

TÉCNICA DO DIÁLOGO-DESINIBIÇÃO (COMUNICOLOGIA)

I. Conformática

Definologia. A *técnica do diálogo-desinibição* é a estratégia ou conjunto de procedimentos utilizados pela conscin, homem ou mulher, para desenvolver transparência e harmonia na intercomunicação diuturna, visando exposição cosmoética franca e amplificação da intercooperação lúcida.

Tematologia. Tema central homeostático.

Etimologia. O vocábulo *técnica* procede do idioma Francês, *technique*, derivado do idioma Latim, *technicus*, e este do idioma Grego, *tekhnikós*, “relativo à Arte, à Ciência ou ao saber, ao conhecimento ou à prática de alguma profissão; hábil”. Apareceu no Século XIX. O termo *diálogo* decorre do idioma Latim, *dialogus*, e este do idioma Grego, *diálogos*, “conversação; diálogo”. Surgiu no Século XIV. O prefixo *des* deriva do idioma Latim, *dis* ou de *ex*, “negação; oposição; falta; separação; divisão; aumento; reforço; intensidade; afastamento; supressão”. A palavra *inibir* procede também do idioma Latim, *inhibere*, “deter; fazer recuar; impedir; reter; embarçar; exercer autoridade; infligir (castigo). Surgiu no Século XVI. O termo *desinibição* apareceu no Século XVIII.

Sinonimologia: 1. *Técnica da fórmula DD*. 2. *Técnica da comunicação sem timidez*. 3. *Técnica da conversa horizontal sem travas*. 4. *Técnica do debate sem empecilhos*. 5. *Técnica da interlocução desrepressora*. 6. *Técnica da interação desinibidora*. 7. Método do diálogo sem inibição.

Neologia. As 3 expressões compostas *técnica do diálogo-desinibição*, *técnica do diálogo-desinibição superficial* e *técnica do diálogo-desinibição profunda* são neologismos técnicos da Comunicologia.

Antonimologia: 01. Teoria do diálogo desinibição. 02. *Técnica do monólogo inibidor*. 03. *Técnica do acanhamento antidiálogo*. 04. *Técnica da limitação comunicativa*. 05. *Técnica de fuga do debate*. 06. Comunicação manipuladora. 07. Comunicação repressora. 08. Comunicação tímida. 09. Hábito do discurso proibitório. 10. Manutenção do travão comunicativo.

Estrangeirismologia: o *feedback* mútuo; o *recall* do relacionamento; a *glasnost* comunicativa; o *tête-à-tête* conciliador; a *open mind* pró-entendimento; a comunicação *clean* independente do assunto; o *mutual understanding*; a comunicação *face to face*; o *approach* afetivo; o desenvolvimento das *communication skills*; o *whole pack* da comunicação interassistencial; o *Argumentarium*.

Atributologia: predomínio das faculdades mentais, notadamente do autodiscernimento quanto à comunicabilidade madura.

Megapensenologia. Eis 5 megapensenes trivocabulares relativos ao tema: – *Diálogo exige técnica. Mágoas, não. Diálogo. Mantenhamos diálogos construtivos. Inibições perpetuam dogmas. Debates exercitam neocompreensões*.

Coloquiologia: o *papo reto* alinhando expectativas; o ato de *trocar ideia*; a iniciativa de *puxar conversa*; a disponibilidade mútua para *2 dedos de prosa*.

Citaciologia. Eis 3 citações referentes ao assunto: – *O diálogo cria base para colaboração* (Paulo Freire, 1921–1997). *Quem não se comunica, se trumbica* (José Abelardo Barbosa de Medeiros, Chacrinha, 1917–1988). *Quando há um diálogo verdadeiro, ambos os lados estão dispostos a mudar* (Thich Nhat Hanh, 1926–2022).

Proverbiologia: – “Conversando a gente se entende”. “Bem-dizer e bem-ouvir é a arte de conversar”.

