



 **Sergilene Lima**
Psicologia Positiva & Envelhecimento Positivo

Psicanalista em formação, especialista em Psicologia Positiva e Gerontologia, Psicoterapeuta Positiva, Geronteapeuta, Analista de Forças Pessoais, Agente do Florescimento humano, Cura e Transformação.

Seja bem-vindo!

Você conhecerá um pouco da minha trajetória e descobrirá como o meu trabalho poderá gerar equilíbrio e transformação nas vidas/atitudes profissionais dos seus colaboradores, na sua vida, processo de envelhecimento e carreira.



ÍNDICE

- QUEM SOU
- O SENTIDO DO MEU TRABALHO
- CONHECIMENTOS & SABERES
- REALIZAÇÕES & PROJETOS
- O QUE POSSO FAZER POR VOCÊ
- VALORAÇÃO DOS MEUS SERVIÇOS
- DESCRIÇÃO DOS MEUS SERVIÇOS
- ONDE ESTOU
- MINHAS MELHORES FRASES



QUEM SOU

Cearense, 57 anos, casada, sem filhos biológicos e com mais de três filhos de coração. Amo a vida e a transcendência de viver. Meu espírito é desbravador, curioso e determinado e minha essência é ser fervorosa, generosa e grata.

Aos 13 anos comecei a trabalhar com a beleza feminina, empreendendo em diversas áreas e adquirindo experiências que me ensinaram a importância da perseverança e da alegria que obtemos ao servir, assim como desenvolvi um grande senso de realização.

Comunico-me razoavelmente bem em francês, sou atriz de teatro amador, já produzi e vendi bijuterias, roupas, chocolates caseiros, trabalhei quase 30 anos na Saúde Suplementar, fui professora voluntária de educação religiosa, por mais de cinco anos fui coordenadora de grupos de jovens e adultos para orientação espiritual e aconselhamento, transmutei o sonho de ser psicóloga em ser profissional do desenvolvimento humano, psicanalista e psicoterapeuta positiva, atuando como agente do florescimento humano, cura e transformação.

Meu amor ao aprendizado fez com que minha vida acadêmica fosse exitosa, assim como minha alma ativa e participativa me leva a me envolver em diversas atividades e cursos, não à toa fui membro do Centro Cívico Escolar, destaquei-me entre os melhores alunos da graduação e recebi a Láurea por ter a melhor média do curso.

Tenho convicção de que foram essas características pessoais e as atividades extraescolares e profissionais, desde a pré-adolescência, que consolidaram meu espírito empreendedor, sedimentaram minha identidade colaborativa e agenciadora do cultivo do bem-estar do ser humano, ratificaram a integridade herdada dos meus pais e fortaleceram a esperança de ver uma sociedade formada por pessoas com vontade e sentido de viver, que florescem em autoconhecimento, aceitação de si e dos outros.



Após 13 anos de trabalho em Fortaleza-Ce, minha cidade de origem, a empresa de saúde suplementar me transferiu para Natal-Rn. Este processo me exigiu exercitar a força da bravura para enfrentar uma nova realidade, sozinha e sem conhecidos, mas o espírito desbravador e a resiliência me sustentaram e em terras potiguares eu casei, conclui minha graduação em Gestão de RH, fiz duas pós-graduações (Gerontologia e Psicologia Positiva) e algumas certificações em terapias voltadas para o desenvolvimento pessoal e emocional, além de estruturar um programa voltado para o processo de envelhecimento.

Aos 57 anos, aposentada, sou desenvolvedora de dois podcasts (PodRevalorizar e Chá, Café e Cerveja), autora de um cordel: “O Judaísmo-do Séc. VI a.c até nossos dias”; dois e-books: “Envelhecimento Positivo - Exercícios Práticos” e “Abraçando a Arte do Envelhecimento Positivo” e coautora do livro “Gestoras da Prosperidade”.

Presto atendimento presencial e online, realizo palestras, oficinas e workshops temáticos na área do autocuidado emocional e do envelhecimento positivo, atuo como Agente de Cura e Transformação, sou Psicanalista e Master em Psicologia Positiva, em formação.

