



COMO TER SUCESSO EM CONCURSOS E VIVER A VIDA QUE VOCÊ MERECE

GERSON **ARAGÃO**



2018 © Editora Foco

Autor: Gerson Aragão

Editor: Roberta Densa

Diretor Acadêmico: Leonardo Pereira

Revisora Sênior: Georgia Renata Dias

Revisora: Luciana Pimenta

Capa: Leonardo Hermano

Projeto Gráfico e Diagramação: Ladislau Lima

Impressão miolo e capa: Gráfica MASSONI

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

Vagner Rodolfo CRB-8/9410

A659c

Aragão, Gerson

Como ter sucesso em concursos e viver a vida que você merece /
Gerson Aragão. - Indaiatuba, SP : Editora Foco, 2018.

ISBN: 978-85-8242-173-4

1. Metodologia de estudo. 2. Concursos Públicos. 3. Sucesso.
I. Título.

2017-651

CDD 001.4

CDU 001.8

Índices para Catálogo Sistemático:

1. Metodologia de estudo 001.4 2. Metodologia de estudo 001.8

DIREITOS AUTORAIS: É proibida a reprodução parcial ou total desta publicação, por qualquer forma ou meio, sem a prévia autorização da Editora Foco, com exceção do teor das questões de concursos públicos que, por serem atos oficiais, não são protegidas como Direitos Autorais, na forma do Artigo 8º, IV, da Lei 9.610/1998. Referida vedação se estende às características gráficas da obra e sua editoração. A punição para a violação dos Direitos Autorais é crime previsto no Artigo 184 do Código Penal e as sanções civis às violações dos Direitos Autorais estão previstas nos Artigos 101 a 110 da Lei 9.610/1998.

NOTAS DA EDITORA:

Atualizações do Conteúdo: A presente obra é vendida como está, atualizada até a data do seu fechamento, informação que consta na página II do livro. Havendo a publicação de legislação de suma relevância, a editora, de forma discricionária, se empenhará em disponibilizar atualização futura. Os comentários das questões são de responsabilidade dos autores.

Bônus ou Capítulo On-line: Excepcionalmente, algumas obras da editora trazem conteúdo extra no *on-line*, que é parte integrante do livro, cujo acesso será disponibilizado durante a vigência da edição da obra.

Erratas: A Editora se compromete a disponibilizar no site www.editorafoco.com.br, na seção Atualizações, eventuais erratas por razões de erros técnicos ou de conteúdo. Solicitamos, outrossim, que o leitor faça a gentileza de colaborar com a perfeição da obra, comunicando eventual erro encontrado por meio de mensagem para contato@editorafoco.com.br. O acesso será disponibilizado durante a vigência da edição da obra.

Impresso no Brasil (11.2017) • Data de Fechamento (10.2017)

2018

Todos os direitos reservados à
Editora Foco Jurídico Ltda.

Al. Júpiter, 542 – American Park Distrito Industrial
CEP 13347-653 – Indaiatuba – SP

E-mail: contato@editorafoco.com.br
www.editorafoco.com.br



PREFÁCIO

A discussão a respeito dos métodos de preparação para concursos públicos, em geral, causa reações extremadas nas pessoas: de um lado, há os que pregam a existência de fórmulas mágicas que garantiriam a aprovação como um evento futuro e certo; de outro, os incrédulos, que defendem que não existe método e que para ser aprovado em um concurso basta sentar na cadeira e estudar bastante.

É preciso ter equilíbrio entre as duas posições.

Não existem fórmulas mágicas e ninguém poderá garantir a sua aprovação. No entanto, é possível sim identificar a existência de um conjunto de comportamentos, técnicas e etapas que poderão tornar a sua preparação muito mais eficiente, aumentando estatisticamente suas chances de ser aprovado. A isso, denomina-se método.

A palavra método provém do termo grego *methodos*, que significa “caminho”. Dessa forma, ter um método é como seguir um mapa feito por alguém que já percorreu aquele caminho e, por isso, sabe onde há perigos e atalhos, além de poder indicar o melhor meio de transporte para fazer essa jornada.

O método tem a ver, portanto, com experiência. Mas não é só.

Algumas experiências funcionaram com uma determinada pessoa, mas isso não significa que funcione com a maioria. Por essa razão, a construção de um método não pode ser baseada apenas na experiência, devendo ser feita com amparo em estudos científicos que comprovem que aqueles passos são os mais eficientes para a maioria das pessoas chegar àquele caminho.