Ortopensatologia. Eis 4 ortopensatas, listadas na ordem alfabética e classificadas em 3 subtítulos:

1. “**Debates.** Há mais liberdade e inteligência onde surgem as discórdias e os debates do que nos holopensenes dominados pela **unanimidade**”. “Paradoxalmente, os debates sustentam as **uniões duradouras**, inclusive entre os duplistas cosmoéticos”.
2. “**Diálogos.** Os **malentendidos** existem por falta de diálogos adequados entre as pessoas”.
3. “**Inibição.** Quem é **inibido** não ajuda nem a si nem a outrem”.

II. Fatuística

Penosenologia: o holopensene pessoal da comunicabilidade; o holopensene pessoal desrepressor; o holopensene pessoal acolhedor; o holopensene pessoal da sinceridade multidimensional; os comunicopensenes; a comunicopensenidade; os interopensenes; a interopensenidade; os conviviopensenes; a conviviopensenidade; os liberopensenes; a liberopensenidade; a pensenidade integrativa do convite ao diálogo; a pensenidade questionadora ampliando as reflexões; os criticopensenes; a criticopensenidade; a pensenidade da interlocução empática fortalecendo laços afetivos; os afetivopensenes; a afetivopensenidade; o holopensene debatológico propiciando oportunidades de interassistência tarística.

Fatologia: a tecnicidade comunicativa; a superação dos desconfortos comunicativos; a atenção ao meio e à forma de comunicação mais adequados para cada contexto e interlocutor; a sinceridade e honestidade na exposição das opiniões; a ampliação da autenticidade; o fortalecimento das amizades advindas do diálogo; o debate sobre questões e resultados hauridos do *Conscienciograma*; o respeito aos limites do interlocutor; a compreensão às falhas de comunicação; a pergunta substituindo a suposição; o compartilhamento dos traumas facilitando a desdramatização; o investimento afetivo em ouvir o outro; a observação da comunicação não verbal; o acolhimento das demandas do interlocutor; a necessidade do diálogo para organização grupal; o maior conhecimento dos traços de manifestação decorrentes da autexposição; a maior sustentabilidade das decisões tomadas em conjunto após debate; a real intenção de resolver os desentendimentos e conflitos; o pedido de desculpas reduzindo as interprisões; a retratação dos posicionamentos antiquados; o compartilhamento das experiências e neoaprendizados; a superação da vergonha na abordagem de temas difíceis; a desinibição sexual tarística; o ato de saber afastar-se ou aproximar-se quando necessário; a tares horizontal; a disposição para o diálogo independentemente do assunto; o aprofundamento da empatia; os questionamentos encorajando o uso do laringochakra; a insistência em obter respostas sinceras; a verificação quanto ao entendimento do exposto; a emissão e recepção de *feedbacks*; o cuidado com as críticas excessivas; a otimização da convivência; a ampliação da autocompreensão pela autexposição; o cuidado com o excesso de exposição nas redes sociais; a evitação da pseudo-harmonia; a conversa íntima antes da noite de sono; o conhecimento do *background* consciencial do(a) companheiro(a); o acolhimento sincero dos trafores do(a) parceiro(a); o entrosamento e a organização otimizados do casal resultante da comunicação constante; o oaristo; a leitura e o debate auto e heteravaliativos a 2 a partir das listagens e questionamentos do *Manual da Dupla Evolutiva*; o aproveitamento dos trafores em dupla; o desenvolvimento da harmonia; o interesse pelo significado das palavras evitando malentendidos; os neologismos ampliando a cognição comunicativa; a ampliação da convivialidade; as neoverpons descobertas mediante debates construtivos e cosmoéticos.

Parafatologia: a autovivência do estado vibracional (EV) profilático; a assimilação simpática (assim) de energias conscienciais (ECs); a parapercepção das energias conscienciais do interlocutor; a paracaptação das ideias antes de serem verbalizadas; a telepatia em dupla; as projeções conscienciais em conjunto; a retrocognição de vivências intermissivas a 2; as inspirações extrafísicas direcionadas ao(à) parceiro(a); a sinergia energética do casal aumentando a parassegurança de ambos; a achega dos amparadores extrafísicos promovendo a desinibição comunicativa pró-tares mútua.

