

# AUTORREEDUCAÇÃO COMUNICOLÓGICA: ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DE PADRÕES DISFUNCIONAIS ANTE A AUTEVOLUÇÃO

*Communicational self-reeducation: Coping strategies of  
dysfunctional patterns before the self-evolution*

Adriane Corrêa

**RESUMO.** Saber comunicar-se cosmoeticamente é tarefa desafiadora para qualquer pessoa interessada em qualificar a interassistencialidade. Uma vez que a pessoa identifica que vem se comunicando aquém de suas potencialidades, é inteligente investir na reeducação autexpressiva pessoal. Este artigo apresenta proposta de reciclagem na área da Comunicologia a partir de pesquisas e técnicas aplicadas pela autora visando autenfrentar imaturidades diagnosticadas no processo comunicativo nas interrelações conscienciais. Os dados do estudo foram obtidos através da metodologia qualitativa, sendo o método empregado a pesquisa bibliográfica em artigos, livros e verbetes da Enciclopédia da Conscienciologia na área da Comunicologia, bem como o estudo e a análise de vivências do labcon pessoal.

**Palavras-chave:** autorreeducação; comunicabilidade; tecnicidade; interassistência.

**ABSTRACT.** Knowing how to communicate cosmoetically is a challenging task for anyone interested in qualifying interassistance. Once the person identifies himself as communicating below his or her potential, it is wise to invest in personal self-expressive reeducation. This article presents a proposal of recycling in the area of Communication through researches and techniques applied by the author trying to face immaturities diagnosed in the communicative process in consciencial interrelationships. The data of the study were obtained through the qualitative methodology, and the method used was the bibliographical research in articles, books and articles of the Encyclopedia of Conscientiology in the area of Communication, as well as the study and analysis of personal laboratory experiences.

**Key words:** self-reeducation; communicability; technicality; assistance.

## INTRODUÇÃO

**Comunicologia.** A comunicação é requisito essencial para a autevolução. A comunicabilidade assertiva, dotada de intencionalidade hígida e cosmoética é frequentemente buscada pelo intermissivista desejoso em qualificar a interassistencialidade.

**Definição.** De acordo com Seno (2013, p. 16), “a comunicação evolutiva é a capacidade madura de autoexpressão verbal, não-verbal, escrita, energética e parapsíquica, realizada pela consciência lúcida da autoevolução”.

**Reeducação.** Segundo a Teaticologia, a autora percebe que muitas consciências se comunicam de maneira imatura, estando aquém de suas potencialidades. Para que possam se comunicar

sadiamente serão necessários autesforços indispensáveis e intransferíveis voltados à reeducação consciencial.

**Identificação.** A partir do momento que a pessoa identifica padrões de manifestação comunicativos disfuncionais, é necessária a tomada de providências no sentido de reeducar o processo autexpressivo, desformatando as automanifestações equivocadas e promovendo reciclagens.

**Objetivo.** Este artigo objetiva analisar algumas formas anacrônicas de atuação no processo de comunicação nas interrelações conscienciais, notadamente pela autexposição do labcon da autora, bem como propor estratégias para o enfrentamento de tais imaturidades através da autorreeducação comunicológica, sugerindo a utilização de técnicas no sentido de qualificar o autodesempenho comunicativo.

**Experiência.** Esta pesquisa é baseada nas vivências e autenfrentamento das dificuldades da autora no seu processo autexpressivo, bem como em seu intuito de promover reciclagens pessoais visando adquirir maior habilidade pensênica para comunicar-se de modo cosmoético.

**Metodologia.** A metodologia é de cunho qualitativo, e o método empregado foi a pesquisa bibliográfica em artigos, livros e verbetes da Enciclopédia da Conscienciologia na área da Comunicação, bem como a coleta de utilização do labcon pessoal (estudo/análise das autovivências).

**Organização.** Além desta introdução, o artigo traz mais quatro partes: Imaturidade na Comunicação, Autorreeducação Comunicológica, Considerações Finais e Referências.

## 1. IMATURIDADE NA COMUNICAÇÃO

**Definologia.** A imaturidade na comunicação é o estado ou condição da consciência agindo com ignorância, inexperiência, irracionalidade ou primarismo no processo de transmissão e recepção de conhecimento ou informações nas interações conscienciais, comprometendo a qualidade das interlocuções interassistenciais.

