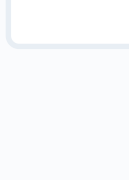


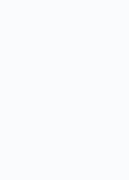
# Planejando meus estudos

Planejando meus estudos



Guilherme Silveira  
20/12/2017

COMPARTILHE



Esse artigo faz parte da  
Formação Business Agility

## Confira neste artigo:

- Planejar passo a passo

## "Sei o que quero, e agora?"

Se quero aprender algo novo, nada mais justo do que organizar um planejamento que seja efetivo e eficiente, certo? Afinal, o maior risco que corremos quando criamos todas essas metas é atropelar algumas questões básicas que podem acabar nos deixando frustrados, seja pela não conclusão do objetivo ou por nem conseguir iniciá-lo.

A frustração é algo que pode nos abrir dois caminhos: ficar desmotivado e deixar aquele objetivo de lado, ou superar esse sentimento com a motivação de continuar tentando até conseguir.

Esses dois caminhos acontecem de forma muito relativa, dependendo do contexto em que cada pessoa está, as possibilidades existentes, a personalidade, enfim... Varia muito e não podemos prever como iremos lidar com esse sentimento.

Mas existem algumas coisas que podemos sim ter um maior nível de controle e evitar que a frustração apareça.

## Planejar passo a passo

### Definindo o objetivo

Se falamos em planejamento de estudos, precisamos entender que existem algumas etapas importantes a considerar. A primeira dela já sabemos: definir o que queremos.

Mas como definir? Bom, se estamos falando de metas e objetivos, nada melhor do que definir de forma objetiva, isto é, se queremos aprender sobre **UX**, o que exatamente queremos aprender sobre isso? **Pesquisas de UX? Testes de usabilidade?** Especificar exatamente qual será o foco é importante para que não precise perder tempo depois afunilando o que realmente é do nosso interesse dentro desse tema tão amplo.

### Entenda sua rotina

Hoje em dia, uma das maiores queixas das pessoas é não ter tempo. De forma geral, nunca temos tempo para nada, certo? Sempre temos uma sensação de que "poderíamos ter feito mais".

*"Estou sem tempo. Esta é uma frase que costumamos dizer e ouvir bastante. Seu significado é 'não tenho prioridade suficiente pra isso neste momento'. Todos temos tempo, exatamente 24 horas por dia. O que podemos fazer então é gerenciar o tempo para otimizá-lo.", cita Dionatan Moura.*

Pois então, depois de definida sua meta, comece a avaliar sua rotina.

Coloque no papel tudo o que você faz ao longo da semana, começando pelas atividades fixas e adicionando as variáveis depois. Agora, analisando o que você anotou, analise os melhores horários para incluir um momento de estudo. Se for 20 minutos ou 1 hora, não importa, todo momento de estudo é válido, contanto que você consiga **criar um calendário de estudos** regular e focado no que pretende estudar.

### Trace os pontos de estudo

Ok, já sei o que quero aprender e como me organizar nos horários para incluir momentos de estudo, posso agora incluir no calendário exatamente o que pretendo aprender.

Mas, antes, é importante pesquisarmos qual a melhor trajetória a seguir naquilo que queremos aprender. Pesquisar o que outras pessoas, que já passaram por esse caminho, recomendam pode encurtar muito o tempo que você gastaria tentando encontrar as melhores possibilidades.

Se quero ser um **programador full-stack**, por exemplo, posso seguir por uma linha de aprendizado, enquanto um **programador front-end** pode ter uma outra rotina.

### Formando hábitos

Quando nos focamos em nossas metas, o maior desafio é a autodisciplina.

Alguns hábitos nós somos forçados a criar, como, por exemplo, a rotina de trabalho. Temos horários a cumprir e isso nos força a dedicar o tempo de forma mais focada a essa atividade, assim como cursos ou qualquer atividade de horário fixo.

Mas, **se estamos falando de hábitos** em que o único que poderá cobrar resultados somos nós mesmos, o processo é muito mais desafiador.

Segundo **Dionatan Moura**, algo muito comum é essa **Síndrome do estudante** que muitos de nós temos, em diferentes fases da vida. Essa nada mais é do que a prática de **procrastinar**, isto é, nós podemos facilmente criar o hábito de *deixar para depois* nosso planejamento, usando qualquer distração ou dificuldade como desculpa.

Portanto, é interessante que essa cobrança aconteça de forma saudável, mas com frequência. Para isso, crie formas de **manter-se produtivo em seu dia a dia** de estudos.

### O principal é: Vamos começar!

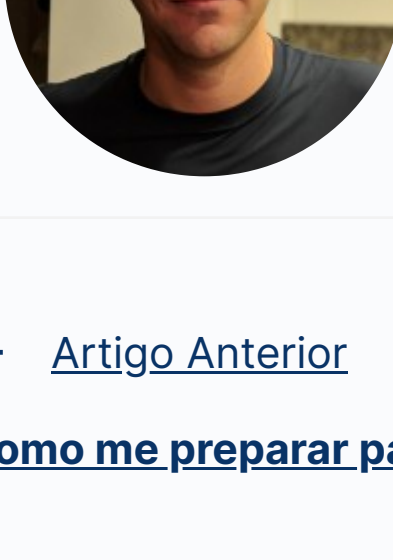
Quem nunca fez mil planos para algo e nunca colocou efetivamente em prática? Planejamentos são ótimos, mas de nada adianta se não iniciarmos nunca, certo?