III. Detalhismo

Sinergismologia: o *sinergismo patológico autassédio–inibição comunicativa*; o *sinergismo nocivo acriticismo–repressão*; o *sinergismo desinibição mentalsomática–desinibição laringochacral*; o *sinergismo da intimidade interpessoal* possibilitando maior abertismo ao diálogo.

Principiologia: o *princípio da liberdade de pensamento e expressão*; o *princípio da transparência*; a *manutenção do princípio da descrença (PD)* independente do interlocutor.

Codigologia: o *código pessoal de Cosmoética (CPC)* evitando posturas anticomunicativas; o *código duplista de Cosmoética (CDC)*; o *código grupal de Cosmoética (CGC)* assegurando o espaço de fala de todos.

Teoriologia: as *teorias linguísticas*; a *teoria da inteligência comunicativa*; a *teoria do vínculo consciencial*; a *teoria da assinatura pensênica*.

Tecnologia: a *técnica do diálogo–desinibição*; a *técnica da eliminação do tema tabu*; a *técnica da quantidade com qualidade* aplicada aos diálogos; a *técnica da desdramatização emocional*; a *técnica do enfrentamento do malestar*; a *técnica do sexo diário* contribuindo para a empatia comunicativa; as *técnicas energéticas de desbloqueio do laringochacra*; a *técnica da comunicação não violenta (CNV)*; a *técnica da dupla evolutiva (DE)*.

Voluntariologia: o diálogo no grupo de voluntariado melhorando resultados e evitando assédios; os *feedbacks* dos colegas de voluntariado; a *compreensão do sigilo assistencial* no voluntariado de diferentes *Instituições Conscienciocêntricas (ICs)*.

Laboratoriologia: o *laboratório conscienciológico da Comunicologia*; o *laboratório conscienciológico Tertularium*; o *laboratório conscienciológico da Autopensologia*; o *laboratório conscienciológico da Duplologia*; o *labcon pessoal* compartilhado.

Colegiologia: o *Colégio Invisível da Comunicologia*; o *Colégio Invisível da Conviviologia*; o *Colégio Invisível da Debatologia*; o *Colégio Invisível da Paradiplomaciologia*.

Efeitologia: o *efeito dos auto e heteroquestionamentos ampliadores da cognição*; o *efeito halo da comunicação aberta*; o *efeito da comunicação parental transparente na educação das crianças*; o *efeito do acolhimento ao outro favorecendo a autenticidade*; o *efeito de respeitar as opiniões divergentes*; o *efeito acolhedor da escuta ativa*; o *efeito reeducativo dos diálogos*; o *efeito da desinibição ideativa na tenepes*.

Neossinapsologia: as *neossinapses decorrentes de autexposição e debate*; as *neossinapses adquiridas pelo aprendizado com erros de abordagem*; as *neossinapses resultantes do abertismo às realidades conscienciais diferenciadas*.

Ciclogia: o *ciclo argumentos–contrargumentos*; o *ciclo momento de falar–momento de ponderar*; o *ciclo diálogo–reflexão*; o *ciclo posicionamento–debate–neoposicionamento*; o *ciclo problemática–debate–cooperação*; o *ciclo virtuoso da desinibição*.

Enumerologia: a *dramatização inibidora*; a *vergonha inibidora*; a *timidez inibidora*; a *insegurança inibidora*; a *culpa inibidora*; a *raiva inibidora*; a *defesa da autoimagem inibidora*. O *diálogo fluido*; o *diálogo habitual*; o *diálogo traforista*; o *diálogo inspirador*; o *diálogo desassequador*; o *diálogo tarístico*; o *diálogo cosmovisiológico*.

Binomiologia: o *binômio admiração–discordância*; o *binômio afetividade–sexualidade* ampliado pela comunicação franca do casal; o *binômio empatia–assertividade*; o *binômio sinceridade–leveza* vivenciado pela desinibição; o *binômio escutar–ser escutado*; o *binômio compreender–fazer-se compreender*.

