbosa e fui aprovado em 44º lugar no concurso para Inspetor Fiscal de Rendas para a Secretaria da Fazenda de Guarulhos-SP (“ISS Guarulhos”). Sou de São Paulo-SP.

Tive interesse para a área pública em dezembro de 2017, mas realmente resolvi *colocar em prática* em fevereiro de 2018: comprei um pacote da área fiscal no Estratégia Concursos e contratei o respectivo programa de *coaching*. O Prof. Rafael Barbosa foi escolhido para me orientar.

No início, é tudo completamente nebuloso para o estudante, principalmente para alguém, como eu, que nunca estudou muitas disciplinas (como Direito e Contabilidade) na vida. Logo no primeiro contato com o Prof. Rafael, ele já me deu dicas e orientações cruciais sobre como estudar (que eu não teria jamais se tivesse começado sozinho), principalmente na aplicação do Método 4.2 (de criação dele) e na resolução (exaustiva) de questões para além daquelas do material do Estratégia.

Ao longo da jornada, além das constantes orientações e transmissões de experiência, ele sempre buscou me incentivar.

Sobre minha rotina: como eu trabalho, mas meus horários são, em geral, flexíveis, meu ritmo de estudo pré- edital foi de segunda a sábado durante toda a manhã. O resto do dia (tarde e noite), trabalho. Domingo, em geral, tomava como repouso.

Minha primeira experiência veio com o “ISS São José dos Campos” (banca Vunesp), em dezembro de 2018 (cerca de 1.200 inscritos). Rafael orientou e estimulou-me a prestar. Orientou-me, como preparo, a só fazer questões da banca sobre os assuntos do edital. Fiquei em 30ª colocação (havia apenas 1 vaga). Apesar de não ter passado e eu mesmo não ter gostado do meu desempenho, Prof. Rafael manteve seu incentivo, afirmando que, para meu nível de preparação, estava muito bom.

Pouco depois, em fevereiro de 2019, saiu o edital do “ISS Guarulhos”: 50 vagas! Concurso que não abria havia 25 anos! A banca era a mesma: Vunesp. Prova em maio do mesmo ano, mas muito mais complexa e longa do que a de São José dos Campos. Ainda, 18.000 inscritos.

Eu ainda estava muito inseguro com as matérias (mal tinha visto tudo pela *primeira vez*). Mesmo assim, Prof. Rafael me incentivou a prestar, pois inegavelmente era uma excelente oportunidade. Valia tentar novamente.

Conforme ele me orientou, agora abordarmos o pós- edital de modo diferente do anterior: adquirei o Passo Estratégico (é um material do Estratégia de revisão pós- edital,

DEPOIMENTO

focado na banca, com estatísticas de cobrança, simulados, etc.) e as disciplinas do edital que nunca tinha estudado na vida e “fui de cabeça”.

Até a prova, passei todo o tempo, inclusive o Carnaval, estudando intensamente esse pós-edital. Agora, o ritmo era: segunda a sexta (de manhã), sábado (o dia todo) e domingo (de manhã). O repouso ficou muito mais restrito, mas era necessário ser assim. Prof. Rafael sempre me incentivando e orientando (nos pontos a focar mais, por exemplo). A experiência do “ISS São José dos Campos” com a mesma banca também auxiliou a prever mais ou menos como seria o estilo da prova.

Ao fim, felizmente, consegui minha aprovação. Devo dizer que as orientações e os incentivos do Prof. Rafael Barbosa, incluindo seu Método 4.2, foram essenciais para essa conquista. Além disso, claro, a receita de sempre, que só depende de você mesmo: *muita* disciplina, *muita* leitura, *muitas* questões, *muitas* revisões e, em geral, algum repouso semanal para repor as energias (físicas e mentais). E paciência.

