

UNIDADE 2 – INSTRUMENTOS ESTRATÉGICOS (com Roderio)

1) Diagnóstico Global do Relacionamento

1.1 Quem regula o ritmo (puxa/recua/define limites)

Roderio tende a puxar a discussão sobre questões importantes, enquanto Patrícia recua quando se sente pressionada. Roderio frequentemente define os limites, especialmente em termos de comunicação e confrontos.

1.2 Estrutura de poder implícita (como é exercida)

1.3 Quem regula o ritmo (puxa/recua/define limites)

- Roderio:
 - Puxa a discussão sobre questões importantes.
 - Define os limites de comunicação e confrontos.

1.4 Estrutura de poder implícita (como é exercida)

- Roderio:
 - Usa ameaças de ruptura e controle da narrativa.
 - Usa afastamento para manter o relacionamento.

1.3 Quem regula o ritmo (puxa/recua/define limites)

Roderio tende a puxar a discussão sobre questões importantes, enquanto Patrícia recua quando se sente pressionada. Roderio frequentemente define os limites, especialmente em termos de comunicação e confrontos.

1.4 Estrutura de poder implícita (como é exercida)

O poder é exercido principalmente através de ameaças de ruptura e controle da narrativa. Roderio usa a ameaça de afastamento como uma forma de manter controle, enquanto Patrícia tenta negociar e justificar suas ações para manter o relacionamento.

2) Perfis Psicológicos Operacionais

2.1 Estilo de apego provável (com indícios + contraprova)

- **Roderio:** Apego ansioso.
 - Indícios: Busca constante por validação e segurança, medo de ser traído.
 - Contraprova: Pode ser uma reação específica ao comportamento de Patrícia, não um traço geral.
- **Patrícia:** Apego evitativo.
 - Indícios: Recua quando pressionada, evita confrontos diretos.
 - Contraprova: Pode ser uma resposta defensiva ao comportamento de Roderio.

2.2 Mecanismos de defesa - Roderio (com Patrícia)

- Roderio: Idealização

- Exemplo: Justifica seu afastamento emocional como autoproteção.
- **Patrícia:** Minimização e inversão.
 - Exemplo: Minimiza a gravidade de suas ações para evitar culpa.

2.3 Necessidades emocionais centrais (o que busca)

- **Rogério:** Busca segurança emocional e clareza no relacionamento.
- **Patrícia:** Busca validação e aceitação sem julgamentos.

2.4 Iniciação central (o que evita)

- **Rogério:** Evita ser ignorado ou tratado com desrespeito.
- **Patrícia:** Evita confrontos diretos e julgamentos negativos.

2.5 Padrões de regulação emocional (como reage ao estresse)

- **Rogério:** Reage com afastamento e busca por validação externa.
- **Patrícia:** Reage com recuo e minimização das tensões.

2.6 Pontos de colapso típicos (quando desorganiza)

- **Rogério:** Quando sente que a confiança é imediatamente questionada.
- **Patrícia:** Quando se sente injustamente acusado ou pressionado a mudar.

3) Linha do Tempo Analítica

3.1 Fase de alinhamento inicial (o que sustentou)

A fase inicial foi sustentada por um compromisso mútuo de exclusividade e a esperança de construir um relacionamento estável.

3.2 Primeiro ponto de ruptura (causa e mudança estrutural)

O primeiro ponto de ruptura ocorreu quando Rogério descobriu que Patrícia ainda estava em contato com outra pessoa, questionando a confiança mútua.

3.3 Escalada principal (loop causal)

A desconfiança de Rogério leva a questionamentos e acusações, que causam recuo em Patrícia, perpetuando um ciclo de tensão e insegurança.

3.4 Tentativas de reparo (o que funciona / falha)

Tentativas de comunicação aberta e pedidos de desculpas funcionam temporariamente, mas falham em resolver a desconfiança subjacente.

3.5 Estado atual (o "equilíbrio" vigente)

O relacionamento está em um estado de equilíbrio instável, onde a comunicação é mantida por tentativas frequentes e desconfiança mútua.

4) Padrões Estruturais Repetitivos

4.1 Ciclo principal (tratare passo 1 2 3 4)

1. Mensagem de desconfiança
2. Mensagem de culpa
3. Mensagem de afastamento
4. Tentativa de reconciliação

4.2 Estímulos recorrentes (reg 3)

1. Mensagens erradas ou incompletas
2. Desconfiança sobre a sinceridade
3. Sentimentos errados sobre o processo de parentalidade
4. Mensagens de culpa
5. Desconfianças sobre a sinceridade

4.3 Táticas recorrentes (reg 3)

1. Desconfiança
2. Culpa
3. Afastamento
4. Inveja
5. Outras estratégias

4.4 Riscos de manutenção do ciclo

A manutenção do ciclo pode levar a uma ruptura definitiva, desgaste emocional crônico e incapacidade de estabelecer confiança duradoura.