Interaciologia: a *interação pergunta–resposta*; a *interação glasnost–autenticidade*; a *interação de ideias divergentes em debates*.

Crescendologia: o *crescendo interlocução restritiva–comunicação sem timidez*; o *crescendo autoinsegurança–autexposição–desinibição–autoposicionamento sadio*; o *crescendo abertismo–universalismo–cosmovisão*; o *crescendo debatofobia–murismo–debatofilia–posicionamento*; o *crescendo opinião–debate–verpon*; o *crescendo posicionamento egoico–posicionamento universalista*.

Trinomiologia: o *trinômio desrepressão–desinibição–diálogo*; o *trinômio abertismo–acolhimento–harmonia*; o *trinômio antirreativo parar–refletir–falar*; o *trinômio observação–re-*

flexão-verbalização; o início da superação das influências patológicas atreladas ao *trinômio sexo-dinheiro-poder*; o *trinômio desinibição-desrepressão-desassédio*.

Polinomiologia: o *polinômio audição-atenção-empatia-compreensão*.

Antagonismologia: o *antagonismo explicitação / introspecção*; o *antagonismo autorrepressão / autodesrepressão*; o *antagonismo abertismo / fechadismo consciencial*; o *antagonismo liberdade de expressão / repressão*; o *antagonismo privacidade / transparência*; o *antagonismo debate útil / polêmica assediadora*; o *antagonismo discussão impositiva / debate produtivo*; o *antagonismo diálogo racional / briga emocional*; o *antagonismo comunicabilidade / timidez*; o *antagonismo diálogo familiar aberto / obediência repressora*.

Paradoxologia: o *paradoxo de o uso da mesma técnica não uniformizar as condutas*; o *paradoxo de saber calar para saber falar*; o *paradoxo de a evolução individual ser possível apenas em contexto grupal*; o *paradoxo amizade-debate*.

Politicologia: a *cognocracia*; a *debatocracia*; a *argumentocracia*; a *democracia*; a *autenticocracia*; a *assistenciocracia*; a *convivioocracia*.

Legislogia: o Artigo 200, § 2º, da *Constituição da República Federativa do Brasil* (1988), garantindo liberdade de expressão; a *lei do maior esforço* aplicada à intercompreensão; a *lei de causa e efeito* incidindo na responsabilidade comunicativa.

Filiologia: a *abertismo-filia*; a *debatofilia*; a *comunicofilia*; a *conviviofilia*; a *argumento-filia*; a *transparenciofilia*; a *pacienciafilia*.

Fobiologia: o medo de ser malinterpretado; a *criticofobia*; a *debatofobia*; a *alodoxafobia*; a *glossofobia*; a *onomatofobia*; a *sociofobia*; a *malaxofobia*.

Sindromologia: a *síndrome da insegurança*; a *síndrome da verborragia*; a *síndrome da apriorismose* impedindo o debate frutífero; a *síndrome da ribalta* levando aos monólogos; a *síndrome da gurulatria*; a *síndrome do justiceiro* impedindo o diálogo interassistencial.

Maniologia: a eliminação da mania das minimentiras; a mania de recomendar debate para as ideias alheias excluindo as próprias; a mania do silêncio autodepreciativo; a mania de responder perguntas monossilabicamente dificultando os diálogos; a mania dos vícios de linguagem.

Mitologia: o *mito da comunicação perfeita*; o *mito de a discussão e o debate representarem conflitos*; o *mito de a convivência sadia não ter discussões*.

Holotecologia: a *comunicoteca*; a *convivioteca*; a *duploteca*; a *atencioteca*; a *controversoteca*; a *dialecticoteca*; a *diplomacioteca*; a *eloquencioteca*.

Interdisciplinologia: a *Comunicologia*; a *Tecnologia*; a *Anticonflitologia*; a *Intercompreensiologia*; a *Debatologia*; a *Laringochacrolgia*; a *Coloquiologia*; a *Argumentologia*; a *Refutaciologia*; a *Interaciologia*; a *Duplologia*; a *Convivioologia*; a *Psicossomatologia*; a *Interassistenciologia*; a *Paradiplomaciologia*; a *Ortopensenologia*.

