



ARTIGO

TRANSIÇÃO DE CARREIRA: É POSSÍVEL SER FELIZ NO TRABALHO?

Talvez você já tenha se feito essa pergunta, se é possível conciliar trabalho com felicidade. Comigo tudo aconteceu a partir de um processo em que precisei passar por várias áreas - e desempenhar inúmeros papéis - para chegar até aqui. Hoje, observo que essa bagagem é fundamental para que eu possa ajudar outras pessoas a encontrarem o seu próprio caminho.

Falar de transição de carreira costuma gerar emoções contraditórias. Para alguns, desperta algo muito bom: mudança, recomeço, desafios e o início de uma nova aventura. Mas, uma grande maioria de brasileiros tem medo de buscar outra atividade ou profissão com a qual tenha mais afinidade (e prazer) e não conseguir pagar as contas ou achar que está “velho” demais para isso.

A pandemia veio como catalisadora de transformações latentes: “Não fugi das minhas tempestades, fiquei para lavar a alma. E de chuva em chuva, aprendi a ser sol”. Admito que muitas vezes precisei ficar e enfrentar as tempestades, pois precisava cuidar de mim e da minha família. Porém, chegou o momento de colocar em prática ensinamentos valiosos: “Eu me amo e por isso trabalho com aquilo que amo muito”.

Uma pesquisa da consultoria de RH EDC Group mostra que esse mesmo sentimento que eu descrevi tem sido muito comum entre a população brasileira, já que 91% dos entrevistados mudaram seu propósito de vida durante a pandemia. Mais da metade (53%) perdeu o interesse pela atividade que desempenhava e resolveu buscar um trabalho que oferecesse mais tempo com a família, jornada flexível e possibilidade de se dedicar a hobbies, lazer e esportes.

Talvez você esteja pensando em mudar. Como saber qual a hora certa ou de que maneira fazer a transição? Partindo da minha experiência, sempre oriento a se observar, primeiro, se a sensação de desconforto é com a atividade específica com a profissão ou o local onde está trabalhando. Nenhuma transição é possível sem essa jornada de “autoconhecimento”, que é olhar para dentro de si e encontrar as respostas.

Sinal amarelo (de alerta) quando o local onde estamos “violenta” nossos princípios e valores. A desconexão com o nosso propósito de vida pode desencadear no corpo diversas doenças (físicas e/ou emocionais), portanto, vamos estar atentos e buscar apoio adequado para fazer as mudanças necessárias. O ideal seria contar com uma equipe profissional composta por médicos, psicólogos, terapeutas e mentores.

Fique aberto para a sensação de “alma está lavada”, que é quando já tomamos todas as chuvas possíveis e estamos prontos para assumir o verdadeiro papel no mundo. Na formação da Louise Hay, que fiz no fim de 2022, percebi que não adiantava apenas dizer palavras positivas, meditar e olhar no espelho para fortalecer a autoestima, era necessário agir, sair da zona de conforto e encontrar novas respostas.

Doce é a ilusão de quem acha que vai ser feliz “se” ganhar na loteria ou “quando” se aposentar. Trabalhar é algo muito rico, que nos impulsiona a vencer desafios, sejam eles internos ou externos. É nesse ambiente onde passamos, talvez, a maior parte das nossas vidas que somos convidados a conciliar a necessidade com a felicidade. Enxergar oportunidades na adversidade é um exercício que podemos começar agora e que transforma a maneira como nos relacionamos com o trabalho.

há alguns meses saí de um emprego público onde estive nos últimos 10 anos para realizar um antigo sonho: montar um novo negócio na área de desenvolvimento humano junto com o meu marido. Apesar de ter me preparado por muito tempo, também me deparei com diversas inseguranças e dificuldades, o que é absolutamente normal. O importante é que fiz esse movimento tendo a certeza de que enfrentaria qualquer coisa para realizar o meu propósito. Começar do zero após os 50 anos pode ser muito divertido, sabia? Estou aprendendo a ter mais confiança em mim mesma e na vida, me abrindo para aprender inúmeras coisas novas diariamente, tenho estudado muito (o que é ótimo para o cérebro!) e, principalmente, tenho me permitido errar, porque ao amadurecer muitos de nós perdemos essa capacidade incrível de se tornar vulnerável, como uma criança e dar seus primeiros passos no mundo.

