

E se o que está faltando não for fé? Como reconhecer a hora de mudar de estação.

Decisões, mudança profissional, empreendedorismo e novos começos.

Descubra como transformei uma história real em um método de movimento e propósito.

APRESENTAÇÃO E CONTEXTO

Em diferentes fases da vida, pessoas com sonhos, valores e convicções bem definidos podem encontrar dificuldade para transformar intenções em decisões. Entre responsabilidades familiares, exigências profissionais, inseguranças financeiras e expectativas externas, é comum permanecer em situações que já não correspondem às próprias necessidades e perspectivas de futuro.

A palestra propõe uma reflexão sobre a relação entre fé, coragem e atitude diante das mudanças. Em vez de apresentar o recomeço como um ato impulsivo, convida o público a considerar a importância da consciência, do preparo e da responsabilidade na construção de novas possibilidades. O conteúdo dialoga com experiências do cotidiano e com desafios vividos por quem busca alinhar trabalho, escolhas pessoais e valores.

OBJETIVO DA PALESTRA

Estimular uma reflexão prática e inspiradora sobre a capacidade de reconhecer momentos de transição, superar a imobilidade diante das incertezas e desenvolver uma postura mais consciente diante das decisões. A proposta é mostrar que acreditar em uma mudança e agir em direção a ela são dimensões complementares, e que cada pessoa pode construir seu caminho considerando sua própria realidade.

TEMAS ABORDADOS

1. Identidade, expectativas e escolhas. Reflexão sobre como rotinas, conquistas e compromissos podem influenciar a percepção de sucesso, a satisfação pessoal e a liberdade de fazer novas escolhas.
2. Sinais de transição e necessidade de mudança. A importância de observar os próprios limites, perceber situações de desgaste e compreender quando é necessário reavaliar prioridades, hábitos ou objetivos.
3. Fé, coragem e responsabilidade pessoal. A relação entre convicções, disposição para enfrentar o desconhecido e compromisso com decisões coerentes, evitando tanto a paralisia quanto atitudes precipitadas.
4. Possibilidades de recomeço. Caminhos para enxergar oportunidades em experiências desafiadoras, reconhecer competências já desenvolvidas e considerar alternativas profissionais, pessoais ou empreendedoras.
5. Empreendedorismo e construção gradual. Uma visão realista sobre começar com os recursos disponíveis, aprender durante o percurso, buscar conhecimento e desenvolver projetos com planejamento e consistência.
6. Propósito e contribuição social. O valor de conectar talentos, experiências e realizações à possibilidade de gerar impacto positivo na vida de outras pessoas e na comunidade.

ABORDAGEM DA PALESTRANTE

Ana Paula de Araújo Kishimoto parte de uma trajetória profissional de aproximadamente 25 anos em tecnologia, liderança e grandes empresas, seguida por sua transição ao empreendedorismo, à escrita e à atuação social. Sua vivência oferece um ponto de partida para discutir mudança de perspectiva, aprendizado contínuo e construção de

[ANA PAULA AK](#) | [MAPA PÚBLICO DA PALESTRA](#) | [ELO SOCIAL](#)

caminhos com propósito. A apresentação combina reflexão, exemplos contextualizados e estímulos à participação do público, sem propor uma solução única para realidades diferentes.

RELEVÂNCIA PARA O PÚBLICO

O tema é especialmente relevante em um cenário no qual mudanças de carreira, sobrecarga, busca de sentido no trabalho e desejo de empreender fazem parte da experiência de muitas pessoas. Ao tratar esses assuntos de maneira acessível, a palestra amplia o debate sobre escolhas conscientes e o desenvolvimento de uma visão de futuro que respeite circunstâncias, responsabilidades e valores individuais.

APRENDIZAGENS E RESULTADOS ESPERADOS

Ao final, espera-se que os participantes se sintam convidados a reconhecer áreas da vida que merecem atenção, compreender melhor seus desafios diante de mudanças, valorizar experiências anteriores e refletir sobre possibilidades concretas de evolução. A palestra busca fortalecer a autonomia, a esperança e a disposição para agir com responsabilidade, sem minimizar as dificuldades reais de cada trajetória.

PÚBLICO-ALVO

Profissionais em fase de transição ou reavaliação de carreira; empreendedores e pessoas que desejam iniciar um negócio; lideranças; mulheres em busca de desenvolvimento pessoal e profissional; integrantes de projetos sociais, comunidades e organizações interessadas em temas como superação, propósito e protagonismo.

MENSAGEM CENTRAL

A mudança de uma fase da vida não depende apenas do desejo de viver algo diferente. Envolve reconhecer a própria realidade, fazer escolhas e assumir, de maneira possível e responsável, uma postura ativa diante do futuro. Fé e propósito podem inspirar essa jornada, enquanto atitudes conscientes ajudam a torná-la concreta.

PALESTRANTE

Ana Paula de Araújo Kishimoto, empresária, escritora, mentora e ex-executiva de tecnologia. Fundadora da Body & Face Derm, idealizadora do projeto Ana Paula AK e autora de A Força que Gera o Milagre. Atua com iniciativas de empreendedorismo, desenvolvimento pessoal e impacto social.

www.anapaulaak.com.br | [@anapaula.ak](https://www.instagram.com/anapaula.ak)