

# Quando, como, onde e por que: tudo que você precisa saber antes de começar uma pós graduação

A faculdade acabou. E agora?



foto: mapodile/Thinkstock/Getty Images

Finalmente formada! Não ter que entregar provas, TCC, responder chamadas...mas peraí: o que é que você vai fazer agora? O mercado de trabalho está cada vez mais competitivo e acirrado, além de estar em crise, como tudo mundo diz por aí o tempo todo. O jeito parece ser apostar em uma pós graduação ou em um MBA ou mestrado ou doutorado. Complicou? A gente explica:

ESCRITO POR



GABRIELA KIMURA

## 1. Pense na pós como um planejamento de carreira

Isso parece óbvio, mas muitas vezes o desespero de fazer a especialização atropela a parte de refletir sobre a sua carreira, onde você está e onde quer chegar. "A escolha deve ter relação com esse planejamento, bem como congruência com os anseios futuros do profissional. Tendo um planejamento com um objetivo bem definido fica mais fácil escolher qual pós-graduação seguir", explica **José Roberto Marques**, Master Coach Senior e presidente do IBC (Instituto Brasileiro de Coaching).

Além disso, você deve enxergar o retorno aos estudos como um investimento e dos grandes, tanto financeiramente quanto profissionalmente. Podem levar desde alguns meses até anos - e isso precisa ser levado em conta. "O momento ideal é quando o profissional tem clareza do que deseja obter com o investimento e quer fortalecer seu conhecimento e CV", reforça **Márcia Dolores Resende**, criadora do método *Engenharia da Felicidade* e diretora e coordenadora de desenvolvimento do Instituto de Talentos.

## 2. Não tenha (tanta) pressa

Todos os dias somos bombardeadas com as pressões do mercado de trabalho: ganhar bem, ser bem sucedida, ser chefe (CEO, empreendedora e presidente), falar inglês fluentemente, fazer uma pós-graduação, ser diferente. Se destacar no imenso oceano que existe por aí não é fácil e, muitas vezes, a sensação é que um curso de especialização vai te levar para esse caminho. O fato é que ele vai mesmo, mas só se souber o que está fazendo. "A pós-graduação possui um peso muito positivo do currículo, mas é importante o profissional ir para o mercado, sentir, adquirir experiência e ter uma visão mais consistente do seu futuro profissional", afirma José Roberto.

E por mais que seja um desejo firme e consciente, muitas instituições só aceitam pessoas em cargos de gestão ou gerência e com pelo menos quatro anos de experiência de trabalho.

## 3. Avalie bem o curso e a instituição

Se você estudou em uma faculdade/universidade que tem bastante afinidade e acredita que o escopo de cursos de lá seja suficiente para você, então não há nenhum problema em continuar no mesmo lugar. Para José Roberto Marques, o importante é ter confiança na instituição. "Não existe uma regra quanto a isso. Além da confiança é importante ter referências quanto ao curso." E a coach Márcia Resende complementa: "Existem vantagens em estar em um lugar conhecido, porém ir para lugares novos com novos professores e alunos pode enriquecer!". A **CAPES** disponibiliza **em seu site** uma lista com os cursos de stricto sensu (mestrado e doutorado) recomendados: procure por aqueles que tenham uma nota superior à 3 (regular).



foto: Reprodução/Giphy

## 4. Prepare-se financeiramente

Seja MBA, mestrado, doutorado ou pós-graduação *lato sensu* os valores podem ser bem altos - a partir de R\$ 30 mil. Por isso mesmo é necessário pesar bem a decisão (porque esse dinheiro não volta!) e também ter uma organização financeira mínima. Algumas empresas oferecem a possibilidade de financiar uma parte, metade ou até mesmo todo o curso, então vale conversar com seus chefes para saber como funciona no seu trabalho. E para quem não tem condições existem várias instituições públicas que oferecem bolsas de estudo tanto para estudar no país quanto para quem quer fazer no exterior. **Ciências Sem Fronteiras**, a **Fundação Estudar** e o **CNPq** são algumas das opções legais para dar uma conferida!

## 5. Aprofundamento é importante sim

"Um curso de especialização, MBA, mestrado ou doutorado contam como um diferencial e mostram que o profissional busca sempre se desenvolver e ir além em sua capacitação. Desenvolver-se constantemente é um quesito valioso no mercado", elucida Márcia. É normal querer saber mais e melhor sobre determinado assunto, principalmente quando se está no começo de carreira e a vontade de se destacar é gigante (olá, *Millenials!*), porém, é possível ir estudando diferentes aspectos da área que você gosta em cursos menores.