Dessa forma, para uma pessoa construir um método não basta compartilhar suas experiências de aprovação. Elas são extremamente valiosas, mas são apenas a metade do caminho. Tais experiências

precisam ser sistematizadas, organizadas e, sobretudo, precisam passar pela verificação científica de sua validade.

Penso que este seja o grande diferencial do trabalho do Prof. Gérson Aragão e de seu Método de Aprovação.

Aqui, além das experiências pessoais do Prof. Gérson, em sua vitoriosa trajetória de aprovação nos concursos, temos uma sólida pesquisa científica sobre as técnicas mais eficientes e modernas de estudo.

De uma forma leve e sem que o leitor perceba conscientemente, o Prof. Gerson aplica, em suas lições, técnicas avançadas de programação neurolinguística, de neurociência, de *mindset* e de memorização, o que certamente enriquece a obra e a diferencia de um mero diário do aprovado.

Além dos conceitos teóricos, o livro é repleto de ensinamentos práticos, que vão desde a escolha do material a ser estudado, passando por orientações sobre como grifar um Vade Mecum, e chegando até o dia da prova, com dicas até mesmo de como assinalar as questões na prova objetiva.

Nestas lições, o Prof. Gerson desconstrói inúmeros mitos, fornece valiosíssimas lições e, principalmente, busca fazer com que você mude a sua forma de pensar.

Este é o Método de Aprovação.

Márcio André Lopes Cavalcante

*Juiz Federal. Foi Defensor Público,
Promotor de Justiça e Procurador do Estado.*

NOTAS À PRIMEIRA EDIÇÃO

Junho de 2016.

Entro em um avião com destino a Campinas para conversar com os donos da Editora Foco. À mesa de um restaurante do Shopping, após uma boa conversa, me comprometi a entregar um livro sobre concursos em 3 meses.

Parecia-me algo muito simples, pois boa parte das ideias já estavam formatadas em minha mente. Mas na prática...

Um ano depois termino o livro e isso me fez lembrar como foi meu início em concursos. Em minha mente, seria somente estudar que tudo ocorreria da forma planejada. Bem, não foi isso que a prática me mostrou. Estudar foi apenas um dos pilares da aprovação. Aliado a isso, precisei de uma mentalidade forte e estratégias voltadas para os concursos. De outro modo teria desistido ou nunca sido aprovado.

É exatamente isso que mostro ao longo deste livro: princípios que consciente ou inconscientemente incorporei em minha vida e dificuldades que tive que superar até a aprovação. Só quem faz concursos sabe o que se passa em nossa mente durante o período de estudos. É uma luta, principalmente mental, contra si mesmo. Mas que ao final vale a pena.

Nessa luta, contei com ajuda de muitas pessoas. Esse é o último pilar. Não construímos nada sozinhos. Nessa caminhada, gostaria de agradecer a algumas pessoas especiais.

Meus pais Aragão e Elvira, por serem os exemplos de minha vida; a minha esposa Marcela, por ter me apoiado incansavelmente desde a época dos meus estudos para concursos até hoje; aos meus parceiros e amigos Márcio Cavalcante, por ter revisado inúmeras vezes este livro; Fabiano Melo, por ter me apresentado à Editora Foco;

Luiz Flávio Gomes, pelo apoio em meus projetos; Soares Neto, por todas as sugestões; José Jaime e Aroldo Sávio, por todo tempo que estudamos juntos até sermos todos Defensores Públicos; e a todos que direta ou indiretamente me apoiaram até hoje.

Meu muito obrigado.

27.11.2017

Gerson Aragão

SUMÁRIO

PREFÁCIO	1
NOTAS À PRIMEIRA EDIÇÃO	3
PARTE I – PRINCÍPIOS DOS APROVADOS	9
1. INTRODUÇÃO E OS 4 ASPECTOS ESSENCIAIS DA APROVAÇÃO.....	9
2. TENHO UMA PROMESSA PARA VOCÊ!	12
3. COMO SABER SE SEREI APROVADO? 10 PRINCÍPIOS...	15
3.1. O futuro está em suas mãos? – Tenha um objetivo claro, preciso e assuma compromissos.....	17
3.2. Qual o tamanho de seus pensamentos? – Pense grande.....	19
3.3. Você enxerga as oportunidades? – Foco na solução.....	20
3.4. Você inveja quem está indo bem? Seu pior inimigo	21
3.5. Você escolhe bem suas companhias?	22
3.6. O que o fracasso representa para você? – Aprenda com seus erros	23
3.7. Você sabe administrar seu tempo? – Princípio eisenhower o erro mais comum	24
3.8. Você é corajoso(a)? Confie em você.....	28
3.8.1. Medo de não ser aprovado.....	29