Minhas características/recursos mais relevantes para viver bem e conseguir ter uma vida significativa, com engajamento e relacionamentos saudáveis são: **ESPIRITUALIDADE, AMOR AO APRENDIZADO, PERDÃO, PERSPECTIVA, GENEROSIDADE, ESPERANÇA e AMOR.**



O SENTIDO DO MEU TRABALHO

Despertar o sentido de bem-estar e autorrealização no outro, promovendo a transformação de padrões de negatividade para o alcance de significado do **Eu existo e posso ser melhor a cada dia**, florescendo, vencendo desafios, especialmente os emocionais, e entendendo que **“Ser Humano”** é inestimável.

#viveroprocessoparaalcançarresultado



CONHECIMENTOS

- ✓ Tecnologia em Gestão de Recursos Humanos, UNP
- ✓ Gerontologia, SENAC
- ✓ Psicologia Positiva: Ciência do Bem-Estar e Autorrealização, PUCRS
- ✓ Competências Profissionais, Emocionais e Tecnológicas para Tempos de Mudança, PUCRS
- ✓ Introdução à Psicanálise Integrativa, SBPI
- ✓ Character Strengths Interventor-CSI (Interventora com Forças de Caráter), INSTITUTO LÍDER FLOW
- ✓ Analista de Forças Pessoais, INSTITUTO LÍDER FLOW
- ✓ Agente do Florescimento Humano, Cura e Transformação, INSTITUTO LÍDER FLOW
- ✓ Estimulação Cognitiva, UNIFACEAR / FORMAÇÃO ATIVAMENTE
- ✓ Psicoterapia Positiva, INSTITUTO LÍDER FLOW
- ✓ Psicanálise (em formação), IBPC
- ✓ Master em Psicologia Positiva (em formação), INSTITUTO LÍDER FLOW



SABERES

PSICOLOGIA POSITIVA

Ciência que estuda e reforça o que é bom e forte no ser humano, ressignificando os aspectos que funcionam com alguma dificuldade e propondo uma visão de equilíbrio, cultivo e sustentabilidade das qualidades e recursos positivos que promovem o bem-estar.

PSICANÁLISE

Estudo sobre o funcionamento da mente humana que visa o tratamento de distúrbios mentais e neuroses, a partir da compreensão da conexão existente entre os desejos inconscientes, os comportamentos e sentimentos vividos pelo indivíduo.

PSICOTERAPIA POSITIVA (PPT)

Abordagem terapêutica que se apoia nos fundamentos da psicologia positiva e tem como objetivo o alívio do estresse e outras queixas psicológicas, explorando as forças e o que há de melhor no indivíduo para alcançar o equilíbrio e ficar bem.

FORÇAS DE CARÁTER

São características psicológicas que todos os seres humanos possuem e que podem ser utilizadas para ajudar cada um a viver de maneira mais plena, individual e coletivamente.

COMPETÊNCIAS EMOC. E PROFISSIONAIS

As emocionais são habilidades que transcendem ao intelecto humano e modelam a forma como o indivíduo consegue gerir as próprias emoções e se relacionar de maneira saudável consigo e com os outros. As profissionais são técnicas e comportamentos usados para realizar de maneira eficaz tarefas de uma função ou cargo.

GERONTOLOGIA

Estuda as experiências da velhice e o processo de envelhecimento em diferentes contextos biopsisocioculturais e históricos, além de investigar o potencial de desenvolvimento humano associado ao curso de vida na fase envelhescente.

GERONTERAPIA

É o processo terapêutico de conscientização, aconselhamento, direcionamento e aplicação de atividades para estimulação cognitiva, a fim promover o entendimento dos desafios e responder questionamentos gerados na fase do envelhecer que comprometem o estado emocional do indivíduo.

ESTIMULAÇÃO COGNITIVA

É um conjunto de exercícios, atividades e tarefas aplicados sob orientação, a fim de melhorar o desempenho das funções cerebrais em todos os seus domínios: memória, atenção, raciocínio, percepção, linguagem, julgamento, entre outros. A Estimulação cognitiva atua com o fim de promover o processo adaptativo do cérebro comprometido ou não.

GESTÃO DE REC. HUMANOS

Aplicação de um conjunto de conhecimentos e técnicas administrativas especializadas no gerenciamento das relações das pessoas com as organizações, com o objetivo de atingir os objetivos organizacionais, bem como proporcionar a satisfação e a realização das pessoas envolvidas.