Luiz Gustavo Fernandes Grossi

Inspetor Fiscal de Rendas para a Secretaria da Fazenda de Guarulhos-SP

Sumário

Apresentação da obra	V
Sobre o autor.....	VII
Prefácio.....	IX
Depoimento.....	XI
PARTE I – MINHA TRAJETÓRIA.....	17
O sucesso requer coragem	19
Cavalo selado só passa uma vez	21
<i>Invincible</i>	25
Ouvido de mercador.....	29
Quem pode o mais, pode o menos.....	31
A dificuldade só existe para quem aceita	35
Dê sempre o seu melhor.....	37
Separados pela quarta vez.....	39
Voltando ao batente	41
Refrão de um bolero.....	43
Relaxe o bigode.....	45
Para inglês ver	47
Passei na cagada	49
A escolha de Sofia.....	51
Eu e minha tábua de passar	53
Confiança demais dá azar	55
Beber, cair e levantar	57
De repente <i>coach</i>	59
PARTE II – EXERCÍCIOS MOTIVACIONAIS.....	61
Conhece-te a ti mesmo	63
Voltando à leitura.....	69
Estabeleça metas e objetivos.....	71
O poder do autoconhecimento	77
O sucesso um dia chega.....	81
Equilíbrio	85

SUMÁRIO

PARTE III – ESTUDE DE FORMA EFICIENTE	87
A conta-gotas.....	89
Como estudar em casa – 7 dicas.....	91
Fuja do pós-edital.....	95
O que estudar primeiro?	97
A armadilha do resumo	101
Revisar <i>versus</i> Reestudar	103
O poder das questões	105
Curso presencial é ladrão de tempo	107
Processo de aprovação.....	111
Estamos em uma maratona	113
Sempre atrasado.....	115
Estudo incremental.....	117
A miragem.....	119
O milagre do cochilo.....	121
O chute é o desespero do desespero.....	123
Treine a sua acurácia.....	125
Confie em si mesmo	127
Estudo reverso.....	129
Estágios do processo de aprovação	131
Cuidado com os atalhos mentais	133
Por que é importante fazer prova?	135
Faça a prova em camadas.....	137
Quando devo fazer simulados?	139
Revisão de véspera.....	141
 PARTE IV – MÉTODO 4.2 DE REVISÃO.....	 143
O Método.....	145
Grupos alternados.....	147
Distribua os tempos para cada disciplina.....	149
Teoria, questões e revisão	153
Insira questões em todos os dias do ciclo	155
Controlando o conteúdo programático	157
Como responder questões de assuntos incompletos	159
Quais disciplinas estudar primeiro.....	161
Batendo o núcleo duro	163

Revisão geral em questões (RGQ)	165
Volte ao início	167
PARTE V – ESTUDO ATIVO INTELIGENTE	169
Estudo Ativo Inteligente	171
Saindo da zona de conforto e entrando na zona de confronto	173
Aprenda a aprender	175
Fazendo um Estudo Ativo Inteligente	177
Faça amor, não faça resumo	185
Como fugir dos resumos?	189
Estudo Ativo Inteligente × Resumos	191
Ferramentas para um Estudo Ativo Inteligente	195
Velocidade e efetividade	201
PARTE VI – VISÃO GERAL	205
Por que é interessante estudar para concursos?	207
Quanto ganha um servidor/empregado público?	207
Quais são as principais áreas de atuação no serviço público?	208
Bancas Organizadoras	213
Vida (real) do concurseiro – Tapa na cara	217
O fator família – entenda	219

PARTE I

MINHA TRAJETÓRIA

O sucesso requer coragem

Olhando ao redor, percebo que consegui realizar boa parte dos sonhos que eu tinha quando era pequeno. Nunca fui de ficar sonhando com muita coisa não, eu sempre me guiava mais pela necessidade do que pelo simples desejo de ter. Talvez a origem humilde tenha limitado um pouco a minha visão de mundo. Para o mal ou para o bem, nunca deixei de me indignar com a falta de alguns itens básicos durante a minha infância. Acho que a rebeldia contra a pobreza foi fundamental para que eu pudesse mudar de vida.

Desde cedo, já havia percebido que os livros e a minha força de vontade seriam capazes de me tirar do sertão de Pernambuco, mais precisamente do município de Arcoverde, local que eu julgava pequeno demais para as minhas pretensões. Não desmerecendo a cidade, onde passei a maior parte da minha infância (eu nasci em Paulista/PE, mas aos 2 anos a minha família já havia se mudado para Arcoverde). No entanto, as minhas vontades e ideias sobre “o que eu queria ser quando crescer” não cabiam ali, eram grandes demais e acabavam transbordando de dentro da minha mente, exigindo-me uma atitude decisiva.

