COMPORTAMENTO

# Mudança de vida

Comissária de bordo dá tempo na profissão para se dedicar à família



Entre os inúmeros desafios da maternidade, um deles em sido cada vez mais frequente: mulheres que tomam a decisão de sair do mercado de trabalho para cuidar do filho, principalmente durante o primeiro ano de vida do bebê.

Para a caxiense Lisnei Cassini da Cunha, 38 anos, radicada em Porto Alegre, o sonho de trabalhar como comissária de bordo comecou quando fez um curso há 19 anos. Em 2001 conseguiu passar pelo longo processo de seleção e começou a trabalhar na Companhia Aérea da Tam. Desde então já são 16 anos na mesma empresa.

 Foi a realização de um sonho que parecia distante, visto que a minha família não possuía recursos financeiros. Ainda lembro do anúncio no jornal Pioneiro da escola de aviação que dizia: "venha ser comissário de vôo". Foi então que fui buscar mais informações sobre a profissão e me apaixonei na hora. Passei a sonhar com aviões, com o uniforme, com os lugares que viria a conhecer. Era perfeito! – conta.

Lisnei lembra que durante o período de curso recebeu críticas, inclusive de pessoas próximas, devido aos poucos recursos e díficuldades que enfrentaria uma moça do interior tendo que viajar para São Paulo para participar das entrevistas.

- O que importava para mim é que a minha família, apesar das dificuldades, sempre me apoiou fazendo o possível e o impossivel para que eu pudesse realizar meu sonho – desabafa.

Durante todos estes anos, Lisnei estudou idiomas como italiano e inglês. A partir de 2008, a comissária passou a fazer parte dos vôos internacionais, traba-Ihando na classe executiva.

SEGUE

Mudar de profissão significou sofrer julgamentos







## "Talvez tenha chegado a hora de procurar novos desafios"

lie Cunha, 41, o casal tem uma filha de três anos, a Mariana.

seguir no meu trabalho e deixar a pequena em casa? Foi muito de- estão mudando. Sente muita falta muitos lugares ao redor do mundo, apenas quando possível. safiador voltar ao trabalho, sendo de estar com a família, principal- levou o marido e a filha para conheque resido em Porto Alegre, traba- mente aos finais de semana. lho em São Paulo de onde partem

dessas coisas. Quando estou viajan- meu coração – completa. do, o meu marido cuida da nossa fi-

A aviação me proporcionou coi-

realizar um outro sonho, o de ser meu marido em Rio Grande. Parece amizades que fiz, histórias que ouvi vão de passageiros. É muito gratifimãe. Casada há 11 anos com Char-confuso, mas vida de comissára tem e que sempre permanecerão no cante poder levar a família enquan-

Mas a profissão proporcionou – E agora, como eu faria para lha sozinho, é um paizão! – destaca. algo que dificilmente outras fa- juntos para Miami, Nova lorque e Hoje confessa que as prioridades mílias farão. Como ela conheceu Milão. São viagens esporádicas, cer alguns deles também.

Sempre amou voar, mas queria mília mora em Caxias do Sul e a do isso. Todos os lugares que conheci, de idade. Eu vou trabalhando e eles to trabalho – explica.

Lisnei lembra que já viajaram

 Talvez tenha chegado a hora de procurar novos desafios, um novo – Sempre que possível levo-os co-sonho, mas desta vez, bem pertios vôos internacionais, a minha fa- sas maravilhosas, sou muito grata a migo. A Mariana vai desde um ano nho das pessoas que eu amo diz.

✓ Dê tempo ao tempo: a rotina de vocês vai sendo entendida aos poucos. Tanto por você quanto para seu(s) filho(s). Observe as reações de vocês ao longo do processo para conseguir

de crianças pequenas relatam chigan, nos Estados Unidos, (em 31% dos casos). que ouviu 475 mulheres com

co anos de idade. Excesso do criticismo, se- de outras mães que encongundo especialistas, aumentram em público (12%) e de ta a tensão envolvida na pessoas nas redes sociais criação dos filhos e traz mais (7%).

Mais da metade das mães prejuízos do que benefícios. Ao todo, 61% das mães ouvir críticas sobre o modo entrevistadas relataram já tecomo criam seus filhos, prin- rem sido criticadas por suas cipalmente em relação à dis- escolhas enquanto mães. As ciplina, alimentação, sono e críticas vêm de seus próprios amamentação. Conforme um pais (em 37% dos casos), de estudo do Hospital Infantil CS seu companheiro (em 36% Mott, da Universidade de Midos casos) e de seus sogros

Também houve relatos, ao menos um filho de até cin- embora menos frequentes, de críticas de amigos (14%),

# "Algumas mães estão se voltando à criação dos filhos", diz especialista

ne Marcovecchio (CRP 06 74914), foi muito comum, em outros tempos, os famílias atenção com suas carrei- estão descobrindo outras ras no sentido de não se habilidades para poderem preocuparem exatamente ter renda sem necessariacom as horas trabalhadas. mente estarem ligadas à O que importava era che-rotina de 8 horas ou mais gar à liderança, crescer.

 Atualmente estamos mais próximas dos filhos, dos pais idosos, de seus irmãos e, principalmente, terem mais qualidade de deste fora do ambiente de trabalho – explica.

Mais acesso aos conteúdos sobre qualidade de vida e às informações e mais casos de doenças como hipertensão, por exemplo, foram fazendo

que se antes a necessi- conclui.