A frase do filósofo chinês Confúcio ilustra bem do que estamos tratando: “Escolhes um trabalho de que gostes e não terás que trabalhar nem um dia na tua vida”. O preço para a felicidade pode ser muito alto e muitos de nós não estarão dispostos a pagar, o que está tudo bem. Mas ouvir o chamado da alma me transformou completamente e pode transformar você. Você está disposto (ou disposta) a olhar para isso? A dar um passo em direção à mudança e à felicidade?

Carmen Hornick, advogada e professora na área do Direito, especializada em Direito Sistêmico, professora de Comunicação Empresarial, Jurídica e Oratória, Personal and Executive Coach, facilitadora do Método Louise Hay e escritora

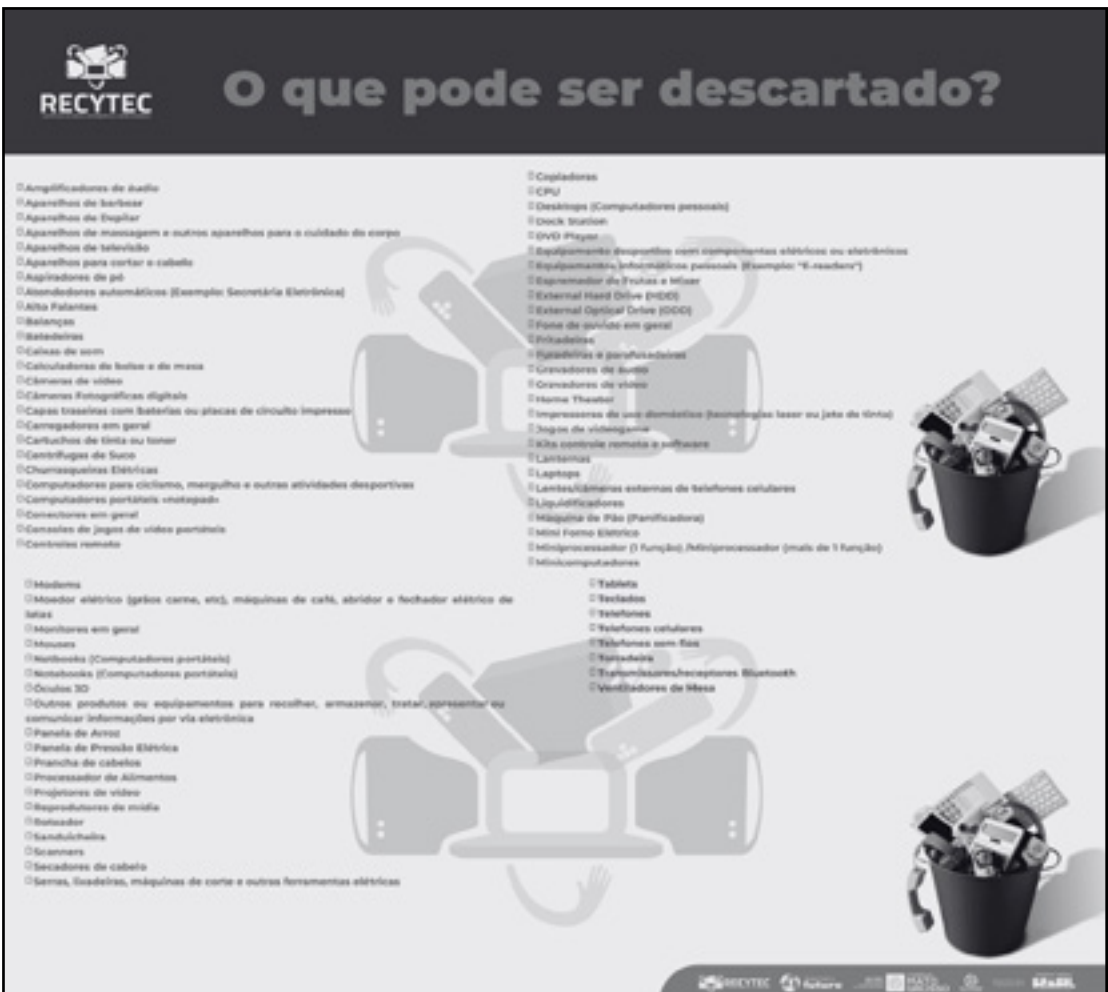
JORNAL DIÁRIO DA SERRA Propriedade da AJOTA ASSOCIAÇÃO JORNALÍSTICA DE TANGARÁ DA SERRA CNPJ: 29.464.235/0001-16 Av. Tancredo Neves - 1247 W - Parque Mansões 78302-028 Tangará da Serra-MT ISSN 22386467	REDAÇÃO DIREÇÃO DE JORNALISMO Fabiola Tormes CONTATO ds@diariodaserra.com.br Envie Pautas, Fotos Sugestões e Vídeos para o whatsapp do DIÁRIO DA SERRA (65) 3326-4724  www.diariodaserra.com.br www.ds.jor.br
TIRAGEM 1 MIL EXEMPLARES CIRCULAÇÃO Tangará da Serra, Nova Olímpia, Barra do Bugres, Porto Estrela, Campo Novo do Parecis, Sapezal, Denise, Arenópolis, Nortelândia e Santo Afonso. CENTRAL DO ASSINANTE (65)3326.6501 	DEPARTAMENTO COMERCIAL PUBLICIDADE ASSINATURA PUBLICIDADE LEGAL Associação Jornalística de Tangará da Serra - AJOTA SERVIÇOS GRÁFICOS E. Tormes e Cia. LTDA CNPJ: 14.048.123/0001-07 CONTATO: adm@diariodaserra.com.br Fone: (65) 3326-4724