3.8.2. Medo das críticas ao não obter os resultados.....	30
3.8.3. Medo de estar perdendo tempo e a vida passar.....	30
3.8.4. Medo de ser comparado com outros concurseiros.	31
3.8.5. Medo de fazer diferente do que a maioria faz.	31
3.9. Como você se comporta em situações de grande felicidade ou tristeza? – A chave do autocontrole	32
3.10. Você Está Disposto A Mudar? – Modele Quem Foi Aprovado	33

PARTE II – EXPERIÊNCIAS PESSOAIS..... 35

1. AS 3 REGRAS QUE EU GOSTARIA DE SABER QUANDO COMECEI A ESTUDAR PARA CONCURSOS.....	35
2. COMO NÃO ENLOUQUECER COM O EDITAL	37
3. O MITO DA INTELIGÊNCIA EM CONCURSOS.....	40
4. COMO FUNCIONA O PROCESSO DE MEMORIZAÇÃO	44
5. FORMA DE PENSAR PARA CONCURSOS	47
6. ANOTAÇÕES DE AULA.....	49
7. SÓ PASSA EM CONCURSOS QUEM ESTUDA 10 HORAS POR DIA?.....	51
8. QUANDO NÃO ESTUDAR	54
9. GRUPO DE ESTUDOS FUNCIONA?.....	56
10. SONO E ESTUDOS	58
11. QUEM NUNCA ESTUDOU NA CAMA?	59
12. LIVROS QUE NÃO LI.....	61
13. DIA DE FAZER NADA	62
14. ESCOLHA DO MATERIAL	63
15. COMO GRIFAVA MEU VADE MECUM	65
16. COMO ME CONCENTRAVA NOS ESTUDOS	66

17. CICLO DE ESTUDOS E CONCENTRAÇÃO	68
18. INTERVALO DE ESTUDO.....	72
19. CHUTE TÉCNICO EM CONCURSOS	74
20. ROTEIRO DE ESTUDOS [ESTUDO ATIVO]	76
21. ANTES DE DORMIR.....	81
22. FUTURO EM CONCURSOS.....	83
23. SEU DIA VAI CHEGAR	85
24. COMO FAZER MAIS COM MENOS EM CONCURSOS...	86
25. 10 CURIOSIDADES E MITOS SOBRE CONCURSOS	90
26. EM RESUMO.....	91
27. GURU	92
CONCLUSÃO.....	93

PARTE I

PRINCÍPIOS DOS APROVADOS

1. INTRODUÇÃO E OS 4 ASPECTOS ESSENCIAIS DA APROVAÇÃO

“Se você acha que a instrução é cara, experimente a ignorância” - Benjamin Franklin.

Atualmente uma imensidão de pessoas está interessada em concursos públicos, devido à estabilidade financeira, segurança e liberdade nos fins de semana.

Uma pesquisa recente demonstrou que milhões de pessoas estão estudando para concursos atualmente.

Em meio a tanta gente com o mesmo objetivo, **como você pode se diferenciar? Como estudar o mesmo que os outros ou até menos, por causa do trabalho, por exemplo, e ainda obter melhores resultados?**

A solução para isso, sem dúvida nenhuma, é ser estratégico. Esta é a chave para ser diferente e melhor que a maioria, pois você dificilmente conseguirá resultados expressivos fazendo apenas o que todos fazem.

Neste livro vou mostrar os princípios que segui, mesmo que muitas vezes de forma inconsciente, e histórias de minha vida de concurso que foram a semente das estratégias que utilizei para ser aprovado em concursos. As mesmas que meus alunos utilizam hoje em dia **para serem aprovados** nos mais diversos concursos, como Defensoria, Tribunal de Justiça, Ministério Público, Procuradorias,

Tribunal Regional Eleitoral, Tribunal de Contas, OAB, Prefeituras, enfim, nos mais variados cargos.

Não pretendo ter como foco principal aspectos do dia a dia de estudos, nem muitas tecnicidades, muito comuns em livros de concursos. **Meu principal objetivo neste livro é que você entenda os princípios e estratégias que me levaram a aprovação.** Mas você pode encontrar várias dicas sobre vários temas de concurso no meu canal do youtube (<http://bitly.com/gersonyoutube>). Será um ótimo complemento para este livro.

Antes de entrar nos princípios, gostaria que você entendesse que qualquer pessoa que vai estudar para concurso precisa cuidar de **4 aspectos**, sem os quais o caminho do sucesso será muito mais difícil. Você vai ver que a enorme maioria dos que estudam para concursos não dá muita importância a esses aspectos, que podem ser o grande diferencial.