**Sinonimologia:** 1. Amadorismo na comunicação. 2. Calourice comunicativa.

**Antonimologia:** 1. Maturidade comunicativa. 2. Plenitude comunicacional.

**Cotidiano.** Nas interrelações do dia a dia, é nítida a percepção por parte da autora que muitas consciências carecem de *expertise* comunicológica, necessitando de maior destreza e habilidade técnica no modo em que se expressam.

**Efeitologia.** Vários são os efeitos regressivos de a consciência manter-se na órbita da imaturidade, podendo as manifestações comunicativas desqualificadas gerar efeitos prejudiciais à programação existencial e interassistência.

**Exemplologia.** Sob a ótica da Experimentologia, eis, em ordem alfabética, 10 exemplos de condições, traços ou fenômenos passíveis de serem vivenciados pela conscin, homem ou mulher, quando revela imaturidade na comunicação:

- a) **Acanhamento:** a apatia; a timidez; o cabotinismo; o fechadismo.
- b) **Agressividade:** o ataque; a coerção; a retaliação; o “cala-boca”.
- c) **Anticosmoética:** a mentira; a fofoca; a maledicência; a apriorismose.
- d) **Grosseirismo:** as palavras chulas; os palavrões; as blasfêmias.
- e) **Hostilidade:** a falta de educação; a antipatia; a rejeição.
- f) **Impulsividade:** a informação irrefletida; a informação fora de contexto.
- g) **Inautenticidade:** os enigmas; o bifrontismo; a ambiguidade.
- h) **Manipulação:** a lavagem cerebral; o ato de falar somente o conveniente.

- i) **Obscuridade:** a falta de clareza na explicitação.
- j) **Verborragia:** os excessos; o conteúdo vazio.

**Labcon.** Com o intuito de exemplificar o presente, relata-se a seguir a autopesquisa a qual vem sendo aprofundada nos últimos nove anos, visando buscar a transformação gradativa da imaturidade comunicacional pessoal em ortocomunicabilidade.

**Percepção.** Ao longo de sua trajetória evolutiva, a autora foi percebendo que atuava de maneira primária no processo comunicativo pessoal, desenvolvendo de modo insatisfatório as autopotencialidades expressivas.

**Infância.** Desde criança demonstrava temperamento introspectivo, e traços como timidez, acanhamento, inibição e inautenticidade faziam parte das manifestações da autora nos interrelacionamentos.

**Adulthood.** Mesmo adulta, tais traços continuaram a predominar, propiciando entraves às interações comunicativas maduras e lúcidas. Tais imaturidades se exacerbavam principalmente quando a autora precisava fazer autexposições em público, gerando ansiedade e fuga dos autenfrentamentos.

**Padrão.** O padrão apresentado em tais situações era de preocupação, ansiedade e medo, demonstrando rotineiramente os sintomas abaixo elencados nos veículos de manifestação:

- a) **Soma:** mãos e pernas tremendo, voz embargada.
- b) **Energossoma:** cardiochakra acelerado.
- c) **Psicossoma:** falta de autoconfiança.
- d) **Mentalsoma:** falta de clareza no raciocínio.

**Casuística.** A autora vem pesquisando mais profundamente a área da Comunicologia desde o ano de 2009, período em que teve uma experiência marcante, proporcionando grande aprendizado evolutivo e desencadeando série de reciclagens existenciais.

**Arco voltaico.** Na época, todas as segundas-feiras durante as tertúlias conscienciológicas, o professor Waldo Vieira aplicava a técnica do arco voltaico craniochacral nas pessoas interessadas em receber a transmissão de energia, previamente escolhidas por sorteio.

**Bloqueio.** No dia 06 de abril de 2009, ao participar da tertúlia cujo verbete debatido era Escrúpulo, a autora teve a oportunidade de ser escolhida e atendida na aplicação da referida técnica. No término da prática energética, o prof. Waldo deu um *feedback*, relatando haver um bloqueio energético na parte posterior direita da minha cabeça. Ele explicou que tal bloqueio, por sua vez, estava impedindo a comunicabilidade sadia, estando o porão consciencial se manifestando no laringochakra. O bloqueio poderia estar também dificultando a escrita.