IV. Perfilologia

Elencologia: a *conscin debatedora*; a *conscin autêntica*; a *conscin transparente*; a *conscin honesta*; a *conscin neofílica*; a *conscin-cobaia*; a *conscin lúcida*; a *dupla evolutiva*; o *casal íntimo*; o *casal incompleto*; a *isca humana lúcida*; o *ser interassistencial*; o *ser desperto*.

Masculinologia: o *tímido*; o *reprimido*; o *introvertido*; o *solitário*; o *monossilábico*; o *lacônico*; o *interlocutor*; o *comunicador*; o *comunicólogo*; o *conviviólogo*; o *namorado*; o *marido*; o *parceiro evolutivo*; o *duplólogo*; o *intermissivista*; o *autoconsciencioterapeuta*; o *autorreeducador*; o *exemplarista*; o *reciclante existencial*; o *inversor existencial*.

Femininologia: a *tímida*; a *reprimida*; a *introvertida*; a *solitária*; a *monossilábica*; a *lacônica*; a *interlocutora*; a *comunicadora*; a *comunicóloga*; a *convivióloga*; a *namorada*; a *esposa*; a *parceira evolutiva*; a *duplóloga*; a *intermissivista*; a *autoconsciencioterapeuta*; a *autorreeducadora*; a *exemplarista*; a *reciclante existencial*; a *inversora existencial*.

Hominologia: o *Homo sapiens communicator*; o *Homo sapiens communicologus*; o *Homo sapiens conviviologus*; o *Homo sapiens authenticus*; o *Homo sapiens interassistentialis*; o *Homo sapiens duplarius*; o *Homo sapiens technicus*; o *Homo sapiens autolucidus*; o *Homo sapiens fraternus*; o *Homo sapiens intermissivus*.

V. Argumentologia

Exemplologia: *técnica do diálogo-desinibição superficial* = aquela geradora de entrosamento inicial dos relacionamentos, sem tratar de assuntos sensíveis; *técnica do diálogo-desinibição profunda* = aquela vivenciada pelos componentes veteranos de dupla evolutiva expondo os microuniversos conscienciais.

Culturologia: a *cultura do debate aberto e franco*; a *cultura intercomunicativa sincera*; a *cultura da crítica construtiva*; a *cultura da anticensura*; a *cultura do duplismo*; a *cultura do saber ouvir*; a *cultura interassistencial*; a *cultura dos relacionamentos saudáveis*; a *cultura da re-educação comunicativa*.

Teaticologia. Sob a ótica da *Pragmaticologia*, eis, por exemplo, 9 posicionamentos componentes da *técnica do diálogo-desinibição*, dispostos em ordem alfabética:

1. **Acolhimento.** Estar aberto às necessidades, dificuldades e demandas do outro de maneira fraterna.
2. **Comunicação.** Alternar o ato de ouvir de maneira atenta e o de falar de maneira clara e assertiva.
3. **Desembaraço.** Trabalhar na eliminação da vergonha, timidez ou medo ao tratar de quaisquer assuntos.
4. **Desrepressão.** Abandonar as heteroimposições culturais ultrapassadas travadoras da manifestação consciencial.
5. **Pacificação.** Treinar a calma necessária para argumentar sobre os mesmos temas e assuntos várias vezes.
6. **Qualificação.** Aplicar honestidade e qualificar ao máximo as intenções.
7. **Questionamento.** Perguntar sempre quando necessário visando ampliar a própria compreensão e promover reflexões.
8. **Respeito.** Manter a consideração nos momentos mais acalorados dos debates evitando fugas e desvios.
9. **Resposta.** Receber as perguntas sem esquiva, respondendo quando souber, abstendo-se de apriorismos.

