

microbook

# Por Que os Casais Brigam?

Série Comportamento

Thiago Porto



# Por Que os Casais Brigam?

## Da Série Comportamento

Por Thiago Porto

### Isenção de Responsabilidade

Todas as informações presentes neste livro são resultado de minhas experiências práticas e aplicadas com hipnose em diferentes contextos, como Hipnoterapeuta, Professor de Hipnose, Auto-Hipnose e Palestrante em shows de Hipnose para Entretenimento, e ainda de minhas pesquisas ao longo dos últimos quase 17 anos. A maneira como apresento todo este material é fruto do meu ponto de vista sobre o tema, da minha metodologia e seleção de conteúdo, portanto, não me responsabilizo por qualquer erro ou omissão com base em outras fontes de referência.

Qualquer responsabilidade sobre produtos, marcas ou serviço que sejam mencionados, são de propriedade de seus respectivos proprietários legais.

### Direitos Autorais

Este material é protegido por leis de direitos autorais. Todos os direitos são reservados. Você não tem permissão para vender, copiar ou reproduzir qualquer parte deste em quaisquer veículos de mídias, tais como sites, blogs, jornais e demais. Qualquer tipo de violação estará sujeito a ações legais.

---

**[O Melhor Método de Hipnose e Hipnoterapia – clique aqui e conheça.](#)**

# Que tal me conhecer melhor?

Compartilho abaixo meus principais meios de contato e convido você a visitá-los, assim conseguirei compartilhar mais conteúdo com você, em diferentes formatos (imagens, vídeos, textos...) e contribuir com seu desenvolvimento.

**Meu Treinamento De Hipnose Clínica:**

- ✓ [Dominando a Hipnoterapia](#)

**Meu Site:**

- ✓ [ThiagoPorto.com.br](#)

**Meu Blog sobre Hipnose:**

- ✓ [Hipnose.blog.br](#)

**Meu Canal de Vídeos:**

- ✓ [Youtube/ThiagoPortoHipnose](#)

**Meu Instagram:**

- ✓ [Instagram/ThiagoPortoHipnose](#)

**Minha Página no Face:**

- ✓ [Facebook/ThiagoPortoHipnose](#)

**Meu Grupo de Mentoria em Hipnose no Telegram:**

- ✓ [Telegram/MentoriaHipnose](#)

**Meu PodCast**

- ✓ [Spotify](#)

---

**O Melhor Método de Hipnose e Hipnoterapia – clique aqui e conheça.**

# O Guia Definitivo para Hipnoterapeutas

Preparado por quem domina o assunto e vive o atendimento com Hipnoterapia em seu dia a dia. Tudo que você precisa.



Tudo sobre Hipnose  
Todas as técnicas que você precisa para hipnotizar qualquer pessoa.

Sintomas  
como tratar sintomas comportamentais e fisiológicos.

Origens  
como encontrar e reprogramar a causa dos transtornos.

Avançado  
Técnicas avançadas de regressão e reprogramação mental.

Tratamento  
como estruturar seus tratamentos para resultados rápidos.

Carga Horária  
a maior carga horária em um curso online de hipnose.

Didática  
a didática de um professor premiado por sua capacidade de ensinar



Complementares  
técnicas de pnl, e outras formas complementares de terapia.

Modelagem  
roteiro completo para tratamento de diversos transtornos como vícios, depressão, fibromialgia, etc...

# Sumário

Sumário .....	5
Por Que os Casais Brigam? .....	6
Saber Encontrar Alguém Que Combine Com Você. ....	9
Saber Adaptar-se ao Seu Par .....	12
Saber Resolver Problemas .....	15
Hipnoterapia .....	17
Conclusão .....	19

## Por Que os Casais Brigam?

Nenhuma pessoa começa um relacionamento com a intenção de ter uma **fonte de brigas** em sua vida, concorda? Então, como isso acaba acontecendo para alguns casais?

Se você perguntar para uma pessoa que está **nos primeiros dias de um namoro**, o que ela espera desta relação, ela vai responder coisas boas, palavras bonitas, as melhores expectativas, por exemplo, um relacionamento com **muito** amor, carinho, companheirismo.

Agora, se perguntar o mesmo para a outra pessoa que também está começando este mesmo relacionamento, a resposta certamente **será a mesma**.

Pergunte se eles querem uma relação com desentendimentos, sofrimento, momentos de raiva, dormir brigados, com clima ruim e tristeza.

**A resposta de ambos será, Não!**

Então se eles possuem as mesmas intenções positivas, os mesmos propósitos saudáveis para o relacionamento e não

incluem desentendimentos, como é que as brigas, as discussões **conseguem entrar?**

Elas são resultado da "**falta de preparo do casal**" para viverem juntos.