Diário da Serra
© DIA-A-DIA DAS NOTÍCIAS

FUNDADO EM 11 DE NOVEMBRO DE 1996
EDIÇÃO ON-LINE DESDE 06 DE SETEMBRO DE 1997
Endereço: Av. Tancredo Neves - 1247 W
Parque Mansões - CEP:78300-000
Tangará da Serra - MT - Brasil

DESCARTE CORRETO

Ônibus interativo do Recytec estará em Tangará para recebimento de eletrônicos



Nesse ônibus acontecerá uma triagem de materiais descartados

Recytec estará em Tangará entre os dias 8 a 12 de maio, no Módulo Esportivo

ROSIO OLIVEIRA / Redação DS

O mundo tornou-se totalmente integrado. Isso acontece devido as diversas inovações em vários setores, mas principalmente no mundo digital. Informações estão na palma das nossas mãos em questão de milésimos de segundos.

Com isso, a todo momento, temos novos lançamentos de produtos que

çamentos de produtos que fazem com que o anterior fique obsoleto e surjam os descartes que enchem os lixões, contaminam os rios e nascentes, poluem a terra e causam vários outros problemas.

Por esse motivo, o mundo urge de ações que diminuam esses impactos. Com esse objetivo nasceu o Centro de Recondicionamento de Computadores do Mato Grosso – Recytec, que estará em Tangará da Serra na semana do aniversário do município, de 8 a 12 de maio, promovendo e realizando ações

de conscientização para a coleta e destinação final de equipamentos eletrônicos. O objetivo é mostrar a história dos eletrônicos e o seu fim correto, bem como o recomeço pela reutilização dos resíduos como matéria prima

Conforme o secretário Municipal de Indústria e Comércio, Silvio Somavilla, a atividade é importantíssima e possibilitará novos conhecimentos à população. "Tangará da Serra perde cerca de 20 milhões ao ano por não recolher e destinar de forma adequada os componentes eletrônicos", revela o secretário.

Para essa ação, estará no município um ônibus interativo onde serão abordados temas de reciclagem de eletrônicos, além, é claro, da disponibilização de um ponto de coleta. Nesse ônibus, que estará no Módulo Esportivo, acontecerá uma triagem de materiais descartados que serão consertados e doados à população. “Se for um computador, por exemplo, eles abrirão, farão a limpeza e buscarão arrumar se possível para doação. Os componentes que não servirem já serão

encaminhados para o local pertinente”, explica Sílvia

Para que a população possa contribuir, já há vários pontos de coletas pela cidade, incluindo Cras e USFs, além da prefeitura e clubes de serviços que serão procurados para colaborar na ação de coleta

Essa é uma ação em que todos podem ajudar doando aparelhos de TV, geladeiras, máquinas e equipamentos eletrônicos que são descartáveis ou porque estão em desuso, ou que já não funcionam mais e continuam nas residências por falta de um espaço adequado para descartá-

No evento, promovido e organizado pela Secretaria Municipal de Indústria, Comércio e Serviços de Tangará da Serra, numa parceria com a Secretaria de Estado de Ciência, Tecnologia e Inovação (Seciteci) serão ainda oferecidas duas oficinas totalmente gratuitas: Robótica básica e de Limpeza e manutenção básica de computador. Essas oficinas têm capacidade para atender 15 pessoas e duração de duas horas. O material dos cursos e os instrutores serão fornecidos pelo Recytec.