**Opinião.** Em seguida, ele recomendou maior autexposição, com participação mais intensa em palestras, cursos e debates, além de maior investimento na tarefa do esclarecimento por intermédio da qualificação da docência. Sugeriu também à autora ficar por três dias sem dirigir, sem fazer exercícios físicos e carregar peso, levando à suposição de que pudesse ter ocorrido uma paracirurgia.

**Disfuncionalidade.** Tal experiência gerou reflexão profunda, levando a autora ao processo de identificação da existência de padrões de manifestação comportamentais disfuncionais e deslocados, como por exemplo a timidez e o fechadismo, os quais precisavam ser desformatados e reciclados.

**Decisão.** A autora resolveu tomar uma atitude e começar logo a colocar em prática a recomendação do prof. Waldo. Na tertúlia do dia seguinte, 07 de abril de 2009, houve um grande passo ao pegar o microfone e fazer a primeira pergunta do dia. Não por acaso, naquela data era o aniversário da autora, completando 36 anos, idade na qual, segundo a ótica da *Proexologia*, inicia-se a fase executiva da programação existencial.

**Pergunta.** No questionamento feito, foi solicitado ao prof. Waldo o aprofundamento quanto à relação do porão consciencial com o laringochacra. Com a explicação dada pelo professor, houve a conclusão de que a autora estaria em subnível evolutivo, uma vez que deixava que predominassem seus traços mais primitivos no atributo da comunicabilidade, e manifestava-se de forma infantil e insegura, mostrando escondimento e esquivas, ao invés de empregar uma postura mais madura, investindo no desenvolvimento da liderança interassistencial e no posicionamento quanto à utilização dos traços existentes, até então ociosos.

**Aprofundamento.** Ao longo dos dias seguintes, por intermédio da Consciencioterapia e da Consciencimetria, a autora foi aprofundando a autopesquisa, levantando traços, mapeando traços e elencando quais seriam os traços a serem desenvolvidos visando desfazer os condicionamentos anacrônicos identificados.

**Continuismo.** Desde então, a autora vem investindo mais seriamente no desenvolvimento da comunicabilidade sadia através de técnicas, e investindo na escrita de artigos e verbetes da Enciclopédia da Consciencologia, ambicionando também escrever um livro sobre esta temática, uma vez que tem por hipótese uma das cláusulas pétreas da proéxis versar sobre o desenvolvimento da holomaturidade comunicativa.

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, identifica manifestações comunicativas imaturas nas interrelações conscienciais cotidianas? Busca qualificar a comunicação visando potencializar as realizações proexológicas?

## 2. AUTORREEDUCAÇÃO COMUNICOLÓGICA

**Definologia.** A autorreeducação comunicológica é o ato de tornar a educar o processo autexpressivo da conscin, homem ou mulher, através de recursos, ferramentas e métodos específicos, visando o aprimoramento e a qualificação dos autodesempenhos comunicativos e favorecendo relações interconscienciais mais harmoniosas.

**Sinonimologia:** 1. Autorreeducabilidade comunicacional. 2. Reaprendizagem pessoal comunicativa. 3. Educação da própria comunicação. 4. Autorreabilitação comunicativa.

**Antonimologia:** 1. Estagnação comunicológica. 2. Omissão deficitária comunicacional.

**Investimento.** A partir do momento em que a consciência começa a autoidentificar e diagnosticar os traços promotores da comunicação disfuncional, o ideal é investir na autorreeducação do processo autexpressivo pessoal.

**Mudança.** Para mudar, a pessoa terá que funcionar de maneira diferente da qual estava acostumada, substituindo os maus hábitos por bons hábitos. *Renovação: nova ação* (VIEIRA, 2009a).

**Tecnicidade.** A autora, em seu processo de autorreeducação, vem buscando a qualificação da comunicabilidade através de métodos, estratégias e criação de novas habilidades. A reaprendizagem, reorganização e readaptação de hábitos e rotinas, a partir de novas manifestações pensênicas através da aplicação de técnicas, tem surtido resultados positivos na reorganização individual do microuniverso consciencial.

**Definologia.** A tecnicidade comunicativa é a qualidade, caráter ou condição da aplicação de métodos ou técnicas pela conscin lúcida, homem ou mulher, para obter resultados evolutivos no processo de comunicabilidade interconsciencial, em todas as naturezas e formas.