5) Diagnóstica Estratégica Final (conclusões)

5.1 Compatibilidade estrutural (baixa/média/alta) + justificativa

Baixa: A desconfiança mútua e a comunicação ineficaz minam a compatibilidade estrutural do relacionamento.

5.2 Assimetria de investimento (baixa/média/alta) + justificativa

Média: Embora ambos demonstrem interesse em manter o relacionamento, há uma assimetria na forma como cada um investe emocionalmente e lida com conflitos.

5.3 Principal fator limitante (1-3) e por que são "limitantes"

1. Desconfiança mútua impede a construção de uma base sólida de relacionamento
2. Comunicação ineficaz dificulta a resolução de conflitos e o entendimento mútuo
3. Padrões diferentes de parentalidade geram conflitos e desconfiança

6) Provas e Contraprovas (Forense)

6.2 Tese: Patrícia busca validação e segurança no relacionamento

6.2.1 Indícios

6.2.2 Mecanismo causal: Acusação de desonestidade Defesa emocional Busca por validação Tentativa de reconciliação.

6) Provas e Contraprovas (Forense)

6.2 Tese: Patrícia busca validação e segurança no relacionamento

6.2.1 Indícios

- Tentativas de justificar suas ações.
- Expressão de insegurança sobre o futuro do relacionamento.
- Reações emocionais a acusações de desonestidade.

6.2.2 Mecanismo causal: Acusação de desonestidade Defesa emocional Busca por validação Tentativa de reconciliação.

- Contrahipótese plausível: Patrícia age defensivamente devido à pressão de Rogério.
- O que observar para confirmar/refutar: Reações de Patrícia a questionamentos e acusações.

6.2 Tese: Patrícia busca validação e segurança no relacionamento

6.2.1 Indícios

- Tentativas de justificar suas ações.
- Expressão de insegurança sobre o futuro do relacionamento.
- Reações emocionais a acusações de desonestidade.

6.2.2 Mecanismo causal: Acusação de desonestidade Defesa emocional Busca por validação Tentativa de reconciliação.

6.2.3 Contrahipótese plausível: Patrícia age defensivamente devido à pressão de Rogério.

6.2.4 O que observar para confirmar/refutar: Reações de Patrícia a questionamentos e acusações.

6.2 Tese: Patrícia busca validação e segurança no relacionamento

6.2.1 Indícios

- Tentativas de justificar suas ações.
- Expressão de insegurança sobre o futuro do relacionamento.
- Reações emocionais a acusações de desonestidade.

6.2.2 Mecanismo causal: Acusação de desonestidade Defesa emocional Busca por validação Tentativa de reconciliação.

6.2.3 Contrahipótese plausível: Patrícia age defensivamente devido à pressão de Rogério.

6.2.4 O que observar para confirmar/refutar: Reações de Patrícia a questionamentos e acusações.

6.2 Tese: Patrícia busca validação e segurança no relacionamento

- Indícios:
 - Expressões de desejo de se afastar.
 - Uso de bloqueio de contato como tática.
 - Tentativas de definir os termos do relacionamento.
- Mecanismo causal: Sensação de insegurança Ameaça de afastamento Reação de Patrícia Reafirmação do controle.
- Contrahipótese plausível: Rogerio usa o afastamento como autoproteção, não como controle.
- O que observar para confirmar/refutar: Reações de Rogerio a situações de conflito.

4.5 Tema: Patrícia recua quando pressionada

- Indícios:
 - Bloqueio de contato após discussões.
 - Recua em discussões sobre exclusividade.
 - Expressão de necessidade de espaço.
- Mecanismo causal: Pressão ou ameaça Recua Tentativa de evitar confronto Reabertura de diálogo.
- Contrahipótese plausível: Patrícia recua devido a um estilo de comunicação assertivo, não por falta de interesse.
- O que observar para confirmar/refutar: Comportamento de Patrícia em situações de pressão.

4.6 Tema: A comunicação é ineficaz e marcada por mal-entendidos

- Indícios:
 - Discussões frequentes sem resolução clara.
 - Uso de mensagens erradas ou mal interpretadas.
 - Tentativas de justificar ações que não são compreensíveis.
- Mecanismo causal: Falha de comunicação Mal-entendidos Conflito Tentativa de reparo.
- Contrahipótese plausível: Os mal-entendidos são causados por fatores externos, como estresse ou distrações.
- O que observar para confirmar/refutar: Clarezza e eficácia das comunicações entre Rogerio e Patrícia.