Construir um relacionamento feliz exige preparo. Não dá para unir duas pessoas em uma convivência diária, semanal, mensal, presencial ou à distância e achar que vai dar tudo certo **simplesmente porque se gostam.**

Acredite, gostar, sentir atração, paixão e até amor **não são motivos sustentáveis** para um iniciar um namoro, mas a maioria as pessoas acreditam que sim e usam apenas estes critérios para decidir iniciar um relacionamento. Resultado com o tempo, **brigas.**

E quando a relação evolui para um noivado, casamento... mais brigas. Quanto maior for a convivência sem o **devido preparo** do casal para compartilharem a vida, mais sérios os desentendimentos podem se tornar e mais infeliz a relação poderá ser.

Um cenário completamente **oposto** ao que o casal idealizava no início, não é?

**Mas o que é este Preparo? Como se preparar para uma vida compartilhada?**

Vou te contar este segredo agora, então preste muita atenção.

Se preparar para viver em um relacionamento significa **3 coisas:**

1. **Saber encontrar alguém que combine com você;**
2. **Saber se adaptar ao seu par;**
3. **Saber resolver problemas.**

Se ambos tiverem conhecimento para cumprirem estes três critérios, garanto que conseguirão alcançar e manter o relacionamento que imaginavam ter.

Mas se você já está em uma relação e descobrindo agora que ela não cumpre nenhum deste 3 requisitos, não se preocupe, ainda **dá tempo de corrigir** sem precisarem se separar e eu vou ensinar como.

Antes, vou explicar o que são estes três requisitos.



## Regras para uma Relação sem brigas



Saber encontrar  
alguém que  
combine com  
você



Saber se  
adaptar ao  
seu par



Ter habilidade de  
resolver  
problemas

### Saber Encontrar Alguém Que Combine Com Você.

Basicamente significa aprender a escolher uma pessoa para sua vida, por seus **comportamentos**.

Os critérios que as pessoas utilizam para escolherem seus pretendentes são superficiais, todos possíveis **menos o comportamento**.

Geralmente as prioridades são, beleza, aparência física, saldo bancário, influência de amigos e até por carência.

*Você compraria um brinquedo quebrado só porque está uma caixa bonita? **Com certeza não**, mas é isso que uma pessoa está fazendo quando escolhe seu par pela beleza ou por critérios superficiais.*

No dia a dia ela não vai conviver com uma foto desta pessoa, vai conviver com a pessoa e junto com a beleza vai descobrir que **existem também os comportamentos**. Se não forem como espera e precisa, é como se decepcionar com um brinquedo quebrado em uma embalagem bonita.

A beleza pode até atrair e gerar desejo, mas o que você quer mesmo é o que está dentro.

Não adianta escolher alguém por estes critérios e não avaliar também o quanto os comportamentos combinam com os seus. **O resultado serão as Brigas de Casal.**

Mas existe um problema, eu sei, as pessoas **não costumam ser 100% verdadeiras sobre seus comportamentos na fase de conquista**, por outro lado, é por isso que não se deve sair namorando e se casando com a pessoa ao estilo *Las*

Vegas com “Elvis Presley” celebrando o matrimônio depois da balada.

É importante perceber, observar e até testar a pessoa para **conhecer e avaliar seus comportamentos reais**, porque os comportamentos falsos irão enfraquecer como tempo, dando lugar aos verdadeiros.

O ideal mesmo seria ambos serem completamente honestos e transparentes sobre como realmente são, para que ninguém seja iludido e tenham a oportunidade de se **adaptarem** de maneira saudável um ao outro.



# Saber Adaptar-se ao Seu Par

Regra inicial, **não dá para viver em uma relação como se vive em uma vida de solteiro(a)**. E os comportamentos que precisam mudar, não são apenas aqueles que permitem se envolver com outras pessoas.

As pessoas acreditam que a **única diferença** entre estar solteiro e estar em um relacionamento é que você deixa de poder se envolver com outras pessoas.

Por isso as brigas de casal surgem.

Para construir e manter um relacionamento saudável, pode ser necessário abrir mão ou negociar **mais comportamentos**.

Podemos classificar os comportamentos em **3 grupos**: Os que precisam ser mantidos em uma relação, os que precisam ser abandonados e os que precisam ser negociados.

O segredo da felicidade para um casal sem brigas, está em **ter sabedoria** para colocar cada comportamento no lugar certo.

Quais comportamentos? **Todos os que estiverem presentes na relação**.