O primeiro aspecto é a mente.

Sem uma **mentalidade forte e adequada** para enfrentar o que vem pela frente, as chances de desistência são muito grandes. Muitos aspectos mentais que explico na primeira parte deste livro podem mudar sua forma de pensar sobre concursos e, como consequência, aumentar sua força mental para fazer o que é preciso e cumprir as etapas necessárias para aprovação.

É muito comum ouvir de meus alunos que essas estratégias modificam suas visões e percepções sobre qual postura mental adotar no caminho dos estudos. A mudança da forma de pensar, aliada à força mental que você vai adquirir, permitirá seguir em frente com consistência nessa jornada da aprovação.

Quase ninguém se preocupa com o fortalecimento mental. Muitos chegam a confundir com aulas motivacionais, mas na verdade ter uma mentalidade vencedora, para tudo, inclusive concursos, parte de dentro de nós, de um reconhecimento de quem somos, para podermos modificar nossas crenças e, por conseguinte, nossa forma de encarar as dificuldades que virão pela frente. Isso você vai começar a aprender aqui junto comigo.

O segundo aspecto é a estratégia.

Por mais que tenhamos uma mente forte é **preciso estudar de modo eficiente e sentir o progresso** ao longo do tempo.

É exatamente aí que entra a estratégia. Saber como priorizar os assuntos mais relevantes, entender como elaborar um ciclo de estudos eficaz, resolver questões de modo eficiente, resumir e revisar para não esquecer o conteúdo são estratégias essenciais para sistematizar os estudos de forma correta.

Esse tipo de conhecimento, apesar de algumas pessoas buscarem, poucas conseguem aplicar realmente. Essa é uma grande diferença daqueles que obtêm sucesso em concursos. Mas não se preocupe, pois aqui nós vamos dar os primeiros passos juntos por meio de várias histórias de minha vida, na segunda parte deste livro.

O **terceiro aspecto** são as **técnicas de estudo**.

Depois que você entende por que está estudando e sabe quais estratégias seguir, é importante utilizar as técnicas mais adequadas para concursos, a exemplo de técnicas de concentração, de estudo e de memorização mais adequadas para concursos. Escrevo sobre isso também na segunda parte do livro.

Existem muitas técnicas e, na maioria das vezes, o que ocorre é uma confusão mental. Que técnica de estudo utilizar? Utilizo todas as técnicas de memorização para concurso? Como funciona o processo de memorização?

Eu passei por isso quando estudei para concursos e perdi muito tempo até entender o que melhor funcionou para mim. É muito provável que funcione para você também.

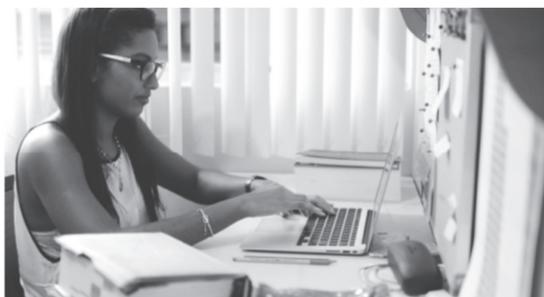
O **quarto e último aspecto** é a **prática**.

A prática consiste em mudar sua forma de pensar efetivamente, colocar em aplicação as estratégias, técnicas e estudar com afinco para realizar o seu sonho.

Acontece que a esmagadora maioria dos concurseiros possui uma crença de que este é o único aspecto que deve ser levado em consideração na preparação para concursos. Quem nunca ouviu a seguinte frase: *“Para passar em concursos é só sentar a bunda na cadeira e estudar”*?

Entenda o que quero explicar aqui. Não há nada de errado em sentar a “bunda” na cadeira e estudar. Muito pelo contrário, você deve fazer isso. Mas pensar que é apenas estudar, sem estar preparado mentalmente, ter estratégias e técnicas é o mesmo que dizer que para alguém ser campeão de natação basta apenas nadar com afinco. Veja o exemplo de Michael Phelps, um dos maiores campeões da história da natação, e a importância que ele dá aos aspectos mentais em sua preparação e que nada têm a ver com o ato de nadar em si (“*The Mental Strategies Michael Phelps Uses To Dominate The Competition*” da Revista *Bussines Insider*).

Ainda posso citar o exemplo de vários alunos meus, dentre eles Clarissa Lima, aprovada para Defensora Pública, que pensava dessa mesma forma.



Este foi o caminho que trilhei. Ao longo dos últimos anos dediquei-me a sistematizar esses passos construindo um verdadeiro método de aprovação que tem ajudado milhares de alunos. O próximo APROVADO será você.

