

## PARADOXO DA AUTOSSABOTAGEM (AUTASSEDIOLÓGIA)

### I. Conformática

**Definologia.** O *paradoxo da autossabotagem* é a condição da consciência quando opta por manter pensamentos, posicionamentos, comportamentos e / ou relacionamentos sabidamente prejudiciais a si e aos envolvidos, renunciando ao poder reciclador da vontade pessoal.

**Tematologia.** Tema central nosográfico.

**Etimologia.** O vocábulo *paradoxo* vem do idioma Latim, *paradoxon*, e este do idioma Grego, *parádoksos*, “estranho; bizarro; extraordinário”. Apareceu no Século XVI. O elemento de composição *auto* procede do idioma Grego, *autós*, “eu mesmo; por si próprio”. O termo *sabotagem* deriva do idioma Francês, *sabotage*, “manobras; ações que têm por objetivo provocar o prejuízo de alguma empresa”. Surgiu no Século XVIII.

**Sinonimologia:** 1. *Paradoxo do autoboiote*. 2. *Paradoxo do autodesrespeito*. 3. Desinteligência da autoperseguição.

**Neologia.** As 3 expressões compostas *paradoxo da autossabotagem*, *miniparadoxo da autossabotagem* e *maxiparadoxo da autossabotagem* são neologismos técnicos da Autassediologia.

**Antonimologia:** 1. Autorrespeito. 2. Autenfrentamento evolutivo. 3. Autodesassédio. 4. Autoimperdoamento cosmoético. 5. Autopromoção evolutiva.

**Atributologia:** predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à Cosmoética.

**Megapensologia.** Eis 3 megapensenes trivocabulares sintetizando o tema: – *Autossabotagem: insucesso voluntário. Autossabotagem: autassédio concretizado. Autossabotador: inimigo íntimo.*

**Coloquiologia:** o ato de *não dar valor ao próprio esforço.*

### II. Fatuística

**Pensenologia:** o holopensene pessoal da irrealização; os nosopensenes; a nosopensenedade; os toxicopensenes; a toxicopensenedade; a patopensenezização solapando as possíveis chances de êxito; o triunfo dos pensenes autassediadores em resultados práticos e observáveis; a recusa de participar da instalação de holopensene traforista no Planeta.

**Fatologia:** a resistência ao sucesso; a adoção de atitudes contrárias aos propósitos pessoais; a desistência fácil; a demolição de conquistas; a destruição da autoimagem; a ofuscação da autexpressão; a acomodação à frustração; o apego à zona de conforto; a autovitimização perpetuada; a incompléxis anunciada; a recusa de eliminar atitudes sabidamente nocivas à aut-evolução.

**Parafatologia:** a dificuldade em instalar o estado vibracional (EV) profilático; a cooperação ativa de consciexes assediadoras nos atos autodestrutivos; a recusa de recompor-se por meio da satisfação advinda da concretização de objetivos evolutivos.

### III. Detalhismo

**Sinergismologia:** o *sinergismo patológico autassédio-heterassédio.*

**Principiologia:** o *princípio de contra fatos e parafatos não haver argumentos nem parargumentos; o princípio da intransferibilidade das responsabilidades pelos atos cometidos; o princípio da retroalimentação holopensênica; o princípio do exemplarismo pessoal (PEP); o princípio da autonomia da vontade; o princípio de o bem estar ser conquista íntima intransferível; o princípio da evolução consciencial inarredável e intransferível.*

**Codigologia:** a eliminação do autodesrespeito enquanto relevante cláusula do *código pessoal de Cosmoética* (CPC).

**Teoriologia:** a *teoria do holocarma*.

**Tecnologia:** a *técnica da impactoterapia cosmoética*.

**Laboratoriologia:** o *laboratório conscienciológico da Despertologia*.

**Colegiologia:** o *Colégio Invisível da Cosmoeticologia*.

**Efeitologia:** os *efeitos autossabotadores na apologia do derrotismo*; os *efeitos autossabotadores no rechaço em sentir-se realizado*; os *efeitos autossabotadores na descontinuidade das condutas evolutivas elegidas*; os *efeitos autossabotadores no desleixo com a aparência e autoimagem pública*; os *efeitos autossabotadores na alegação de não merecer vínculos afetivos saudáveis*; os *efeitos autossabotadores na deteriorização voluntária da noção de autovalor e auto-competência*.

**Ciclogia:** o *ciclo de fracassos autopromovidos*.

**Enumerologia:** o *ato de desrespeitar-se*; o *ato de importunar-se*; o *ato de ofender-se*; o *ato de depreciar-se*; o *ato de desanimar-se*; o *ato de imobilizar-se*; o *ato de punir-se*.