Eu sabia que precisava fugir da média, fazer algo a mais, pois não queria ter a vida que a maioria das pessoas com quem eu convivia tinha, eu precisava ser agressivo nas minhas escolhas. Agarrei-me aos livros e, junto com a minha confiança, decidi dar o meu primeiro passo: sair do interior e morar na capital do estado, pois lá eu sabia que teria mais oportunidades de crescimento. Quando desejamos algo, seja o que for – uma vida melhor, um carro novo, um bom emprego, entre outras coisas –, precisamos correr atrás. Nada cai do céu, você não conquistará nada se não fizer por merecer, se não trabalhar exaustivamente para aquilo.

O esforço e a disciplina são fundamentais para conseguirmos alcançar os nossos objetivos. Mas as coisas podem ficar mais “fáceis” se você conseguir pegar alguns atalhos. Modelar pessoas é um desses atalhos, pois você pode mudar o seu comportamento e obter melhores resultados a partir da observância da trajetória de pessoas que “chegaram lá”. Mas essas pessoas precisam ser confiantes, positivas e boas no que fazem (você não vai querer modelar alguém que não represente algo “exemplar” para você, não é mesmo?).

Nesse sentido, é interessante que você se cerque de pessoas boas, modeláveis, pois elas sempre têm algo significativo para acrescentar no seu caminho. Ainda criança, mesmo sem saber nada sobre modelagem de pessoas, eu costumava me aproximar de quem tinha algo a ser copiado, pessoas que somavam, que me serviam de exemplo positivo. Isso não quer dizer que eu era um indivíduo preconceituoso ou interesseiro. Não é isso, eu apenas gostava de me juntar com pessoas que eram “aquilo que eu queria ser”. Por esses e outros motivos, eu evitava indivíduos negativos, pessimistas e inseguros. É como dizem no sertão de Pernambuco: “quem anda com porco, farelo come”.

Cavalo selado só passa uma vez

Desde pequeno eu sempre fui “zoadado” pela família por ser diferente. Enquanto os meus irmãos e primos adoravam ganhar brinquedos de presente, eu preferia algo um pouco incomum para uma criança: ficava muito mais feliz quando ganhava um livro, um mapa-múndi, uma miniatura do globo terrestre, ou até mesmo aquelas antigas enciclopédias (encontramos tudo na internet nos dias de hoje, mas naquele tempo tínhamos sempre que buscar ajuda nos livros. Nossa ferramenta de busca era a enciclopédia, hoje é o Google. Vamos admitir, estudar, atualmente, está muito mais fácil, então nada de moleza!).

Tive a sorte de contar com a ajuda da minha avó paterna, dona Vanúzia, que sempre me presenteava com algo relacionado ao ensino (até hoje tenho uma gramática que ela me deu quando eu tinha 11 anos de idade). Ainda me lembro da minha mãe falando para mim: “você vai ficar maluco de tanto estudar!”. Ela queria que eu fosse como os colegas da minha idade, que brincasse mais e estudasse menos. Ela achava estranho um menino de 11 anos de idade preferir ficar em casa estudando geografia a brincar na rua. Preocupações de mãe, não a julgo por isso. Ela queria o meu bem-estar, mas enxergava isso de uma maneira diferente da minha. Me sentia muito bem estudando.

Eu vim de uma família humilde, meu pai era técnico em eletrônica e ganhava dinheiro fazendo um trabalho ali e outro aqui. Minha mãe só conseguia emprego que pagava pouco, em lanchonetes, cozinhas de hospitais etc. Não tínhamos casa própria e o pouco ordenado que entrava em casa era para o aluguel e as despesas básicas. Éramos cinco pessoas na família: eu, meu pai, minha mãe e dois irmãos; eu era o filho do meio (aquele que não tem direito a nada). Era comum entre mim e meus irmãos aproveitarmos as vestimentas um do outro. Minha mãe comprava uma determinada peça de roupa com a intenção de todos nós usarmos.

