

TÍTULO:	FOI TROCADA POR UMA MULHER MAIS NOVA		
DATA DE REGISTRO:	18/07/2013	DATA DE PUBLICAÇÃO:	13/07/2013
VEICULO:	SE LIGA MULHER	TIPO DE VEICULO:	ON-LINE
SEÇÃO:	Não possui	PÁGINA:	Não possui
TIRAGEM:	Não possui		
LINK RELACIONADO:	http://www.seligamulher.com.br/foi-trocada-por-uma-mulher-mais-nova/		



Foi trocada por uma mulher mais nova?

13 jul 2013

brigas, casais, fui traída, namorados, relacionamento, sexo, traição, traição no relacionamento

by Marcela

Descobrir que o companheiro partiu atrás de um rabo de (míni) saia é doloroso até para mulheres fortes como a Pilar, personagem de Susana Vieira na novela *Amor à Vida*. César (Antonio Fagundes), seu marido, está de casa com Alina (Monica Ciámpa), a secretária mais nova. Pilar ainda não descobriu

marido, está de caso com Milne (Vanessa Giacomo), a secretária mais nova. Milne ainda não descobriu, mas anda desconfiada. Quando uma traição como essa vem à tona, a primeira coisa que vai ao chão é a autoestima da mulher traída. Deixei de ser atraente, é o pensamento mais comum. Antes de decidir se vai perdoar ou não, o resgate do amor próprio é essencial para superar o baque e crescer.

Três passos para se fortalecer

1. Comece a pensar o que se perde (ou se ganha) com a separação. Faça uma lista do que ganharia dando um ponto final ao casamento e outra do que perderia se o mantivesse. Coloque as duas listas na balança e veja o que pesa mais.
2. Lembre de alguma sensação de vitória como se tudo estivesse acontecendo agora. Recorde do quanto você é, sim, capaz de lidar com tudo o que surgir.
3. Mude de atitude. Se ficar em casa faz você se sentir melancólica, saia. Matricule-se em algum curso, visite amigas divertidas (evite ficar perto de pessoas tristes neste momento). Quebrar a rotina ajuda! Quando voltar para casa e o desânimo bater, tire os móveis do lugar, coloque uma manta no sofá e guarde objetos que trazem lembranças doloridas.

Por que a traição acontece?

O tempo, às vezes, faz o casal deixar o cultivo do amor de lado, o que pode criar brechas para um caso extraconjugal. Um relacionamento se constrói com conquistas diárias, aponta Eliana da Cruz Caligiuri, psicanalista da [Sociedade Brasileira de Psicanálise de São Paulo](#). Em alguns casos, o casal torna a relação morna porque para de investir em sexo e em conversas. Claro que isso não justifica a pisada de bola do outro, mas nos ajuda a parar para repensar a relação e decidir se vale a pena ou não continuar nela.