**Sinonimologia:** 1. Destreza metodológica expositiva. 2. Habilidade técnica comunicativa. 3. Engenhosidade comunicacional.

**Antonimologia:** 1. Antitecnicismo comunicacional. 2. Incapacidade técnica comunicativa. 3. Imprecisão metodológica expressiva.

**Teaticologia.** Existem dezenas de técnicas passíveis de serem aplicadas pela consciência predisposta a otimizar a comunicabilidade interconsciencial, tais como, por exemplo, as 7 elencadas abaixo:

a) **Técnica da autexposição planejada:** preparar previamente a exposição das próprias ideias.

b) **Técnica da escuta atenta:** ouvir com atenção e adotar postura receptiva, predispondo-se à interassistência.

c) **Técnica da sintaxidade:** aplicar adequadamente as palavras e estruturar formalmente as frases ao comunicar-se.

d) **Técnica da verbação:** integrar a fala ou verbo e conseqüente manifestação prática, atitude ou ação, no comportamento pessoal coerente da cotidianidade.

e) **Técnica do confor:** integrar a ideia com a linguagem nos processos comunicativos, no sentido da forma enfatizar o conteúdo e não o contrário.

f) **Técnica do diálogo apaziguador:** desencadear interlocução fraterna e esclarecedora, aberta à reconciliação entre as partes em conflito.

g) **Técnica dos pequenos passos:** identificar ação evolutiva, mesmo que pequena, e iniciar a ação imediatamente.

**Casuística.** Ainda com o intuito de exemplificar o presente trabalho com as autovivências, a autora traz a seguir o relato de experiência pessoal: após identificação de padrões de manifestação disfuncional, se propôs à aplicação de técnicas que facilitaram a desformatação de comportamentos e crenças imaturos.

**Palestra.** A autora, em seu contexto profissional, estava se preparando para ministrar uma palestra, fato que estava gerando grande *stress*, preocupação, ansiedade e medo.

**Conscienciometria.** Na época (ano-base: 2016), a autora fazia na Conscius (Associação Internacional de Conscienciometria Interassistencial), o Curso *Teáticas da Conscienciometria Interassistencial*, e a aula cujo tema era Autodescondicionamentometria gerou grande impacto.

**Materpensene.** O materpensene da aula era autodesformatação e o objetivo era identificar padrões arraigados e crenças bloqueadoras da autevolução, desformatando a automanifestação equivocada e promovendo recins.

**Autodesformatação.** Os conceitos apresentados durante a aula fizeram todo o sentido, desencadeando na autora o pensamento de que, pela vontade, era possível agir de maneira diferente. *Vontade: alavanca consciencial* (VIEIRA, 2009a).

**Ideia.** Assim, a autora teve o *insight* de aplicar, na prática, os conhecimentos que estavam sendo passados. O intuito era desformatar a manifestação anacrônica permeada pelo medo, ansiedade e insegurança e agir em sua exposição com calma, tranquilidade, serenidade, auto-confiança, determinação e positividade.

**Posicionamento.** A partir daquele momento, a autora se posicionou no sentido de fazer uma apresentação de sua palestra em alto nível. *Posicionamentos propiciam mudanças* (VIEIRA, 2009a).

**Reflexões.** Tal posicionamento desencadeou uma série de reflexões, favorecendo a identificação de trafores, trafores e trafores existentes. Aprofundando as reflexões, a autora levantou padrões autopensênicos patológicos arraigados, tais como os 5 abaixo expostos:

- a) **Comodismo:** a evitação e a fuga das dificuldades.
- b) **Insegurança:** a hesitação em enfrentar novos desafios.
- c) **Pusilanimidade:** a ausência de coragem para evoluir.
- d) **Repressão:** o auto desacolhimento antievolutivo.
- e) **Zona de conforto:** a escolha pela manutenção do *status quo*.

**Trafores.** Porém, pontos positivos também foram identificados. Seguem abaixo 5 trafores existentes, propiciando visão mais motivadora do desafio a ser enfrentado:

- a) **Cognição:** conhecimento sobre o assunto a ser exposto.
- b) **Comunicabilidade:** boa dicção, tom de voz adequado, emprego correto do vernáculo.
- c) **Coragem:** ânimo em aceitar o desafio.
- d) **Didática:** facilidade na transposição do assunto para o público.
- e) **Vontade:** querer fazer o melhor possível.