Eu sempre fui um pouco diferente dos meus irmãos, esquisito mesmo. Eles adoravam brincar na rua, ir a festas, jogar conversa fora com os amigos; enquanto eu passava horas olhando o meu mapa-múndi, gostava muito de geografia e tinha curiosidade em saber onde ficava cada lugar do mundo. Preferia ficar em casa e me divertir ouvindo pop rock (tinha doze anos nessa época) ou resolvendo alguma questão de matemática, por exemplo. As minhas saídas eram para jogar xadrez com um vizinho amigo da minha mãe. Ele tinha uns quarenta anos naquele tempo. Quando eu ganhava dele (que eram muitas vezes), ele ficava irritado. Todas as vezes que me lembro da expressão no rosto dele, dá vontade de rir. Em algumas partidas eu o deixava ganhar, principalmente quando estávamos na calçada da casa dele, só para não perder a amizade.

Voltando um pouco no tempo, quando eu tinha cerca de sete anos de idade, meus pais se divorciaram. Continuamos em Arcoverde e meu pai foi morar com meu avô,

Invincible

Depois do tombo no meu primeiro concurso, voltei para Arcoverde e levei comigo a experiência dessa frustração. Decidi então fazer o ensino médio na capital. Não foi bem uma decisão (já que eu ainda não pagava os meus boletos), mas eu convenci a minha mãe de que aquilo era importante para mim. Aos 15 anos, fui morar em Recife, na casa do meu avô. Meu pai e meu irmão mais velho moravam com ele já havia algum tempo. Nós quatro moramos juntos por um período, e então eu pedi ao meu pai para irmos para uma casa só nossa. Nada contra o meu avô, ele é muito querido, mas não estava acostumado a residir em um lugar que não fosse na casa da minha mãe ou do meu pai. Depois de tanto insistir, meu pai conseguiu alugar uma casa e fomos morar nela eu, meu pai e meu irmão mais velho.

Como disse antes, eu era muito diferente dos meus irmãos. Meu irmão mais velho era bastante social, vivia em festas, passava os finais de semana em praias e tinha muitos amigos de farra. Era a turma da bicicleta, a turma do bairro etc. Ele não era muito de estudar, para ele, a vida era sempre um lazer. Sempre inventava algo legal e em grupo para se fazer. Nunca o vi só. Ele começou a trabalhar cedo, em empregos que não pagavam bem, mas garantiam uma grana para ele manter seus gastos de adolescente. Nada contra, afinal, cada um vive do jeito que bem entender. Também gosto de me divertir e viajar, mas a diferença entre mim e meu irmão estava na definição do que era prioridade. Para mim, ter lazer seria a consequência da minha estabilidade financeira. Logo, eu teria de conquistá-la antes de me divertir. Eu achava muito estranho inverter essa ordem. Como alguém vai crescer na vida se está sempre ocupado, se divertindo? Talvez ser social demais, ter muitos amigos, atrapahe o crescimento profissional das pessoas (atrapalhou o meu irmão, mesmo ele sendo superinteligente – na minha concepção).

Eu nunca fui de ter muitos amigos. Como eu sempre estava transitando entre o interior e a capital, acabava que eu não fincava raízes. Além disso, todos os colegas da minha idade estavam sempre jogando bola ou brincando na rua, enquanto eu estava estudando. Eu brincava, é claro, mas não o tempo todo. As pessoas com as quais eu socializava um pouco eram sempre mais velhas e estudiosas, mais educadas e de uma classe econômica diferente da minha. Eu as admirava e as via como um exemplo a ser seguido, e procurava sempre algo que eu pudesse ter como modelo. Se eu tenho algo para melhorar, eu vou atrás. Foi assim com minha educação acadêmica e cultural. Eu procurava me guiar pelos bons exemplos.