REALIZAÇÕES & PROJETOS

“ Palestras “

TEMA: Afetos Positivos (2021)

TEMA: O Poder das Forças de Caráter:
Venha Florescer a Fim do Dia (2022)

TEMA: Estimulação Cognitiva:
Conceito e Práticas (2023)



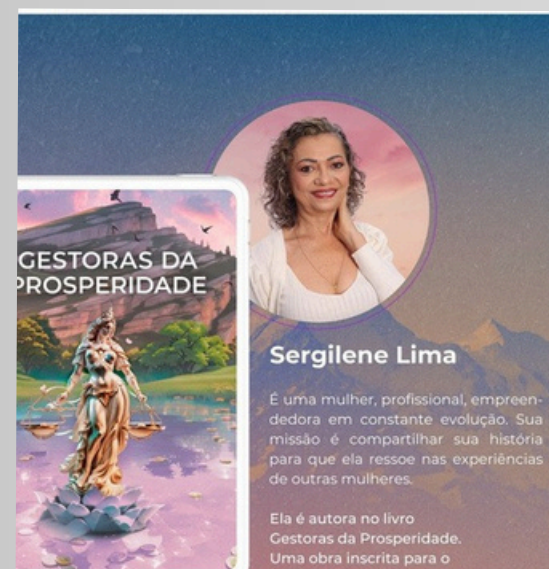
REALIZAÇÕES & PROJETOS

“ Projetos e Produções literárias “

Livros e e-books

Lançamento do livro Gestoras de Prosperidade - Noite de autógrafos

Comunidade, Oficina, Workshops e Mentorias



SINERGIA POSITIVA
Liderança Positiva e Transformacional
Neuropsicanálise e Envelhecimento Positivo

Elaine Pinheiro - Neuropsicanalista
Renata Gioia - Mentora em Liderança
Sergilene Lima - Gerontologista



Envelhecendo PositivaMente: Preparando-se para uma vida plena após os 30 anos

WorkShop

OFICINA:
“VENHA FLORESCER AO FIM DO DIA”

@re.gioia
@geronto_psipositiva.sergilene
www.sergilenepsipositiva.com.br

Apresentado para:
EMPRESAS E ENTIDADES INTERESSADAS EM PROMOVER O ENVELHECIMENTO POSITIVO

Proposta de:
Sergilene Lima (RQH-S-23018-RN)



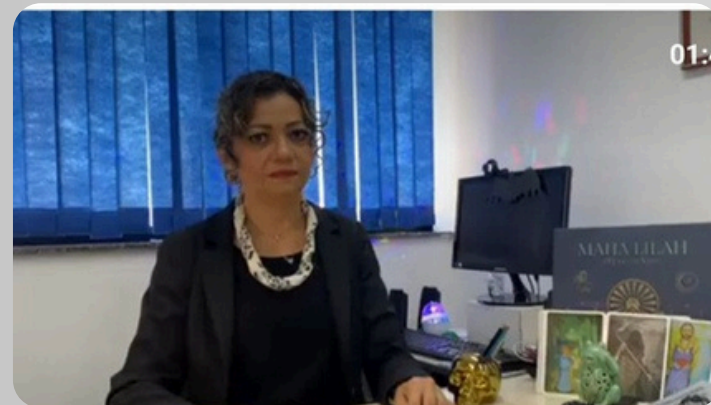
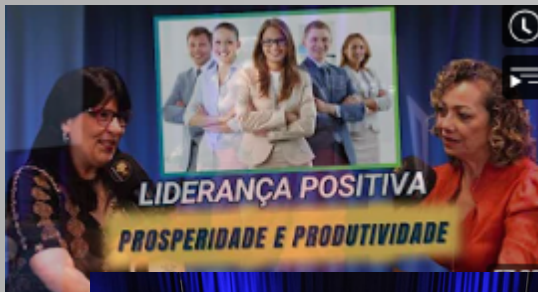
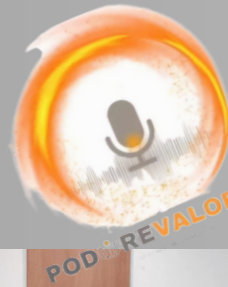
REALIZAÇÕES & PROJETOS