**Metodologia.** Contudo, para chegar ao resultado almejado era necessário o desenvolvimento de metodologia específica, com base na aplicação de técnicas visando desfazer os condicionamentos anacrônicos identificados.

**Tecnicidade.** Assim, a autora traçou um plano de ação e levantou técnicas que considerou serem úteis, conforme as 6 explicitadas abaixo:

- a) **Técnica do EV:** trabalho com as energias, no mínimo 20 vezes por dia.
- b) **Técnica da respiração:** respirações lentas e profundas toda vez que se sentisse ansiosa.
- c) **Técnica da exteriorização do local de poder:** exteriorização de energias, com antecedência, no local da exposição.
- d) **Técnica da apresentação prévia:** simulação da apresentação;
- e) **Técnica do “do in”:** pressão de pontos específicos no soma aliviando tensões;
- f) **Técnica da leitura temática:** leitura de livro afeito ao tema (TED TALKS – Chris Anderson).

**Empenho.** Durante os dias seguintes, houve o empenho e a disciplina na aplicação das referidas técnicas. No dia do evento, a autora acordou confiante e determinada, e a exposição decorreu de acordo com o planejamento. O retorno dos participantes foi extremamente positivo.

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, busca estratégias de reeducação comunicativa pessoal com o fim de desenvolver assistência lúcida para outras consciências? Está motivado em consolidar novos hábitos e rotinas em seu dia a dia?

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

**Autexpressão.** No âmbito da Comunicologia, muitas vezes demonstramos comportamentos primários, jejunos ou amadores, atuando de maneira imatura e disfuncional. Faz-se mister analisar se tais manifestações hoje estão em consonância com a proéxis pessoal e a evolutividade.

**Autocognição.** Nas experiências vivenciadas pela autora a partir do entendimento desencadeado por intermédio da autopesquisa e consequentes reflexões, algumas condições afloraram e ações puderam ser tomadas, ao modo das 7 abaixo elencadas:

a) **Conscientização:** a compreensão de que havia padrões de comportamento imaturos e disfuncionais nas habilidades comunicativas.

b) **Discriminação:** a especificação de comportamentos anacrônicos, tais como medo, ansiedade e preocupação quando era necessária a autexpressão.

c) **Diagnóstico:** a identificação de crenças e padrões autopatopensênicos arraigados, tais como insegurança, repressão, comodismo, pusilanimidade e zona de conforto na área da Comunicação.

d) **Identificação:** o reconhecimento de que tais imaturidades comunicativas e consequente modo de agir estavam causando desconforto e sendo antievolutivos.

e) **Necessidade:** a vontade de autorreeducar os atributos comunicativos.

f) **Autoposicionamento:** a opinião em querer agir de maneira diversa.

g) **Reciclagem:** a aplicação de técnicas gerando atitudes comunicativas mais positivas e racionais.

**Desrepressão.** Segundo Vieira,

A primeira luta ingente da conscin para alcançar a maturidade maior, no período da adultidade é o ato de obter a vitória sobre as suas próprias repressões (lavagens subcerebrais), geradas pela educação e a instrução inevitável que sofreu na infância, na adolescência e no início da sua fase madura. Importa não esquecer: esse esforço tem de se repetir, incansavelmente, a cada nova existência intrafísica (VIEIRA, 2009b, p.373).

**Esforçologia.** A evolução requer esforço por parte da consciência. Vale a pena investir na elaboração de plano recinológico comunicativo pessoal, comprometendo-se com as ações programadas.

## REFERÊNCIAS

1. SENO, Ana; *Comunicação Evolutiva nas Interações Conscienciais*; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2013; página 16.
2. VIEIRA; Waldo; *Homo sapiens reurbanisatus*; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2003; páginas 126 e 142.
3. Idem; *Manual dos Megapensenes Trivocabulares*; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2009a; páginas 109, 179 e 349.
4. Idem; *Projeciologia: Panorama das Experiências da Consciência Fora do Corpo Humano*; Associação Internacional Editares; Foz do Iguaçu, PR; 2009b; página 373.

*Adriane Corrêa, advogada, especialista em Língua Inglesa, voluntária da Conscienciologia desde 2005, docente de Conscienciologia desde 2016, tenepessista desde 2016. E-mail adriane Correa@bol.com.br*