Se o **stricto sensu** é o que você mais se identifica - e já estudou todos os programas e avaliou um a um -, então não precisa deixar de lado porque não pretende seguir carreira acadêmica. "Cada vez mais o mercado disponibiliza mestrados e doutorados voltados para negócios, empreendedorismo, gestão e diversos temas que estão presentes na vida corporativa", afirma Márcia.



foto: Reprodução/Giphy

## 6. O coaching pode te ajudar a decidir

Em diferentes aspectos da sua vida, o coaching é uma ótima maneira de se conhecer melhor e definir estratégias e metas. Bem conhecido no mundo profissional, o(a) coach ajuda a entender quais são suas habilidades, desejos, características e como atingir seus objetivos de maneira plena. "Realizando a visão de futuro, um(a) coach com metodologias pragmáticas auxilia um profissional a investir de forma mais assertiva em seu desenvolvimento, fazer uma escolha com base no propósito é muito diferente. Avaliar os valores que serão desenvolvidos no curso escolhido e utilizar todo conhecimento para evolução da carreira e satisfação é um ganho no processo de coaching", ensina Márcia.

## 7. E se eu quiser mudar de área?

Ótimo! Ter que decidir tão jovem qual será o seu futuro profissional é uma escolha praticamente impossível - e muita gente acaba mudando no caminho. A grande vantagem da pós é que se trabalha em pontos mais específicos do que a graduação e também em menos tempo. "A especialização pode ser uma ponte para aproximar-se de suas metas e temas que estejam ligados ao objetivo futuro pode te favorecer, principalmente se a nova área desejada perceber esse valor", afirma a coach.



foto: Reprodução/Giphy

## 8. Especializações para tecnólogos

Existem pós graduações que permitem diplomas de tecnólogos e outras que não, sendo indicadas as especializações nesse caso. "Curso técnico são considerados nível médio, já alguns tecnólogos habilitam o aluno para a pós, é importante pesquisar antes de ingressar em algum", aconselha José Roberto.

## 9. Ensino a distância: uma ótima alternativa

Nem todo mundo tem disponibilidade para fazer o curso em uma instituição que, muitas vezes, fica bem longe de casa. Isso sem contar o tempo que isso leva! É importante conhecer o lugar que você pretende fazer a pós, saber do conteúdo e também dos docentes, mas o **ensino a distância** é uma oportunidade boa para que mais pessoas tenham acesso à informação e educação. Tanto José Roberto quanto Márcia concordam que a ferramenta é muito útil e viável. "Em termos de vivência, dinamismo e interação com o professor os formatos de ensino a distância são sem grandes atrativos. Porém é uma bela alternativa para quem tem pouco tempo e muita vontade!

Sim. O ensino a distância já é uma realidade para nós. É uma forma de tornar os cursos mais viáveis. Comodidade e eficiência são os atrativos desse formato de curso.

## 10. Fazer no país ou no exterior?

O que você precisa considerar primordialmente é o que está querendo com um novo curso no seu currículo: seria o aperfeiçoamento de um idioma e a vivência em outro país ou a especialização na área que você já trabalha/quer trabalhar? Como explica Bruno Contrera, gerente de produtos da STB, as pós graduações no exterior pedem no mínimo quatro anos de experiência na atividade que possa ser comprovada. Nas especializações nos Estados Unidos ou na Europa por exemplo, você ganha não só a experiência profissional, mas também amplia sua rede de **networking** e ainda pode conseguir um emprego no local.

Há de se considerar o fator do orçamento nesses casos, pois não são todas as empresas que financiam o estudo e as instituições públicas que o fazem oferecem bolsas específicas para regiões e cursos. E se você pretende mudar de carreira, Bruno indica o intercâmbio: "Afinal, você tira um ou dois anos de folga da sua atual ocupação e estuda o que realmente gosta, podendo continuar no país de escolha ou voltar, com experiência internacional e conhecimento aprofundado. Enfim, preparado para enfrentar um novo desafio: mudar de profissão."

## 11. O que é preciso para se matricular?

Basicamente você precisa ter concluído a graduação (ou o tecnólogo) reconhecido pelo MEC, **currículo atualizado** e para alguns lugares um mínimo de experiência profissional.

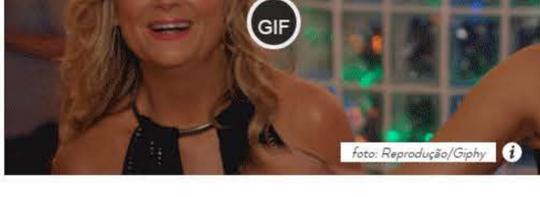


foto: Reprodução/Giphy