

CLAUDIA

REFRESQUE SUA **BELEZA**

OS BENEFÍCIOS
DO DETOX CAPILAR

**TRUQUES E
PRODUTOS PARA
ILUMINAR OS OLHOS**

OS TONS DE ROSA
QUE RENOVAM
O MAKE

RECEBA À **ITALIANA**

O prestigiado chef
Salvatore Loi ensina a ir
além da macarronada

PEDE PRA FICAR!

Wagner Moura
estreia em série
do Netflix. E falou
com a gente até
sobre política

TEM NOVIDADE NA MODA

Pantacourt,
pantalona,
cintura alta...
Os modelos
de calça que
vão pegar
nesta estação

Giovanna Antonelli

"Eu coloco metas
a ser cumpridas.
Há dez anos,
queria realizar o
que faço hoje"

No limite

JÁ PASSOU
DA HORA DE
DIZER **NÃO**
AOS SEUS
FILHOS

CRIME CONTRA A MULHER

A chocante
impunidade nos
casos de estupro
nas universidades

CONQUISTE SEU ESPAÇO

EM CASA APRENDA A SE ORGANIZAR E GANHE TEMPO!

NO AMOR COMO RECONSTRUIR SUA VIDA
DEPOIS DO DIVÓRCIO

NO TRABALHO NEGOCIAR É PRECISO.
E HÁ UM JEITO CERTO DE FAZER ISSO



O que eu faço?

COLABOROU VICTÓRIA DELLA MANNA



Um colega aceita presentes de clientes e, em troca, dá preferência a eles. A empresa proíbe essa conduta.

A quem devo reclamar?

Infelizmente, situações como essa são frequentes.

"As pessoas se deixam levar por 'mimos' e acabam tendo atitudes antiéticas", diz Alessandra Vieira Fonseca, coach executiva da Consulta RH, em Brasília. Ela indica pedir esclarecimentos para o setor responsável (em geral, o departamento de recursos humanos): "Pergunte se foi definido um limite para os presentes e se esse valor está claro para os colaboradores". Livia Nakaguma, psicóloga e coach, de Niterói (RJ), alerta que, para preservar o convívio e sua imagem, é importante tomar cuidado – reclamações como essa podem parecer inapropriadas e você corre o risco de ficar com fama de dedo-duro. Entretanto, se a atitude do colega atrapalhar seu trabalho, não há dúvida de que vale a pena tomar uma providência. "Converse com seu chefe e peça orientação", aconselha Livia. Caso a situação persista e a chefia se abstenha, avalie se quer mesmo trabalhar em um local onde seus valores são colocados em xeque.

Uma amiga às vezes exagera na intimidade com meu marido: encosta muito, liga para pedir conselhos...

Ele parece não se importar, mas isso me incomoda. Outros já repararam. E agora?

É normal que a situação a incomode, tanto pela invasão da amiga quanto pela (não) reação do seu marido. E a única forma de contornar isso é deixando clara a sua posição. "Ninguém é capaz de descobrir o que passa na sua cabeça", diz Flávio Torrecillas, psicólogo especializado em relacionamentos amorosos, de Belo Horizonte. Essa angústia, quando não exposta, pode afetar a convivência e acabar afastando você dos dois. Então, prepare-

-se para ser sincera logo.

"O comportamento de um depende do outro. Por isso, é importante que você converse com ambos, separadamente, sobre como acha desagradável quando a relação parece íntima demais", afirma Margarida Antunes Chagas, psicóloga clínica, de São Paulo. "Diga que outras pessoas já comentaram com você sobre o assunto e dê exemplos de momentos em que se sentiu desconfortável", sugere ela.

Meu namorado acha casamento uma bobagem. Diz que, no máximo, topa uma união estável. Mas eu gostaria de casar de verdade. Estou errada em insistir?

O casamento pode ser muito significativo para alguns e, para outros, nem tanto. Pergunte-se por que é tão importante para você e qual o grau de comprometimento do casal hoje. Será que cada um encara a relação de forma diferente? Por exemplo: vocês dois têm planos em comum ou ele evita pensar a longo prazo? "Em seguida, conversem de forma franca", indica Michelli Dujé, psicóloga especializada em psicoterapia de casal, de Curitiba. Tentem entender

o que é possível negociar. O advogado de família Ricardo Funcasta Junior, de São Paulo, destaca que a Constituição iguala o casamento civil com o casamento religioso quanto ao patrimônio comum de bens à união estável: se houver separação, só os bens adquiridos durante o período juntos são divididos. "Mas em ambos pode-se optar por outro regime", avisa ele. Em caso de herança, no entanto, há diferença. Grosso modo, a divisão dos bens é menos vantajosa para o parceiro quando só há união estável.

MANDE SUA PERGUNTA OU OPINIÃO SOBRE DILEMAS DO COTIDIANO PARA FALECOMCLAUDIA@ABRIL.COM.BR