

## **Entrevista para o Jornal da Catho Online - Existe hora certa para mudar de emprego?**

Por mais que tentemos encontrar respostas certas, preestabelecidas e que não nos deixem margem para futuros arrependimentos, mágica não existe. E, eventualmente, todos nós passaremos pelo dilema de aceitar uma nova proposta de trabalho ou continuar no emprego atual, estável. A questão é: existe hora certa para mudar de emprego? Cada caso deve ser analisado individualmente, e os prós e contras devem ser considerados.

A motivação para que uma troca de emprego ocorra nem sempre acontece pelos fatores salário, cargo ou ambiente, como podemos, sem análise, imaginar. As pessoas mudam. As aspirações que um profissional tinha no começo de carreira podem não ser mais as mesmas; elas podem ter se transformado e o trabalho atual não as supre mais. "As pessoas mudam, evoluem, se renovam e, muitas vezes, os sonhos que tinham aos 20 anos de idade não correspondem mais aos desejos que têm aos 40. O estilo de vida das pessoas muda, o mundo também. De repente eu tinha uma ideia sobre carreira e, em determinado momento, percebi que não era bem isso que eu queria pra minha vida. Então, além desses aspectos como dinheiro, cargo e ambiente, existem aspectos pessoais que acabam afetando", diz **Lígia Guerra**, psicóloga e autora do livro "O segredo dos invejáveis".

Lígia conta que quando um profissional não tem mais perspectiva de crescimento no atual trabalho, quando não consegue encontrar novos desafios em sua carreira e começa a sentir uma grande desmotivação em ir trabalhar, é hora de começar a acender todos os alarmes para verificar o que está acontecendo e tentar perceber se isso é um momento pessoal que está refletindo no profissional ou se realmente é seu momento profissional, se sua carreira simplesmente estagnou. Se você consegue perceber claramente essas diferenças, se seu momento profissional pede transformações, então talvez sim, seja hora de mudar. "Eu entendo que a hora certa para esse tipo de mudança é aquela em que você se sente realmente preparado e tem condições para fazer essa transição. Você precisa, também, ter condições financeiras para arcar com essa decisão, pois ser extremamente romântico não funciona no mundo corporativo, no mundo de trabalho. Você precisa ter condições para se manter, às vezes, por meses, e isso é fundamental. Outro ponto importante é ter um guru para bater um papo, trocar informações e ver se nossas percepções realmente estão de acordo com aquilo que está acontecendo, pois às vezes estamos depressivos com o trabalho e deixamos de enxergar coisas importantes no caminho", diz Lígia.

O maior medo de quem está prestes a fazer uma transição de emprego ou de carreira é o do arrependimento. Dúvidas como "será que eu estou dando o passo certo?", "será que realmente esse caminho é o melhor pra mim?" e "e se não der, como vou resolver isso?" são muito comuns. A maioria delas é motivada por receio de ficar exposto a uma situação financeira de risco. Pensar na transição quando já se tem certa segurança monetária e fazer boa avaliação dos prós e contras servem para que os riscos sejam diminuídos e a tensão emocional seja aliviada. "Mas sempre é bom lembrar que a vida é correr riscos. Se você procurar demais por garantias, acabará ficando estagnado", alerta Lígia.

Para tomar uma boa decisão, alguns outros aspectos também devem ser levados em

consideração. Será que você realmente está enxergando todas as possibilidades de crescimento dentro da sua empresa? Como essa mudança vai afetar sua família, suas relações? "Quem compartilha contas em casa e quem tem responsabilidades econômicas deve estar ciente que sua decisão afetará a vida de outras pessoas também, então, é sempre bom conversar com a família antes. Isso faz com que a pessoa se sinta mais segura, evitando cobranças posteriores", salienta Lígia.

Outra preocupação de quem está prestes a trocar de empresa é como fazer esse movimento de forma mais ética possível. E, nesse sentido, os especialistas são unânimes: seja franco. "Ser honesto e transparente, além de informar a empresa atual os reais motivos que o estão conduzindo a optar pela troca é o ideal. Também é preciso levar em consideração a necessidade de negociar com o atual empregador o tempo mínimo necessário para ser efetivada sua substituição e/ou conclusão de algum trabalho/projeto no qual esteja diretamente envolvido", aponta **Carlos Ernesto**, psicólogo e consultor empresarial.

Compartilhar com seu superior imediato e com as pessoas que contam com o seu trabalho sua real intenção é o caminho mais assertivo. A atitude de comunicar a empresa da sua insatisfação com seu trabalho, expor que não está mais motivado como anteriormente e pedir feedbacks pro seu superior e pra sua equipe de trabalho, são vistas com bons olhos pelos especialistas, pois às vezes essas pessoas podem estar vendo alguma deficiência que o profissional em questão não esteja. "De repente ele até resgata a vontade de trabalhar no grupo. Mas se a saída for uma decisão já tomada, então a melhor coisa é colocar as cartas na mesa e dar a justificativa mais honesta possível, porque no fundo a gente percebe quando o profissional está falando de forma coerente", justifica Lígia.

E como bons conselhos, nessa hora, nunca são demais, Lígia ainda diz que o profissional deve se atentar e redobrar os cuidados para garantir que está sendo levado a essa mudança pelos motivos certos, se ele realmente está entendendo o que o está incomodando.

"A hora certa de mudar de emprego depende da necessidade e da oportunidade que surgem na vida da pessoa. Não obstante, é de fundamental importância que se avalie se essa oportunidade é compatível com o projeto de vida do indivíduo", diz Carlos Ernesto. É preciso garantir se o trabalho ofertado tem, de fato, a ver com o perfil do profissional, e, nesse sentido, saber o máximo possível das condições e das atribuições da nova vaga é imprescindível. "Tem gente que sonha ter seu próprio negócio, mas não gosta da instabilidade, de ser autônomo. Ou tem autônomo que quer entrar numa organização fechada, cheia de normas, regras, mas ele não gosta disso. Às vezes, as pessoas criam ilusões que não têm a ver com o perfil delas, e perceber isso é sinal de maturidade", finaliza Lígia.

Fonte: [http://www.catho.com.br/jcs/inpuer\\_view.phtml?id=11208](http://www.catho.com.br/jcs/inpuer_view.phtml?id=11208)