**Binomiologia:** o *binômio autoconflitivo desejo de vencer–pseudoganhos de perder*.

**Interaciologia:** a *interação autovitimização-inassistência*.

**Trinomiologia:** o *trinômio autoconceito baixo–autestima baixa–autassediabilidade alta*.

**Antagonismologia:** o *antagonismo autoimperdoamento / autotortura*.

**Paradoxologia:** o *paradoxo da autossabotagem*; o *paradoxo de querer algo e, ao mesmo tempo, impedir-se de alcançar o almejado*.

**Legislogia:** a *lei da ação e reação*.

**Fobiologia:** a neofobia.

**Sindromologia:** a *síndrome da mediocrização*.

**Mitologia:** o *mito do sofrimento purificador*.

**Holotecologia:** a *fobioteca*; a *patopensenoteca*; a *trafaroteca*; a *psicossomatoteca*; a *regressoteca*; a *despertoteca*; a *evolucioteca*.

**Interdisciplinologia:** a *Autassediologia*; a *Parapatologia*; a *Psicossomatologia*; a *Perdologia*; a *Autopesquisologia*; a *Autodesassediologia*; a *Antivitimologia*; a *Cosmoeticologia*; a *Discernimentologia*; a *Evoluciolgia*.

#### IV. Perfilologia

**Elencologia:** a *conscin lúcida*; a *isca humana lúcida*; o *ser desperto*; o *ser interassistencial*; a *conscin enciclopedista*.

**Masculinologia:** o *autossabotador*.

**Femininologia:** a *autossabotadora*.

**Hominologia:** o *Homo sapiens autodesrespectator*; o *Homo sapiens masochista*; o *Homo sapiens autopardonator*; o *Homo sapiens autocorruptus*; o *Homo sapiens obsidiatus*; o *Homo sapiens mesmeticus*; o *Homo sapiens immaturus*.

#### V. Argumentologia

**Exemplologia:** *miniparadoxo da autossabotagem* = a *conscin adolescente privando-se de participar de festa aguardada por meses devido à espinha surgida no rosto*; *maxiparadoxo da autossabotagem* = a *conscin suicida privando-se das inúmeras oportunidades da vida intrafísica devido à desilusão amorosa*.

**Culturologia:** a *cultura do derrotismo*.

**Atitude.** A atitude autossabotadora pode ser dividida em 2 tipos, listados em ordem alfabética:

1. **Ativa:** a atuação elegida capaz de obstruir ou destruir a possibilidade de êxito.
2. **Passiva:** a privação ou omissão elegida capaz de impedir ou dificultar a possibilidade de êxito.

**Manifestação.** A autossabotagem pode ser manifesta de duas maneiras, enumeradas alfabeticamente:

1. **Óbvia:** o discurso autodepreciativo e / ou o comportamento claramente devastador da automanifestação.
2. **Sutil:** a mensagem não verbal autodepreciativa e a autorização velada para ser maltratada ou lesada por terceiros.

**Paradoxo.** A autossabotagem é conduta paradoxal na medida de o maior beneficiado pela própria evolução tornar-se o maior impedidor ao atingimento das próprias metas existenciais.

**Insucesso.** Os possíveis ganhos não superam os prejuízos evolutivos autoimpostos com a escolha renitente do insucesso.

**Abalo.** A sequência de experiências fracassadas, mesmo autopatrocinadas, abalam o autoconceito, pois provam para si a própria incapacidade, incompetência e ineficiência em empreender a aut-evolução lúcida.

**Consternação.** Reconhecer os comportamentos reiterados de auto-boicote implica em admitir a própria responsabilidade pelos fracassos.

**Conscientização.** Analisar sinceramente os resultados colhidos com a autossabotagem permite a conscientização das desvantagens pessoais com a autestagnação e dos prejuízos grupais quando se omitem os autotalentos.

**Autodecepção.** Diante da autodecepção inevitável, lastimar e desanimar seria repetir a conduta autossabotadora, pois fixa a atenção no passado imutável.

**Maturidade.** Eis, em ordem funcional, a sugestão de 3 condutas evolutivas perante a constatação da autossabotagem:

1. **Identificar e prevenir:** caracterizar o padrão comportamental autodestrutivo e motivar-se a quebrá-lo por meio de estratégias preventivas.
2. **Inventariar e recompor:** elencar as perdas existenciais e entendê-las enquanto passíveis de recomposições diretas ou indiretas no aqui-e-agora.
3. **Agir e evoluir:** atuar proativamente para aproveitar as oportunidades contemporâneas para evolução consciencial.

## VI. Acabativa

**Remissologia.** Pelos critérios da *Mentalsomatologia*, eis, por exemplo, na ordem alfabética, 15 verbetes da *Enciclopédia da Conscienciologia*, e respectivas especialidades e temas centrais, evidenciando relação estreita com o *paradoxo da autossabotagem*, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Antivitimologia:** Holomaturologia; Homeostático.
02. **Autassédio:** Parapatologia; Nosográfico.
03. **Autocastração:** Consciencioterapia; Neutro.
04. **Autocorrupção:** Parapatologia; Nosográfico.
05. **Autodespriorização:** Autodiscernimentologia; Nosográfico.
06. **Autodesrespeito:** Autoconscienciometrologia; Nosográfico.
07. **Autoperdoador:** Parapatologia; Nosográfico.
08. **Autopromoção evolutiva:** Evoluciologia; Homeostático.
09. **Autotortura:** Autoconscienciometrologia; Nosográfico.
10. **Encolhimento consciencial:** Parapatologia; Nosográfico.