Já em Recife, aos 15 anos, ganhei uma bolsa de estudos em um colégio particular do município de Paulista, na região metropolitana do Recife, com o auxílio da minha avó Vanúzia. A escola em si não era nada de mais, o fato de ser particular não a fazia melhor do que a pública onde eu estudei boa parte do ensino fundamental. O ensino deixava um pouco a desejar. Porém, havia um lado fantástico: lá eu conheci Fernanda, hoje a minha esposa (vou confessar algo de amigo para amigo: foi mais fácil passar em um concurso público do que conquistar essa mulher incrível).

PARTE II

EXERCÍCIOS MOTIVACIONAIS

Conhece-te a ti mesmo

Todos nós precisamos de motivação para fazer qualquer coisa na vida. Alguns buscam no dinheiro, outros no amor, na qualidade de vida, na saúde e assim por diante. A motivação é o nosso combustível, sem ela nosso “motor” não funciona. É aquilo que faz o nosso corpo se levantar, deixar de lado o conforto e gastar energia em algum projeto. Você pode até se perguntar: “Mas e as pessoas negativas? Elas também têm motivação?”. Pois é, eu penso que sim. Pessoas negativas também são seres vivos. Às vezes a motivação delas é apenas torcer contra, como se esperassem o pior final possível. E isso, por si só, é uma motivação.

Muito cuidado ao se relacionar com pessoas negativas. Isso porque, por mais que você queira, uma hora ou outra você terá que conviver com gente assim, que reclama de tudo, nada está bom, nada presta. Eu costumo dar a seguinte dica de “como lidar com a negatividade alheia”: finja demência. Isso mesmo, seja cortês, dê atenção, trate com urbanidade, mas finja que não entende das coisas, não absorva a energia negativa. É a famosa “cara de paisagem”, faça e seja feliz.

Por falar em pessoas negativas, não há nada mais baixo astral do que quando você encontra um amigo que não vê há anos, faz a maior festa e pergunta para ele: “E aí, cara? Quanto tempo! Como está?”. Toda a nossa empolgação vai por água abaixo quando a resposta é: “Tô caminhando como a vida quer”. Que tristeza sinto ao ouvir isso. O tom da resposta é de lamento. Como pode alguém perder o rumo de sua vida? Desde quando a vida manda na gente? Falta motivação na vida desse sujeito. Se você é como a pessoa desse exemplo, se oriente! Mude de postura. Tome as rédeas da sua vida.

Precisamos entender que nós somos os protagonistas das nossas vidas, somos nós que a planejamos, desejamos, agimos e esperamos quando não podemos fazer mais nada, mas esse “esperar” é ativo e com vibrações positivas. Não se trata de “esperar um milagre”, inerte, trata-se de esperar o tempo das coisas, quando você já fez a sua parte. Nosso corpo recebe a energia do nosso pensamento, isso é cientificamente comprovado pela medicina e pela psicologia. Então, obviamente, precisamos treinar nossos pensamentos para evitar a autossabotagem.

Agora você deve estar se perguntando o que é autossabotagem, né? (risos) Vou te explicar. A gente se autossabota quando criamos obstáculos ou empecilhos que nos atrapalham na realização de nossos objetivos. E esses obstáculos podem ser criados de forma consciente ou inconsciente, fazendo com que nos sabotemos “sem intenção”. Um exemplo clássico: o cara chega em casa, se olha no espelho e não se agrada com o que vê. Ele pensa “quero perder peso, vou fazer dieta”. Ele fica todo empolgado, chega até a cozinhar, olha as coisas gostosas na geladeira e diz “vou comer tudo o que tem aqui, sem problema, e começo a dieta na segunda”. Ele procrastinou sabe-se lá por quanto tempo o que poderia ter resolvido naquele exato momento. Deixar para amanhã o que pode ser feito hoje é algo comum entre as pessoas que se autossabotam.

Voltando à leitura

Agora leia em voz alta o que você acabou de escrever. Ao mesmo tempo, imagine o que é preciso fazer para suprir essas necessidades. Viu como você tem motivos para estudar? A sua motivação deve vir daí, desse conjunto de necessidades. A partir do último texto, escreva um outro texto com propostas de soluções para essas necessidades. Coisas que dependem de você, que estão sob a sua alçada. Já falamos de sentimentos, positivo e negativos, e necessidades. Agora vamos falar de ações. Mãos à obra!