2. TENHO UMA PROMESSA PARA VOCÊ!

Minha promessa para você neste livro é mostrar que é possível atingir a aprovação no concurso que você deseja de forma mais rápida e eficiente. O início dessa jornada é entender o que os aprovados fizeram, por isso trago aqui princípios e experiências.

Eu passei por esse caminho e hoje sou Defensor Público. Muitos de meus alunos também foram aprovados seguindo a mesma metodologia que apliquei e refinei ao longo dos anos.

PARTE II

EXPERIÊNCIAS PESSOAIS

1. AS 3 REGRAS QUE EU GOSTARIA DE SABER QUANDO COMECEI A ESTUDAR PARA CONCURSOS

Sabe aquele aluno nota 5? Sempre fui um aluno mediano e durante toda a faculdade meu único objetivo era receber o diploma.

Então, como você pode perceber, nunca tive uma grande preocupação em aprender e obter bons resultados durante o período universitário.

Até que... Comecei a fazer concursos.

Com você é parecido? Você decidiu-se a fazer concursos mesmo sendo um aluno(a) mediano(a)?

Iniciei a vida de concurseiro com grandes dificuldades. Mas, depois de algum tempo descobri o seguinte: era preciso ser estratégico para ser aprovado.

Toda minha estratégia de estudos foi baseada em 3 regras básicas, e o mais interessante disso é que essas regras se provaram válidas mesmo para as pessoas que se formaram mais preparadas.

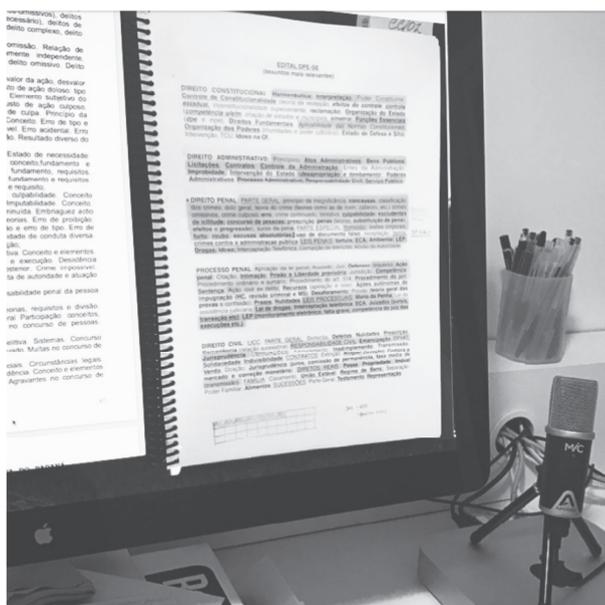
Regra 1 – CONHECIMENTO NÃO GARANTE APROVAÇÃO: por mais que eu soubesse um assunto ou tema de determinada matéria, de nada valeria se não conseguisse aplicar esse conhecimento no momento da prova.

Regra 2 – O OBJETIVO DE QUEM FAZ CONCURSO É ACERTAR QUESTÕES: parece uma afirmação boba a primeira vista, mas se eu não direcionasse todo o meu estudo e estratégia para esse objetivo dificilmente seria aprovado. Isso nos leva à 3ª regra.

Regra 3 – É PRECISO MEDIR DESEMPENHO: o único índice que me daria segurança se estaria no caminho correto era a mensuração de desempenho. Digo isso porque, no início, minha maior preocupação era apenas decorar os assuntos e contar o tempo de horas estudadas.

Só que para seguir esse caminho é preciso estratégia e, no começo, estratégia para concursos é algo que parece irrelevante, perda de tempo. O tempo me mostrou que não.

2. COMO NÃO ENLOUQUECER COM O EDITAL



Quando comecei a estudar para concursos maiores uma das minhas maiores angústias era ver o tamanho do edital. Parecia ser algo sem fim. Se eu pudesse descrever o que sentia em poucas palavras seria “falta de fôlego”.

Você sente algo assim? Acredita que é algo impossível?

Fui aprovado em vários concursos, desde técnico (edital pequeno) até servidor público (edital enorme), por duas vezes, passando por analista, mais 2 vezes, e OAB. Então, tudo que vou escrever aqui é com base na minha experiência.

Logo no início dos estudos, o que fiz foi tentar estudar o edital do começo ao fim. Ponto a ponto.

Isso é possível? Nem sempre. Para concursos com editais menores, como técnico e cargos administrativos é possível, apesar de não ser mais indicado seguir nessa sequência. À medida que fui avançando para concursos maiores isso se tornou extremamente complicado.