Já sabemos o objetivo, refletimos sobre nossa rotina e o melhor calendário a seguir e como manter essa rotina produtiva... Perfeito! Agora a ideia é concretizar tudo isso.

Todos temos receios quanto ao retorno que esse investimento de tempo nos trará, mas tenha em mente que todo aprendizado, seja ele pequeno ou grande, gera o enorme valor para todas as experiências que acumulamos.

Na **Alura** temos **diversas formações e cursos** justamente para possibilitar à todos os alunos a chance de encontrar todas as possibilidades de aprendizado que queira tentar. Sempre é tempo de começar a aprender algo novo!

E você? O que planejou para esse ano? E para o ano que vem?



Guilherme Silveira

Co-fundador da Alura, da Caelum e do GUJ. Com 18 anos de ensino nas áreas de programação e dados, criou mais de 100 cursos. Possui formação em engenharia de software, viés matemático e criativo, além de ser medalhista de ouro em competições nacionais de computação, tendo representado o Brasil nos mundiais. Participante de comunidades open source e de educação em tecnologia, tendo escrito 7 livros. Faz mágica e fala coreano no tempo livre.

← Artigo Anterior

Próximo Artigo →

Como me preparar para o mercado de trabalho?

Você sabe medir o ROI dos treinamentos online na sua empresa?

## Leia também:

- Depoimento do aluno: Matheus Henrique
- 5 maneiras de te ajudar a criar hábitos melhores
- A profissional mãe
- Como começar na carreira de 3d e Animação: do mergulho à aterrissagem, passando por algumas acrobacias
- Produtividade do Gui: limite o tempo desse site



Veja outros artigos sobre [Inovação & Gestão](#)

Email\*

ENVIAR



### Institucional

Sobre nós  
Carreiras Alura  
Para Empresas  
Para Sua Escola  
Política de Privacidade  
Compromisso de Integridade  
Termos de Uso  
Documentos Institucionais  
Status

### A Alura

Formações  
Como Funciona  
Todos os cursos  
Depoimentos  
Instrutores(as)  
Dev em <T>  
Luri, a inteligência artificial da Alura  
IA Conference 2024

### Conteúdos

Alura Cases  
Imersões  
Artigos  
Podcasts  
Artigos de educação corporativa

### Fale Conosco

Email e telefone  
Perguntas frequentes

### Novidades e Lançamentos

Email\*  
ENVIAR

### Parceiros



Nós, da Alura, somos uma das Scale-Ups selecionadas pela Endeavor, programa de aceleração das empresas que mais crescem no país.



Fomos uma das 7 startups selecionadas pelo Google For Startups a participar do programa Growth Academy em 2021.

### CURSOS

**Cursos de Programação**  
Lógica | Python | PHP | Java | .NET | Node JS | C | Computação | Jogos | IoT

**Cursos de Front-end**  
HTML, CSS | React | Angular | JavaScript | jQuery

**Cursos de Data Science**  
Ciência de dados | BI | SQL e Banco de Dados | Excel | Machine Learning | NoSQL | Estatística

**Cursos de Inteligência Artificial**  
IA para Programação | IA para Dados

**Cursos de DevOps**  
AWS | Azure | Docker | Segurança | IaC | Linux

**Cursos de UX & Design**  
Usabilidade e UX | Vídeo e Motion | 3D

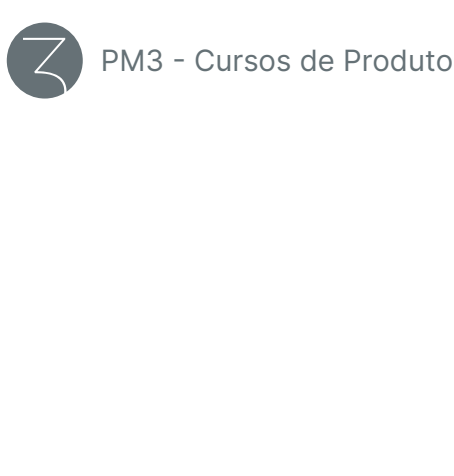
**Cursos de Mobile**  
React Native | Flutter | iOS e Swift | Android, Kotlin | Jogos

**Cursos de Inovação & Gestão**  
Métodos Ágeis | Softskills | Liderança e Gestão | Startups | Vendas

### CURSOS UNIVERSITÁRIOS FIAP

Graduação | Pós-graduação | MBA

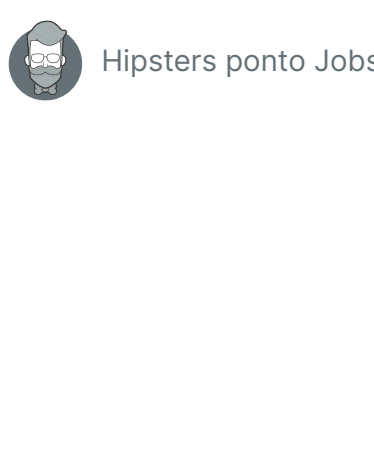
### EDUCAÇÃO EM TECNOLOGIA



### MAIS ALURA



### COMUNIDADE



### PODCASTS