“ Produções audiovisuais “

Podcasts

Programas de divertimento
para canal coporativo

Garota propaganda de
produtos e serviços

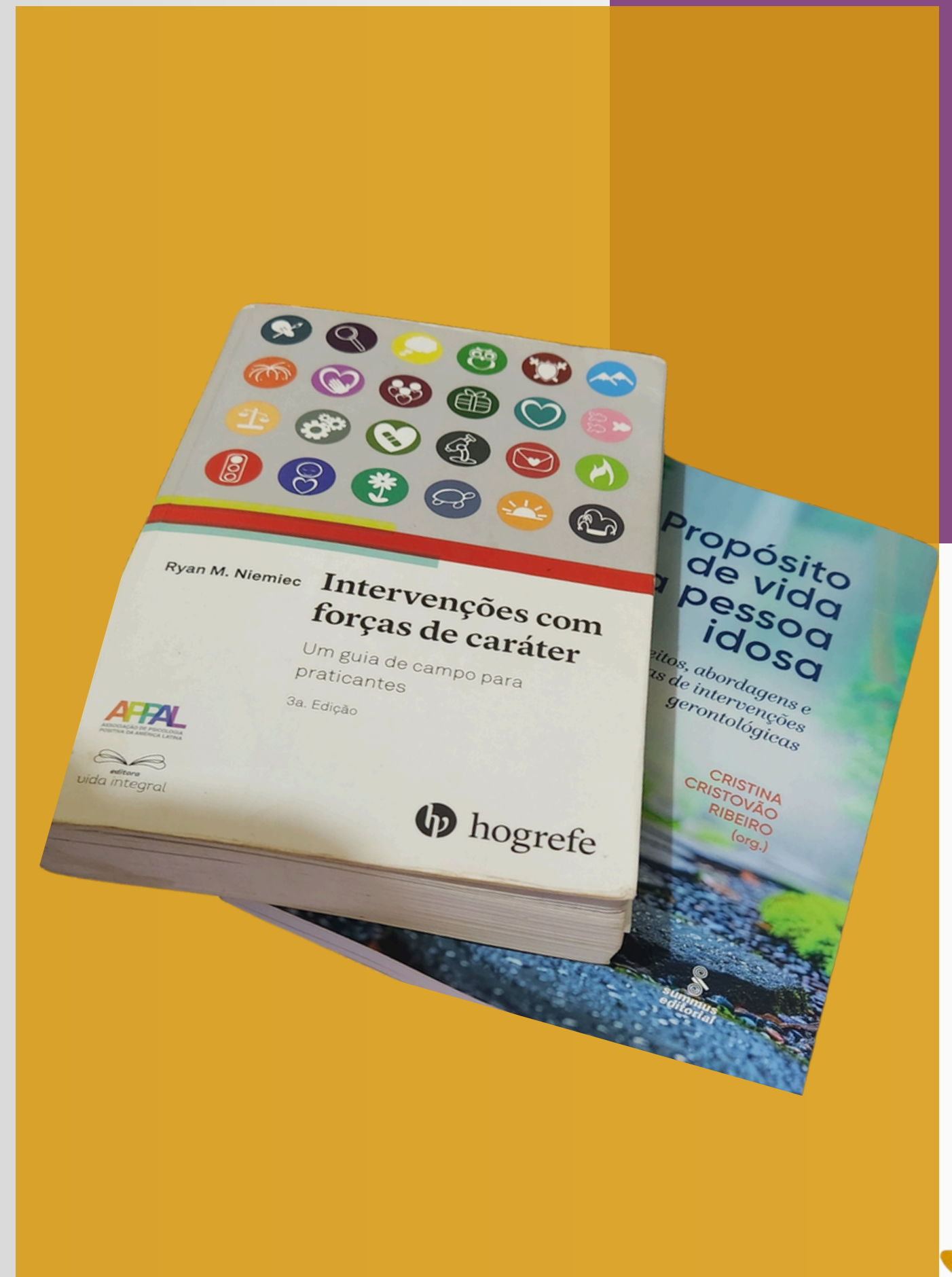


O QUE POSSO FAZER POR VOCÊ ???

