

# CLAUDIA



## Maju Coutinho

e outras mulheres que contribuíram para transformar nossa visão de mundo em 2015

## QUAL A SUA Festa?

Comemoração no trabalho, ceia em família, Réveillon com os amigos... ACERTE NO LOOK

## GUIA DOS PERFUMES

## S.O.S. fim de ano

Etiqueta básica para fugir de saias justas

## NATAL EM DOBRO

- Clássico, com receitas de Charlô Whately
- Moderno, com ideias da jovem chef Tássia Magalhães

## #PRIMEIRO ASSÉDIO

Por que você não pode mais esperar para tratar desse assunto com seus filhos

# MAIS AMOR

EDIÇÃO-MANIFESTO POR MENOS ÓDIO, VIOLÊNCIA E INTOLERÂNCIA

+ 10 ATITUDES DEMOLIDORAS PARA VENCER TUDO ISSO







## *dicas para desapegar* DO QUE NÃO DÁ CERTO

*Uma ideia que não vai para a frente ou um trabalho de que você não gosta roubam tempo e energia. Livre-se deles e abra espaço para novos caminhos*

ANA PAULA ORLANDI

**T**udo começa de forma divertida e excitante, mas um dia você percebe que aquele projeto (pode ser seu emprego, um hobby ou um negócio próprio) já não faz mais sentido na sua vida. Inspiradas por esse dilema, a publicitária mineira Luiza Voll e a jornalista pernambucana Daniela Arrais criaram o site Como Matar um Projeto ([comomatarumprojeto.com.br](http://comomatarumprojeto.com.br)), que descreve todas as fases do fim desse casamento profissional. “O processo é mesmo parecido com o final de um relacionamento amoroso”, compara Luiza. À frente da Contente, empresa em São Paulo especializada em produção de conteúdo, as sócias contam ter se guiado pela própria experiência na hora de idealizar a página na internet. “Tínhamos algumas iniciativas paradas e não sabíamos o que fazer com elas. Isso estava nos inco-

modando, mas ao mesmo tempo a gente ficava com pena de matá-las. Quando começamos a falar a respeito, percebemos como é importante encarar o problema, se descolar do que não tem mais êxito, aprender com os erros e partir para uma nova história”, diz Luiza.

É o que também defende o especialista em marketing e escritor americano Seth Godin. “Desistir de empreendimentos que não levarão a nada é essencial se você quiser perseverar nos promissores”, decreta no livro *O Melhor do Mundo – Saiba Quando Insistir e Quando Desistir* (Sextante). E, ao se livrar de um, sobra energia para começar um novo. “Pergunte-se o que gostaria de fazer, qual é o conhecimento que tem para exercer essa nova atividade, se vai conseguir se manter e, claro, pondere se essa outra ideia faz sentido para você”, orienta a coach Rebeca Toyama, de São Paulo. Descubra a seguir se está na hora de partir para outra.



1

## VEJA COM OUTROS OLHOS

Seja honesta consigo mesma. Se o projeto em que está envolvida começa a lhe causar certo incômodo, o primeiro passo é assumir que algo não vai bem. Faça uma análise sincera de seus sentimentos em relação ao problema: você sente dificuldade em aceitar que não existe chance ou ainda enxerga alguma possibilidade naquilo?

2

## FAÇA AS CONTAS

O negócio vai bem, mas você ainda precisa investir o próprio dinheiro. Construir um nome e conquistar clientes demanda tempo. “Dependendo do tipo de atividade, pode demorar de dois a cinco anos para o retorno”, lembra a planejadora financeira Leticia Camargo, do Rio de Janeiro. Se nada aconteceu ainda, insistir pode colocá-la em risco. “Quando os cálculos demonstram que vai demorar muitos anos para equilibrar as contas, chegou a hora de desistir”, diz Denise Damiani, consultora estratégica de empresas, de São Paulo.

3

## MANTENHA OS PÉS NO CHÃO

Se pensa em matar um projeto de onde tira seu sustento (por exemplo, ao trocar de carreira ou emprego), faça antes um pé de meia. “O ideal é ter uma reserva que cubra seus gastos por pelo menos seis meses”, aconselha a planejadora Leticia. Lembre-se de que seu padrão de vida pode sofrer mudanças. “Em geral, quem muda de carreira recomeça do zero, em posições menos importantes e com salários mais baixos”, avisa a coach Rebeca Toyama.

4

## Largue o osso!

Mesmo depois de analisar a questão sob vários prismas, as dúvidas tendem a permanecer. “Nessa fase, você será desafiada por uma série de perguntas que pode arrefecer seu ímpeto exterminador: ‘Será que conseguirei ter outra ideia melhor? Estou desperdiçando um bom projeto? Vale tentar mais um pouco?’”, diz Carolina Nalon, da Tiê Coaching, em São Paulo. Lembre-se de que já não funcionou uma vez. Desapegue-se logo e anime-se para encarar novos desafios.



## APRENDA COM OS ERROS

Você finalmente conseguiu seguir em frente e não tem a menor ideia de como vai substituir o antigo projeto? “Aproveite para estudar, trocar ideias, seguir pessoas que a inspiram nas redes sociais”, recomenda Rafaela Cappai, autora do livro *Criativo e Empreendedor, Sim Senhor* (edição independente). Também dá para pedir ajuda a um coach de carreira ou a um amigo que passou pela mesma experiência. Esqueça a ideia de que histórias de sucesso acontecem repentinamente. “Quando vemos pessoas criando empresas ou produtos milionários, tendemos a acreditar que foi da noite para o dia, que foi fácil”, diz Luiza. Provavelmente, o sucesso só foi alcançado porque houve muita dedicação e aprendizado com outras tentativas, quase sempre ruins.