O que são estes comportamentos? Por exemplo, gostar de futebol, passar horas com a família no telefone, dormir tarde, gostar de videogame, música ruim, filmes de terror, drama, até o fato de se ter um filho é um padrão de comportamento. E como descobrir onde cada jeito de ser se encaixa? Usando a seguinte regra.

Como descobrir onde cada jeito de ser se encaixa? Usando a seguinte regra.

**1- Os comportamentos que agradam seu par, devem ser mantidos e amplificados.**

**2- Já os comportamentos que desagradam seu par, devem ser avaliados.**

Os que você consegue abandonar, faça-o logo.

Os que você não consegue abandonar, negocie de maneira que ambos possam ceder um pouco para chegar a um meio termo.

Os que não consegue abandonar e nem negociar, devem ser compensados por outros positivos que superem as

expectativas. *Caso contrário o relacionamento não deveria prosseguir...*

Por exemplo, **se seu crush gosta muito de redes sociais** (*situação bem normal nos dias de hoje*), naturalmente terá comportamentos compatíveis com este gosto como passar muito tempo fazendo ou vendo postagens, dedicar atenção a interagir com os seguidores etc, mas se estes comportamentos geram incômodos em você, é só avaliar. É possível abandonar estes comportamentos? **Ótimo, deve abandonar.**

Se não, é possível negociá-los reduzindo o tempo que dedica às redes ou deixando para navegar nos momentos em que estiverem longe para que este hábito não consuma o tempo que o casal tem para passar juntos, **então deve mudar.**

Se não for possível negociar, então **deve compensar** com mais gestos que você perceba como positivos, como convites para sair, carinho, atenção etc.

Trocando as redes sociais neste exemplo por qualquer outro comportamento, ambos sendo capazes de agir corretamente, estarão **praticando a adaptação com sabedoria**.

Não caia na pegadinha de acreditar que **uma pessoa deve aceitar a outra como a conheceu** integralmente, esta regra só é verdade se a pessoa tiver a **sorte, improvável**, de conhecer alguém que não se incomode com seus comportamentos.



## Saber Resolver Problemas

Ainda vou escrever um livro sobre esse tema, o assunto merece.

A **habilidade de saber resolver problemas é praticamente um super poder**, extremamente simples de se explicar mais muito difícil de se aplicar.

Basicamente se trata de ter foco na solução, ter criatividade e saber conversar.

Mas o que as pessoas acabam fazendo quando enfrenta um problema para ser resolvido na relação, é preocupando-se mais sem **se defender e atacar o outro**, fazer terapia **desabafando com ofensas** que só fazem inflamar a situação, gerando mais brigas de casal.

*[\(Se quiser saber mais sobre o motivo das pessoas não reconhecerem suas falhas, recomendo este artigo\)](#)*

**Focar na Solução é sempre melhor** do que tentar encontrar um culpado ou uma justificativa.

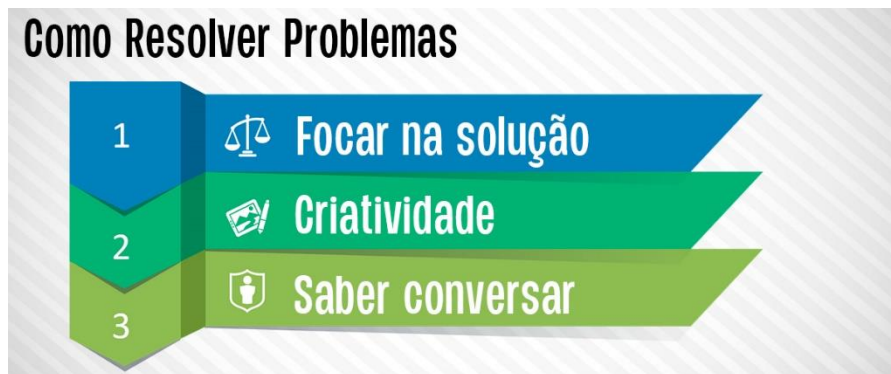
**Usar a Criatividade é um meio de estimulá-la** também, pensar em soluções positivas é um ótimo exercício.

E **Saber Conversar significa se expressar com clareza e objetividade**, com respeito, sem deixar que sua fala se



transforme em um desabafo terapêutico. Significa também **saber ouvir**.

Quando ambos estão preparados assim, não haverá problema que derrube a relação.



## Hipnoterapia

E a Hipnoterapia, como entra nesta história?