Contribuir para promover seu BEM-ESTAR e QUALIDADE DE VIDA; ACEITAR o seu processo de ENVELHECIMENTO com SERENIDADE e SABEDORIA; conduzir o seu processo de identificação e AUTOGESTÃO das EMOÇÕES; analisar suas forças pessoais a partir do Teste VIA Survey que identifica e classifica suas 24 forças de caráter (características/recursos pessoais).

Auxiliar você a: Viver uma VIDA SIGNIFICATIVA e MOTIVADA; ter mais ENGAJAMENTO no trabalho e na vida pessoal; desenvolver RELACIONAMENTOS SAUDÁVEIS; cultivar EMOÇÕES SATISFATÓRIAS; manter RELAÇÕES que TRANSFORMAM e se SUSTENTAM; encontrar o EQUILÍBRIO entre MENTE, CORPO e ESPÍRITO.

Orientar seu processo de TOMADA DE DECISÕES; auxiliar no seu processo de TRANSIÇÃO DE CARREIRA; apontar os caminhos da AUTOESTIMA



VALORAÇÃO DOS SERVIÇOS 🌟



A Psicoterapia Positiva é um trabalho clínico e terapêutico, composta de 15 a 18 encontros com duração de até 01:30 h, cada, que avalia, valoriza, e amplifica o que é bom nos clientes para além de almas feridas, aplicando intervenções testadas cientificamente e personalizadas de acordo com o caso em abordagem.

Durante o processo terapêutico, utilizando a Teoria do Bem-Estar: P.E.R.M.A(*), desenvolvo estratégias validadas e amplamente aplicadas com excelentes resultados, as quais são relativamente simples e conseguem aumentar o bem-estar, dar clareza para o que há de certo, positivo e significativo na vida do cliente.

Na GERONTOTERAPIA meu trabalho se ampara no aconselhamento da pessoa com 40 anos ou mais, alinhado ao processo terapêutico da Psicoterapia Positiva, supramencionado, visando a adaptação a essa nova fase da vida, guiando-a pelo caminho da aceitação das transformações e oportunidades que a maturidade traz e do fortalecimento das virtudes do bem envelhecer: SERENIDADE, PACIÊNCIA, MANSIDÃO, LIBERDADE, GRATIDÃO e AMOR .

(*) O modelo P.E.R.M.A é a organização de cinco componentes para a alavancar o bem-estar. São eles Emoções Positivas; Engajamento na vida pessoal e social, no trabalho e lazer; Relacionamentos qualitativos; Sentido de Vida e Realizações que proporcionam um sentimento profundo de satisfação.



DESCRIÇÃO DOS SERVIÇOS



PRESENCIAL & OLINE

Análise de Forças Pessoais + Relatório Personalizado (sessão única - 2h30min)

Análise de Forças Pessoais + Relatório simplificado (sessão única - 2h)

Psicoterapia Positiva (pacote c/4 sessões*)

Gerontoterapia + Aconselhamento + Sessões* de Psicoterapia Positiva

Aplicação do Mapa das Forças (pacote c/12 passos*)

Psicoterapia Positiva (pacote c/15 sessões*/18 sessões*)

DURAÇÃO

***As sessões têm duração média de até 1h e 30 min**

Obs.: As PALESTRAS, OFICINAS, MENTORIAS e WORKSHOPS têm um caráter particular e personalizável e são estruturados sob os seguintes pilares: VIVÊNCIA, IMERSÃO, PULSAÇÃO, FLORESCIMENTO.





ONDE ESTOU



CONTATOS

**REVALORIZAR PSICOLOGIA CLÍNICA - NEUROPSICOLOGIA - PSICOTERAPIA -
AVALIAÇÃO NEUROPSICOLÓGICA Ed. Giovanne Fulco - Av. Prudente de Morais,
744 - Sala 1103 - Tirol Natal - RN, 59020-510**

Sergilene Lima - (84) 9.9609-6533

www.sergilenepsipositiva.com.br

[@geronto_psipositiva.sergilene](https://www.instagram.com/geronto_psipositiva.sergilene)

<https://www.youtube.com/@sergilenelima1089>



“MINHAS MELHORES FRASES”

“Faz bem para a alma sorrir, mesmo em meio às contradições da vida. O sorriso aformoseia o Ser!”



“Felicidade para mim é ter um dia fecundo!”

“Há um certo conforto em pensar no que está errado em nossas vidas, pois pensar no que está certo não atrai atenção!”

