

PARADOXO DA AUTOSSABOTAGEM (AUTASSEDIOLOGIA)

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.

Megapensenologia. Eis 3 megapenses 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 nosopensenidade; os toxicopensenes; a toxicopensenidade; a patopensenização 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 incomplexidade 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 deterioração 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 autoperdonator*; 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 autoboicote 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

Remissiologia. 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. **Holopensene 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 Traforismo*; 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.