Pesquisa revela que

61% são criticadas

Como já ocorreu em dade era a mulher ir para décadas anteriores, as o mercado de trabalho pessoas estão mais preo- firmar sua posição, hoje cupadas com os valores algumas mães estão se e o resgate dos laços fa- voltando à criação dos miliares. De acordo com filhos, repensando suas a psicóloga, coach e con-carreiras, empreendendo, sultora de carreira, Lucia- trabalhando no modelo "home office", para poderem ter mais dedicação às

horas de trabalho diárias. Com isso, os homens tamvendo uma mudança nes- bém têm compreendido tes paradigmas. Muitas melhor o papel de pai, a pessoas perceberam a necessidade de proximinecessidade de estarem dade com seus filhos - diz

Luciane conta que alguns profissionais estão mudando de carreira, protempo, no sentido do uso fissão e até mesmo geograficamente, pensando na economia de tempo para que possam se dedicar mais a si mesmos, à saúde e à família.

Tenho clientes mudando completamente seu rumo e seu planejacom que as pessoas re- mento, realizando signifipensassem suas relações cativas alterações em seus com a vida, com o traba- cargos. Alguns mudam de lho, consigo próprios e cidade, estabelecem nocom tudo o que cerca suas vas rotinas, preferem ganhar menos, mas não ficar Luciane ainda lembra o dia todo no escritório –

### Meus sonhos eram sem limites, minha realização e meu maior foco era suprir sempre as necessidades da empresa e ser reconhecida por tamanha determinação – lembra. Quando a Celine nasceu em 2009, os amigos do trabalho fizeram parte deste novo momento e isso foi muito importante porque conseguiu manter a mesma rotina e atividades que sem-Deixou tudo esquematizado para retornar

Cristiane Monteiro de Oliveira, 33 anos, começou a trabalhar aos 16 como menor aprendiz em

uma escola de informática. Aos 19 conseguiu uma oportunidade de trabalho onde permaneceu de 2003 a 2012, período em que acredita ter amadurecido e aprendido muito profissionalmente, já que tinha auxílio de grandes gestores,

no qual proporcionaram cinco oportunidades

de crescimento dentro da empresa.

logo ao trabalho. Com o coração dividido por deixar a filha na escolinha com apenas cinco meses, voltou porque acreditava naquele momento que precisava continuar crescendo na empresa.

O tempo foi passando e, de certa forma, o amadurecimento vai mostrando uma visão diferente da vida. Dinheiro e sucesso são necessários, mas não essenciais e, princípios não são negociáveis.

- Nao entendendo direito o que estava acontecendo dentro de mim, sai da empresa, quando me desliguei do lugar em que amava trabalhar, tentei me encaixar em mais três empresas em Caxias, mas todas com frustrações de que o que eu estava fazendo não era o que realmente queria estar fazendo. Fui percebendo que a atenção que minha filha e família estavam precisando não estava sendo suprida – desabafa.

E quando percebeu isso, sentiu um conflito interno muito grande, de que abrir mão neste momento da carreira profissional de sucesso poderia ser um ato de anulação pessoal.

- Muitas vezes fui julgada desta forma, mas confesso que foi a melhor escolha da minha vida. Quando pude ficar em casa com a minha filha, comecei a perceber a preciosidade de estar disponível para ela, curtindo cada fase, cada descoberta e perceber que ela foi entregue aos meus braços perfeita. Acredito que essa seja a minha missão e a do meu esposo: impulsionar ela a ser uma pessoa de bem. Somos responsáveis por uma geração saudável. Tercerizar a criação dela, não estava me fazendo bem - explica.



## Nova etapa

Hoje, as manhãs de Cristiane são dedicadas à família e algumas tardes trabalha na produtora do marido, onde realiza atividades sociais na comunidade Cristã Vinho Novo em que congrega compartilhando experiências de vida mediante ao que Deus tem feito.

- Me sinto uma mulher realizada, segura, capaz, determinada, super mãe e esposa. E isso nao tem preço que pague. Tenho a certeza que estou no caminho certo e que nada melhor que o tempo para vermos que sempre existem possibilidades e caminhos que nos tornam verdadeiramente realizados em todas as áreas de nossas vidas, basta sabermos e entendermos o caminho certo – afirma.

Para finalizar, Cristiane conta que, com toda essa mudança, a família precisou readequar as finanças.

– Isso serve de alerta para quem tiver pensando em tomar a mesma decisão do casal – conclui.

## DICAS PARA AUXILIAR NA ROTINA DE MÃES QUE TRABALHAM EM CASA

Organize os horários de trabalho de acordo com os horários da criança: de nada adianta acordar cedo ou dormir tarde para comecar uma tarefa se o seu filho precisar da sua atenção naquele momento. Procure adequar as modelo novo? Se ele já tiver idade suficiente suas atividades que exigem maior concentração para isso, ofereça giz de cera e papel para verem na escola ou que tenha ajuda de alguém.

✓ Flexibilidade é essencial: por mais que você se organize, nem sempre irá conseguir terminar as tarefas em apenas um momento. Acostume-se com as interrupções, ao invés de irritar-se. Bom humor é fundamental.

Inclua atividades que podem ser realizadas junto com seu filho: vai desenhar um na hora da "naninha", quando as crianças esti- seu filho e peça que ele "ajude a mamãe". A produtividade não vai ser a mesma, mas assim você consegue interagir, brincar e adiantar um pouquinho do trabalho, tudo ao mesmo tempo.

> ✓ Evite cobrar demais de si mesma: ○ melhor alimento para a falta de criatividade é a um esquema de trabalho mais realizador e feliz.

falta de diversão e horas de descanso. Estresse então, nem se fala! Trabalhar em casa fazendo algo que você gosta e na companhia dos filhos não é fácil, mas deve ser fonte de realização ao final de cada dia. Se os seus dias são repletos de estresse, desordem e frustrações, pare, pense e