7) Contradições e Pontos Cegos (por parte)

7.1 Rogerio

Ponto cego 1: Desconfiança excessiva

- Indício: Questionamentos frequentes sobre sinceridade.
- Função psicológica provável: Proteção contra decepções passadas.
- Custo relacional: Erosão da confiança mútua.
- Contraprova: Momentos de confiança e abertura emocional.

Ponto cego 2: Uso de afastamento como controle

- Indício: Ameaças de ruptura e bloqueio de contato.

- Indício: Tentativas de justificar ações.
- Função psicológica provável: Redução de culpa e pressão.
- Custo relacional: Percepção de desonestidade ou evasão.
- Contraprova: Momentos de reconhecimento de erros.

8.2 Ponto cego 2: Minimização de tensões

8.2.1 Indício: Tentativas de justificar ações

- Indício: Tentativas de justificar ações.
- Função psicológica provável: Redução de culpa e pressão.
- Custo relacional: Percepção de desonestidade ou evasão.
- Contraprova: Momentos de reconhecimento de erros.

Ponto cego 2: Minimização de tensões

- Indício: Tentativas de justificar ações.
- Função psicológica provável: Redução de culpa e pressão.
- Custo relacional: Percepção de desonestidade ou evasão.
- Contraprova: Momentos de reconhecimento de erros.

8.3 Ruptura abrupta (com severidade)

8.3.1 Indício: Tentativas de justificar ações

- Severidade: Média
- Probabilidade: Alta
- Vetor: Busca constante por validação.
- Sinais precoces: Necessidade de reafirmação frequente.
- Mitigação operacional: Estabelecer limites claros e comunicação aberta.

8.3.2 Indício: Tentativas de justificar ações

- Indício: Tentativas de justificar ações.
- Função psicológica provável: Redução de culpa e pressão.
- Custo relacional: Percepção de desonestidade ou evasão.
- Contraprova: Momentos de reconhecimento de erros.

8.3 Ruptura abrupta

- Severidade: Alta
- Probabilidade: Média
- Vetor: Conflitos não resolvidos e ameaças de afastamento.
- Sinais precoces: Discussões intensas e ameaças frequentes.
- Mitigação operacional: Mediação externa e estabelecimento de regras de comunicação.

8.4 Escalada tóxica

- [Faded]
- [Faded]
- [Faded]
- [Faded]
- [Faded]

[Faded]

- [Faded]
- [Faded]
- [Faded]
- [Faded]
- [Faded]

[Faded]

9.A Nenhuma mudança

- Desfecho provável: Ruptura definitiva ou desgaste crônico.
- Por quê: O ciclo de desconfiança e comunicação ineficaz persiste.
- Sinais de que está acontecendo: Conflitos frequentes sem resolução duradoura.

9.B Mudança unilateral

- Quem teria maior alavancagem ao mudar: Rogerio, ao reduzir a desconfiança.
- O que muda no sistema: Redução de tensões e melhora na comunicação.
- Onde falha: Se Patrícia não corresponder com abertura e sinceridade.

[Faded]

- [Faded]
- [Faded]
- [Faded]
- [Faded]

[Faded]

10.1 Objetivos mensuráveis (3-7)

1. Reduzir a frequência de conflitos em 50%.
2. Estabelecer uma rotina de comunicação semanal estruturada.
3. Aumentar a confiança mútua através de ações concretas.

[Faded]

- [Faded bullet point]
- [Faded bullet point]

10.3 Experimentos comportamentais (5-10)

- Hipótese: A comunicação estruturada reduz conflitos.
- Execução: Reuniões semanais com agenda definida.
- Métrica: Número de conflitos por semana.
- Critério de sucesso/falha: Redução de conflitos em 50%.

[Faded Section Header]

- [Faded bullet point]
- [Faded bullet point]
- [Faded bullet point]

[Faded Section Header]

- [Faded bullet point]
- [Faded bullet point]
- [Faded bullet point]

10.6 Critérios de continuidade vs encerramento (decisão)

- Continuidade: Redução significativa de conflitos e aumento de confiança.
- Encerramento: Persistência de padrões destrutivos e falta de progresso mensurável.

[Faded Section Header]

- [Faded bullet point]
- [Faded bullet point]
- [Faded bullet point]
- [Faded bullet point]
- [Faded bullet point]