

“Quando estou passando por algo complicado, eu lido apenas com aquilo. Não penso nos outros desafios da vida”, explicou. Foi essa abordagem que a ajudou a lidar com a lesão em 2021. Serena concentrou toda a atenção na recuperação, sem se preocupar com o futuro no tênis. “Eu nem sabia se algum dia voltaria a jogar. Naquele momento, minha única meta era viver, então não estava pensando na minha carreira”, relatou.

## Lidar com a falha

Segundo Serena, outra habilidade essencial para alcançar a excelência em diferentes aspectos da vida foi a capacidade de aprender com as derrotas e superá-las. “Ninguém gosta de falhar, é muito irritante. Mas acontece. Você não pode ficar esperando por isso, mas é importante ser realista e entender que falhas podem ocorrer — e saber como se recuperar delas”, afirmou.

Para a ex-atleta, as falhas são uma parte fundamental do processo, e ela garante que algumas de suas maiores derrotas foram res-

## A tenista que virou empreendedora

Depois de ter se aposentado como a maior tenista de todos os tempos, em 2022, Serena ampliou sua atuação além do esporte. Atualmente, ela é uma empreendedora de sucesso, com lançamentos de linhas de roupas, joias e sua própria marca de maquiagens — a Wyn Beauty. Ela também fundou a Serena Ventures, uma empresa de capital de risco focada em startups lideradas por mulheres e pessoas negras. Além disso, abriu duas escolas no Quênia e atua como embaixadora da Boa Vontade da Unicef.

ponsáveis por moldar sua trajetória de sucesso. “Eu não seria quem sou se não fosse pelo fracasso. E eu nem gosto da palavra fracasso, porque se você está tentando, você não está falhando. Não pode ser um fracasso se você está aprendendo com isso”, explicou.

Um dos momentos mais marcantes de sua carreira foi uma derrota inesperada logo na rodada inicial do French Open de 2012. Serena refletiu sobre essa experiência e aprendeu lições importantes, tanto como atleta quanto como pessoa. “Eu nunca tinha perdido no primeiro round em toda a minha vida. Eu me senti horrível. Foi muito difícil, mas aprendi com aquele momento e entendi o que precisava fazer para melhorar”, lembrou.

Após essa experiência, Serena deu início a uma nova fase em sua carreira, conquistando 10 Grand Slams. “Se eu não tivesse perdido aquela partida, as coisas poderiam ter sido diferentes. Talvez eu tivesse vencido só cinco ou seis títulos”, brincou. “Eu fiz dessa derrota não um fracasso, mas, sim, uma das maiores vitórias da minha carreira”, concluiu.

\*Estagiária sob a supervisão de Sibeles Negromonte

A estagiária viajou a São Paulo a convite do iFood

**Seu Cérebro = Sua Vida**

Diálogos sobre um cérebro que aprende

Um convite à transformação. Um evento único e exclusivo para despertar mentes e projetar futuros.

**15 DE OUTUBRO ÀS 18H30** CENTRO CULTURAL DE BRASÍLIA, ASA NORTE

Gratuito e vagas limitadas!  
Inscrições e informações (61) 9 9866-1285

QR CODE WHATSAPP QR CODE INSCRIÇÃO



Seja um aluno(a) do Método Supera e matricule-se com 20% de desconto. Consulte no Whatsapp as unidades participantes!