

SERÁ QUE  
VOCÊ TEM  
QUE CHEGAR  
AO TOPO DA  
CARREIRA?

# sexo lacrado

como nunca se viu!

- festival NOVA de cinema erótico
- striptease express: aulas superhot
- os prazeres proibidos que são os novos 'básicos' na cama

## dieta do suco de Hollywood

- nossa repórter perdeu 4 quilos em 9 dias!
- esforço zero 20 maneiras de ficar 3 quilos

# magra

## viciado em você


como fazer seu casamento ser ainda melhor que o namoro

## fama e poder em 5 lições by beyoncé

cabelo e make para arrasar na entrevista de emprego, na balada...

[www.nova.com.br](http://www.nova.com.br)

ISSN 0104-169X R\$ 10,00  
00442  
9 770104 169002



# PLANO DE CARREIRA? NÃO, OBRIGADA

VOCÊ ADORA SEU TRABALHO, MAS, ENQUANTO SUAS COLEGAS ESTÃO SE DIGLADIANDO POR UMA PROMOÇÃO, PENSA QUE PREFERE DITAR SEU RITMO A TRANSFORMAR A PROFISSÃO NO CENTRO DAS ATENÇÕES. NÃO, NÃO É DESCASO. PRIORIZAR A VIDA PESSOAL JÁ É A OPÇÃO DE MUITAS MULHERES EM BUSCA DE OUTROS TIPOS DE SATISFAÇÃO. E NÃO HÁ NADA DE ERRADO NISSO. **ANGELA SENRA**

SEU TRABALHO TRAZ PRAZER, RECONHECIMENTO, vitórias. Você já provou que consegue, que é competente e talentosa. Mas, quando vê uma colega de mesa ou um executivo da empresa dizer que deve se matar para obter sucesso rápido, é possível que você se pergunte: “Será que quero ir tão longe? Tenho que decidir agora sob pena de minar meu futuro profissional para sempre? Num ambiente competitivo como o de hoje, se sente um ET quem não ambicionar o cargo de presidente da empresa — afinal, é o que todo mundo quer, não é mesmo? Nem sempre, amiga. Cresce o número de mulheres que preferem ter qualidade de vida a ocupar a cadeira na diretoria da empresa. Ao contrário do que mui-



tos pensam, elas não querem abrir mão da carreira nem têm vocação para Amélias do século 21. Apenas defendem a máxima “Trabalhar para viver, e não viver para trabalhar”. É o caso da advogada Marina Briganti, 26 anos. “Sou apaixonada pela minha profissão, porém ela me consome. Não tenho tempo nem para fazer um curso.” A rotina apertada tem prazo de validade: em breve, Marina pretende dar adeus às horas no fórum e se dedicar a um cargo público, com carga horária reduzida.

### **DÁ UM TEMPO, CHEFE!**

Decisões como a dela ainda soam incompreensíveis para alguns patrões, que, segundo o consultor de carreiras Fernando Montero da Costa, da Human Brasil, costumam relacionar a escolha como falta de comprometimento. Renato Grinberg, diretor do site *Trabalhando.com.br*, concorda. “As corporações procuram pessoas com espírito de liderança e comprometimento. Até as que permitem flexibilidade de horário exigem disponibilidade total dos funcionários.” Se servir de consolo, a realidade tem tudo para mudar. “A maioria dos profissionais que estão entrando no mercado nasceu na década de 80 e faz parte da geração Y”, explica Renato Trindade, diretor-presidente da Bridge Research. E o perfil deles é bem parecido com o seu: pessoas inquietas, imediatis-

tas, com facilidade de comunicação e que, apesar de valorizarem a carreira, têm outras prioridades na vida.

O emprego faz você se atrasar para a aula de dança de que tanto gosta? Em vez de trocar o horário do curso, é possível que prefira trabalhar em outro lugar. A assistente de marketing A., 26 anos, integra esse grupo. Ela é do tipo que dá o sangue pela empresa — só em horário comercial. “Saio pontualmente às 18 horas. Não sonho em ser chefe nem deixo de encontrar meu namorado ou frequentar o centro espírita por causa do trabalho.” E será que A. vai se dar mal? Não necessariamente. Para a psicóloga organizacional Rosania Bueno, da RB Consultoria, uma funcionária que não almeja ser promovida tem lugar cativo na corporação, pois vira expert em seu cargo. Nem sempre uma ótima vendedora vai ser a melhor gerente, por exemplo. Pode render mais para a loja permanecendo na função que domina. “Existe o estigma de que a competência está ligada à ambição. Na verdade, os gestores também precisam de colaboradoras que se identifiquem com a vaga e não passem o tempo todo disputando outra”, afirma.