Como um método terapêutico para ajudar o casal nesta caminhada em resultados que não consigam alcançar sozinhos, por exemplo:

---

**[O Melhor Método de Hipnose e Hipnoterapia – clique aqui e conheça.](#)**

Se uma pessoa **não consegue avaliar os comportamentos do seu candidato (a)** porque acaba se envolvendo rápido demais por carência, solidão ou qualquer coisa do gênero, a Hipnoterapia ajudará a regular estas emoções na mente subconsciente para que não atrapalhem mais.

Se uma pessoa **não consegue se adaptar negociando, cedendo ou aceitando** os comportamentos do seu par, a Hipnoterapia ajudará tratando a insegurança, a falta de empatia ou qualquer outra reação emocional de resistência que exista.

E se a pessoa **não conseguir desenvolver a capacidade de resolver problemas**, a Hipnoterapia poderá ajudar tratando o excesso de vaidade, orgulho, medo etc.

[\(Se quiser saber mais sobre hipnoterapia, recomendo este artigo\)](#)

Os pré-requisitos para a Hipnoterapia são, **encontrar um bom Hipnoterapeuta e querer mudar** estes comportamentos.

# Hipnoterapia



## Conclusão

Por fim agora você entende melhor como as brigas de casal conseguem entrar nas relações e principalmente, **como podem ser prevenidas ou tratadas** de maneira saudável, mantendo a relação forte.

E se você está em uma relação que não tinha atenção para estes 3 pontos, sempre estará em tempo de começar e recuperar o tempo perdido.

Usem o **diálogo** como ferramenta para buscar a **melhora adaptação** possível e desenvolver a **habilidade de resolver**

**problemas.** Sempre estará em tempo. Se precisarem de apoio busquem ajuda em terapia.

Todo relacionamento **começa bem** e cabe a **ambos** a responsabilidade de manter uma convivência feliz e uma relação próspera, que faça bem e seja melhor que a vida de antes.

Um grande abraço e Muuuuito Beeeem!!!

# Mensagem Final

E acabou... Ohhhhhhh... =(

Mas o fato de ter acabado aqui é um bom sinal porque agora é hora de dar os próximos passos aplicando este conteúdo na vida real.

Se você gostou do que leu e quer continuar se desenvolvendo, quero convidar você para ler também meus outros e-books, são complementares a este. Você encontra todos em meu site [www.thiagoporto.com.br](http://www.thiagoporto.com.br). Venha fazer uma visita e pegar os seus!!!

E quero também te convidar para conhecer o meu treinamento online “Dominando a Hipnoterapia”. =)

Acredite (ou duvide e venha conferir), este é o curso online mais completo que existe sobre Hipnose e Hipnoterapia! Tenho certeza que você irá gostar e perceber que fez um dos melhor investimentos de tempo e dinheiro da sua vida.

Saiba mais clicando na imagem que está na última página.

---

**O Melhor Método de Hipnose e Hipnoterapia – clique aqui e conheça.**

Agora, gostaria muito de lhe fazer um pedido: mande-me uma mensagem, dizendo o que você achou deste livro.

Pode ser um *e-mail*, um *sms*, um *whatsapp*, uma carta, o que preferir.

Eu realmente gostaria muito de merecer este seu carinho. Fique à vontade para criticar e sugerir outros tópicos.

Logo abaixo, deixo alguns outros canais de contato e desejo todo sucesso e saúde do mundo em sua vida!!!

Nos vemos novamente em breve, certeza. =)

Um carinhoso abraço do amigo,

**Thiago Porto**

**Email:** [contato@thiagoporto.com.br](mailto:contato@thiagoporto.com.br)

**Whatsapp:** 31- 99855-9090

# O Guia Definitivo para Hipnoterapeutas

Preparado por quem domina o assunto e vive o atendimento com Hipnoterapia em seu dia a dia. Tudo que você precisa.



Tudo sobre hipnose  
todas as técnicas que  
você precisa para  
hipnotizar qualquer  
pessoa.

Sintomas  
como tratar sintomas  
comportamentais e  
fisiológicos.

Tratamento  
como estruturar seus  
tratamentos para  
resultados rápidos.

Origens  
como encontrar e  
reprogramar a  
causa dos transtornos.

Avançado  
Técnicas avançadas  
de regressão e  
reprogramação  
mental.

Carga Horária  
a maior carga  
horária em um  
curso online de  
hipnose.

Didática  
a didática de  
um professor  
premiado por  
sua capacidade  
de ensinar



Complementares  
técnicas de pnl,  
e outras formas  
complementares de  
terapia

Modelagem  
roteiro completo para  
tratamento de  
diversos transtornos  
como vícios, depressão,  
fibromialgia etc...