

## Mulher: Chegada aos 50 anos é marcada por reflexão e redirecionamento de propósitos

*Psicóloga Regina Silva utiliza arquétipos de Deusas Gregas para interpretar período de transição e propõe caminhos para estabelecer e alcançar novos objetivos*

As mudanças físicas que acompanham a chegada da mulher aos 50 anos representam apenas uma fração do que está por vir ao longo dessa etapa, inundada de ressignificações em diversas esferas, sejam elas profissional, familiar, afetiva ou social. De acordo com a psicóloga e *coach* Regina Silva, do GyraSer ([www.gyraser.com.br](http://www.gyraser.com.br)), essa é uma fase decisiva, quando se reavalia a vida e redefine o curso da jornada com um olhar mais experiente e focado em si.

Com expectativa de vida de 79,6 anos (2017), segundo o IBGE, as brasileiras maduras têm bastante tempo para ir atrás de seus sonhos. “Há muita estrada pela frente, mas talvez essa seja a oportunidade de dar uma guinada na vida. Por isso, é importante se questionar sobre os objetivos e o que realmente deseja alcançar deste momento em diante, para preencher as lacunas que não foram priorizadas até então”, analisa Regina.

Especializada em constelação sistêmica, a psicóloga desenvolveu um método exclusivo para auxiliar mulheres em suas jornadas de autoconhecimento por meio de [arquétipos de Deusas Gregas](#). A utilização dessas personas tem como objetivo ajudá-las a reconhecer tanto os entraves que as impedem de viver uma transição saudável, bem como identificar aquilo que as motiva nos diferentes âmbitos da vida.

“O ser feminino pode ser descrito com sete faces, e cada uma delas simboliza as diferentes características que manifestamos ao longo da existência. No entanto, há sempre uma ‘Deusa de frente’ que se impõe e o representa de maneira mais completa. Aos 50, com o estabelecimento de novas prioridades e o surgimento de novos desafios, a tendência é que um arquétipo ceda o lugar para outro”, explica.

Uma mulher que sempre vivenciou a energia da Afrodite, uma das sete personas trabalhadas por Regina, seja por meio do foco no corpo físico, na aparência ou na sedução, após os 50 anos, pode estar em busca de outras características e objetivos para seu futuro, porque uma nova Deusa passa a manifestar-se. “É preciso, então, pensar e

investir em outras qualidades que possam continuar trazendo sentido à sua jornada”, afirma Regina.

Muitas passam a exercer mais a visão empreendedora nessa fase, focando-se na realização profissional. “O mercado é difícil para as profissionais mais velhas, muitas vezes desvalorizadas em detrimento de indivíduos mais jovens e menos experientes. O caminho para essa Afrodite, no entanto, talvez seja investir ainda mais em suas habilidades de relacionamento interpessoal, abrir seu próprio negócio e trazer à consciência a racionalidade, organização e disposição para a liderança de Atena. Canalizar sua energia para uma característica em potencial que possa pavimentar o caminho”, exemplifica a psicóloga.

Outro caso que vem se tornando comum é o da mulher que desde jovem vivenciou seus aspectos Atena (planejamento, estratégia e liderança) e Ártemis (justiça e luta pelo bem comum), criando uma carreira sólida com sucessivas promoções pelas instituições em que passou. Após os 40 anos, no entanto, decide mudar de carreira e assumir seu lado Deméter (maternal). E, apesar da surpresa de todos, engravida ou adota uma criança e vive os anos seguintes realizada com a maternidade.

“A ‘transição de Deusas’ pode ser vivenciada de maneira tranquila ou com dificuldades, seja para assumir uma nova postura ou papel social. Não há problema em passar por complicações em meio às mudanças, mas é necessário ter consciência deste momento e disponibilidade para clarear as ideias e direcionar o rumo”, recomenda.

### **SERVIÇO:**

Workshop *Constelação da Mulher (Deusas Internas)*

**Local:** Vila Olímpia, São Paulo

**Data:** 27/04 (sábado)

**Horário:** das 8h às 17h30

### **Sobre o GyraSer**

Espaço especializado no atendimento e treinamento de pessoas visando o autoconhecimento e o desenvolvimento de suas potencialidades por meio de cursos e *workshops*. O GyraSer foi idealizado pela psicóloga Regina Silva, que possui 15 anos de experiência em constelação sistêmica e 28 anos em *coaching*. [www.gyraser.com.br](http://www.gyraser.com.br).