## A ESCOLHA DE SOFIA, ALINE, JULIANA...

Na teoria, tudo vai bem, mas, na prática, jurar lealdade a si mesma, e não à empresa para a qual trabalha, é uma decisão ousada, quase malvista pelos colegas de mesa ultracompetitivos. Mesmo assim, se for a opção que faz você 100% feliz, mergulhe de cabeça. A mineira Aline Cântia, 28 anos, por exemplo, se formou em jornalismo e, em vez de se trancar numa redação, mudou-se para Goiás para dar aulas em uma comunidade quilombola e cursar mestrado em literatura. Pouco depois, arrumou um emprego na faculdade. “Não durou muito tempo, pois me sentia presa. Virei contadora de histórias, professora itinerante de oficinas de educação, arte e música. Muita gente acha que sou hippie, não entende meu trabalho nem como ganho dinheiro. O que importa é que me sinto realizada, só que fora do esquema tradicional.”

Quem também sofreu com o julgamento dos outros foi a paulistana Juliana Daleva Silva Oliveira, 25 anos. Assim que se formou em turismo, conseguiu um emprego em um renomado hotel em Washington DC, nos Estados Unidos. Dois anos depois, recebeu um convite para ser supervisora de alimentos e bebidas em outra unidade da mesma rede, no Canadá. Quando a empresa estava providenciando sua naturalização, pediu demissão e se mudou para Anápolis, no interior de Goiás. “Assim que anunciei a mudança, todo mundo foi contra minha decisão, mas cansei de morar longe da família, do namorado e de amigos, de perder eventos importantes como formaturas e casamentos. Amo o que faço, mas percebi que não era feliz quando trabalhava mais de 16 horas por dia, inclusive nos fins de semana. Agora, procuro um emprego que me permita viver.” ★

## VOCÊ TRABALHA PARA VIVER OU VIVE PARA TRABALHAR?

Para saber se a sua felicidade está mais ligada aos trunfos na carreira ou à qualidade de vida, pedimos à psicóloga Rosana Bueno que preparasse este teste. Você faz de tudo para crescer ou trabalha quietinha, rezando para ninguém cobrar uma missão em suas mãos? Assinale a opção que tem mais a ver com a sua realidade profissional e descubra.

1. Quando seu gestor delega um trabalho, você pede para ele explicar a necessidade da tarefa e como quer que ela seja executada.

sim  não  talvez

2. Normalmente, você preserva a vida pessoal mesmo tendo uma vida profissional.

sim  não  talvez

3. Em uma reunião, você corrige seu diretor caso ele dê alguma informação errada.

sim  não  talvez

4. Se for a escolhida para uma vaga e descobrir que a empresa faz testes com animais vivos, recusa a contratação por ir contra seus valores.

sim  não  talvez

5. Tecnologia faz parte da sua vida dentro e fora da empresa.

sim  não  talvez

6. Seu gestor oferece uma promoção. Você está feliz no cargo que exerce, mas mesmo assim aceita o desafio.

sim  não  talvez

7. Assim que começa em um novo trabalho, almeja chegar a um cargo gerencial.

sim  não  talvez

8. Quando não gosta do ambiente de trabalho, você faz tudo para mudar de área ou de empresa.

sim  não  talvez

9. Você está em um emprego há seis meses e seu gestor demonstra gostar do seu trabalho. Porém, se receber uma proposta para uma empresa mais moderna, aceita.

sim  não  talvez

10. Você está sempre em busca de desafios no seu emprego.

sim  não  talvez

### PONTUAÇÃO

Some 5 pontos para cada resposta “sim”, 1 para cada “não” e 3 para cada “talvez”

**30 a 50 pontos** Ser bem-sucedida é sua maior meta. Para conseguir isso, costuma chegar cedo e sair tarde do escritório, se atrasar para as happy hours e até desistir de cursos por não “caberm” na sua agenda. Tome cuidado apenas para não sufocar sua vida pessoal a ponto de sentir um vazio, cansaço extremo ou solidão.

**11 a 29 pontos** Você acredita que carreira e vida pessoal precisam andar juntas, equilibradas. Para isso, administra bem o tempo, se dedicando integralmente ao emprego durante o horário comercial, mas sabendo a hora de largar o mouse e cuidar de si mesma.

**10 pontos** Você é do tipo que não vê na carreira sua maior realização. Apesar de pessoas com o seu perfil serem importantes para as organizações, deve ter cuidado para não se acomodar e acabar desmotivada. Procure desenvolver novas competências e pedir feedback. Assim, vai continuar crescendo no ritmo e dimensão que deseja.