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 a *técnica do diálogo-desinibição*, indicados para a expansão das abordagens detalhistas, mais exaustivas, dos pesquisadores, mulheres e homens interessados:

01. **Autocognição desrepressiva:** Autevoluciologia; Homeostático.
02. **Binômio admiração-discordância:** Conviviologia; Neutro.
03. **Binômio empatia-assertividade:** Conviviologia; Homeostático.
04. **Conversa revigorante:** Coloquiologia; Homeostático.
05. **Desinibição laringochacral:** Comunicologia; Neutro.
06. **Diálogo autêntico:** Anticonflitologia; Homeostático.
07. **Dividendos da autexposição cosmoética:** Autexemplarismologia; Homeostático.
08. **Efeito tarístico da autodesrepressão:** Autorreeducaciologia; Homeostático.

09. **Holopense desrepressor:** Reeduaciologia; Homeostático.
10. **Imaturidade na comunicação:** Comunicologia; Nosográfico.
11. **Inibição comunicativa:** Psicossomatologia; Nosográfico.
12. **Intercomunicação sincera:** Autevoluciologia; Homeostático.
13. **Paradoxo amizade-debate:** Paradoxologia; Homeostático.
14. **Princípio da transparência:** Cosmoeticologia; Neutro.
15. **Tecnicidade comunicativa:** Comunicologia; Neutro.

À VIVÊNCIA DA TÉCNICA DO DIÁLOGO-DESINIBIÇÃO FAVORECE A REEDUCAÇÃO CONVIVOLÓGICA AMPLIANDO O AUTO E HETERODESASSÉDIO A PARTIR DA POSTURA DE TRANSPARÊNCIA E COMUNICAÇÃO COSMOÉTICA.

Questionologia. Você, leitor ou leitora, vivencia posturas e comportamentos comunicativos compatíveis com a *técnica do diálogo-desinibição*? Com quais proveitos evolutivos?

Bibliografia Específica:

1. **Martins, Eduardo;** *Higiene Consciencial; Reconquistando a Homeostase no Microuniverso Consciencial*; pref. Rui Bueno; revisores Equipe de Revisores Editares; 392 p.; 22,5 x 16 cm; br.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2016; páginas 308 a 310.
2. **Niemeyer, Aline;** *Megapensenes Trivocabulares da Interassistencialidade*; pref. Cristiane Ferraro; revisores Laurentino Afonso; *et.al.*; revisoras Kao Pei Ru; *et al.*; 120 p.; 3 seções; 2 caps.; 1 foto; 1 citação; 1 minicurriculo; 20 refs.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2016; páginas 52 e 71.
3. **Vieira, Waldo;** *Léxico de Ortopensatas*; revisores Equipe de Revisores do Holociclo; CEAEC; & EDITARES; 3 Vols.; 2.084 p.; Vols. I e II; 1 *blog*; 652 conceitos analógicos; 22 *E-mails*; 19 enus.; 1 esquema da evolução consciencial; 17 fotos; glos. 7.518 termos; 1.811 megapensenes trivocabulares; 1 microbiografia; 25.183 ortopensatas; 2 tabs.; 120 técnicas lexicográficas; 19 *websites*; 28,5 x 22 x 13 cm; enc.; 2ª Ed. rev. e aum.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2019; páginas 575, 637 e 1.056.
4. **Idem;** *Manual da Dupla Evolutiva*; 208 p.; 40 caps.; 16 refs.; alf.; 21 x 14 cm; br.; *Instituto Internacional de Projeciologia e Conscienciologia (IIPC)*; Rio de Janeiro, RJ; 1997; página 149.
5. **Idem;** *Manual dos Megapensenes Trivocabulares*; revisores Adriana Lopes; Antonio Pitaguari; & Lourdes Pinheiro; 378 p.; 3 seções; 49 citações; 85 elementos linguísticos; 18 *E-mails*; 110 enus.; 200 fórmulas; 2 fotos; 14 ilus.; 1 microbiografia; 2 pontuações; 1 técnica; 4.672 temas; 53 variáveis; 1 verbete enciclopédico; 16 *websites*; glos. 12.576 termos (megapensenes trivocabulares); 9 refs.; 1 anexo; 27,5 x 21 cm; enc.; *Associação Internacional Editares*; Foz do Iguaçu, PR; 2009; página 164.

L. P. C.