11. **Holopense autocoercivo:** Holopensenologia; Nosográfico.
12. **Opção pelo autodesassédio:** Voliciologia; Homeostático.
13. **Sabotagem extrafísica:** Paraconviviologia; Nosográfico.
14. **Síndrome da pré-derrota:** Parapatologia; Nosográfico.
15. **Sucumbência:** Parapatologia; Nosográfico.

**A AUTOSSABOTAGEM DENOTA TRAIÇÃO INJUSTIFICÁVEL:  
AO IMPEDIR-SE DE EFETIVAR RESOLUÇÕES E APTIDÕES,  
A CONSCIN DETÉM O PRÓPRIO AVANÇO E ABSTÉM-SE  
DE EXEMPLIFICÁ-LO EM PROL DA EVOLUÇÃO GRUPAL.**

**Questionologia.** Você, leitor ou leitora, mantém condutas autossabotadoras? Por qual razão lógica?

**Bibliografia Específica:**

1. Chamine, Shirzad; *Inteligência Positiva: Por que só 20% das Equipes e dos Indivíduos alcançam seu Verdadeiro Potencial e como você pode Alcançar o seu* (Positive Intelligence: Why only 20% of Teams and Individuals achieve their True Potential and how you can Achieve yours); revisores Rafael Correa; Cristiane Pacanowski; & Joana Milli; trad. Regiane Winarski; 218 p.; 13 caps.; 14 enus.; 6 esquemas; 2 fotos; 2 ilus.; 1 microbiografia; 13 tabs.; 23 x 16 cm; br.; *Objetiva*; Rio de Janeiro, RJ; 2013; páginas 13 a 129.
2. Flippen, Flip; & White, Chris; *Pare de se Sabotar e dê a Volta por Cima: Como se Livrar dos Comportamentos que atrapalham sua Vida* (The Flip Side); revisoras Ana Grillo; et al.; trad. Carolina Alfaro; 224 p.; 21 caps.; 32 enus.; 2 microbiografias; 21 x 14 cm; br.; *Sextante*; Rio de Janeiro, RJ; 2010; páginas 12 a 40.
3. Gomes, Getúlio; *Sai desse Corpo que não te pertence: Uma Maneira Divertida de Exorcizar a Autossabotagem*; pref. Darcio Cavallini; 284 p.; 30 caps.; 1 citação; 24 enus.; 1 esquema; 2 fotos; 1 gráf.; 1 ilus.; 1 microbiografia; 23 x 16 cm; br.; *Centro de Estudos Vida & Consciência Editora*; São Paulo, SP; 2011; páginas 21 a 24, 42 a 50, 68 a 80 e 112 a 118.
4. Guarnieri, Vinicius; & Patrão, George; *Alquimia Pessoal: Como Vencer a Autossabotagem e Atingir a Prosperidade Total*; revisora Assertiva Produções Editoriais; 122 p.; 8 caps.; 7 enus.; 9 esquemas; 2 fotos; 2 microbiografias; 23 x 17 cm; br.; *DSOP Educação Financeira*; São Paulo, SP; 2013; páginas 10 a 44.
5. Rosner, Stanley; & Hermes, Patricia; *O Ciclo da Autossabotagem: Por que repetimos Atitudes que destroem nossos Relacionamentos e nos fazem Sofrer* (The Self-As Cycle: Why We Repeat Behaviours); trad. Eduardo Rieche; 208 p.; 8 caps.; 2 citações; 2 microbiografias; 23 x 15,5 cm; br.; *BestSeller*; Rio de Janeiro, RJ; 2009; páginas 13 a 29 e 181 a 200.
6. Stamateas, Bernardo; *Autossabotagem: Reconheça e mude as Atitudes que você toma Contra si mesmo* (Autoboicot); revisor Tulio Kawata; trad. Sandra Martha Dolinsky; 190 p.; 13 caps.; 86 enus.; 1 foto; 1 microbiografia; 33 refs.; 21 x 14 cm; br.; *Editora Academia de Inteligência*; São Paulo, SP; 2009; páginas 11 a 28, 110 a 126, 174 e 183.
7. Vicenzi, Siomara; *Enfrentamento da Auto-sabotagem através do Trafatismo*; Artigo; *Anais do I Simpósio de Autoconsciencioterapia*; Foz do Iguaçu, PR; 27-28.10.07; 1 E-mail; 11 enus.; 1 microbiografia; 10 refs.; *Organização Internacional de Consciencioterapia* (OIC); Foz do Iguaçu, PR; 2007; páginas 113 a 123.

A. L.