Fim da segunda “carta”. Novamente, peço que você leia em voz alta a primeira e, na sequência, leia também em voz alta as ações que você sabe que precisa tomar para suprir as suas carências. É nisso que você precisa se agarrar toda vez que sentir que seu corpo quer parar, que você achar que vai desistir.

Quando eu digo aos meus alunos que é preciso se manter ligado às necessidades, é porque eu considero ser esse o principal motivo pelo qual as pessoas de sucesso conseguem chegar lá. Elas estão o tempo inteiro relacionando as suas ações a algo que é necessário satisfazer. Mas cuidado apenas com uma coisa. Há pessoas que criam “necessidades no futuro”, e passam a correr na vida para garantir algo que não é prioridade. Estão sempre criando necessidades, são pessoas consumistas.

A partir de hoje, pare de correr atrás de motivação, já que você aprendeu que ela deve vir das suas necessidades. Portanto, a energia para ligar o seu motor de partida está em você mesmo.

PARTE III

ESTUDE DE FORMA EFICIENTE

A conta-gotas

Todo concurseiro, em algum momento da preparação, enfrentará dificuldades para estudar, que podem ser financeiras, como foi comigo no início da jornada, ou podem ser decorrentes de problemas de organização com os estudos, pela falta de um lugar silencioso, por não ter uma cadeira adequada, por não usar um material de qualidade etc. Entretanto, como eu disse antes, a dificuldade só existe para quem aceita (internaliza); quem realmente quer algo, não foca na dificuldade, mas sim na solução.

É importante que você enxergue os estudos como “a solução” para os seus problemas. Dessa forma, você evita confundir a preparação com algo que te atrapalha. Algumas pessoas acabam se perdendo com isso, porque pensam que os estudos é que estão trazendo problemas para a sua vida, quando, na verdade, os problemas reais independem de elas estarem ou não estudando. Preste muito atenção aqui. Quando estiver envolvido na resolução de um problema, trate os estudos como parte da solução, mesmo que indiretamente.

Um dos principais desafios que um concurseiro pode enfrentar, talvez o maior deles, é conseguir estudar a quantidade de disciplinas apresentadas no edital. O volume é, sem dúvida, algo que assusta muita gente. São muitas as matérias, cada uma com dezenas de aulas, e todas terão que ser estudadas com qualidade. E essa não é uma tarefa tão fácil. É preciso organização na hora do estudo, e nem todo mundo consegue fazer isso. Muita gente se perde e fica voltando ao início do curso, por insegurança (acha que nunca está aprendendo nada) ou por pura desorganização mesmo. Um concurso para a área fiscal, por exemplo, apresenta cerca de dezoito disciplinas diferentes, como estudar tudo isso e ainda lembrar no dia da prova?

Estudar com qualidade requer organização. Um concurso com muitas disciplinas exige que você, concurseiro, faça um rodízio entre as matérias. Ponha logo uma coisa na sua cabeça, você não precisa estudar todas as disciplinas ao mesmo tempo. Algumas disciplinas devem ser estudadas antes de outras, de modo que você consiga formar uma boa base de conhecimento. O rodízio entre as matérias que propomos aqui deve contar com uma organização de tempo para estudo da teoria, para a resolução de questões e para as revisões sistemáticas que permita que você armazene bem os assuntos estudados, conseguindo realizar a prova com todo o conteúdo ainda recente na sua mente (mesmo que não seja recente o estudo, a organização tornará seu conhecimento acessível). É isso que vai fazer você passar. Na prova, na hora do “vamo ver”, mais vale o que a gente lembra, e não o quanto sabemos.

Demorei um tempo até perceber que eu precisava ter uma espécie de “gotejamento” de assuntos e disciplinas, algo que fosse acrescentando aos poucos o que era importante em cada disciplina, concorrentemente. Mas você, que está lendo este livro, é uma pessoa de sorte, pois te direi como organizar toda essa estrutura de estudos e você deixará de ser um concurseiro para se tornar um concursado o mais rápido possível.