

## TEORIA DO REPERTÓRIO ABSTÊMIO<sup>1</sup>

Como dito antes, o processo de adicção tem como um de seus efeitos o estreitamento de repertório, ou seja, a redução das esferas sociais, emocionais, intelectuais, afetivas e racionais do adicto<sup>2</sup>. Para remediar essa redução, durante o processo abstêmio, utiliza-se a técnica da MENTE ABERTA.

Em suma, a melhor técnica – ou técnica mais efetiva - para aumentar o repertório é a MENTE ABERTA<sup>3</sup>. O que importa nesse momento é o que ocorrerá após a aplicação sistemática da técnica da MENTE ABERTA, ou seja, após o aumento do repertório. Dessa forma, com o passar do tempo em abstinência a pessoa desenvolverá novas formas de pensar, sentir e agir perante os atos da vida. Um novo S.I.A.+ será desenvolvido fazendo com que o repertório que antes estava estreito e limitado se amplie e se desenvolva. Esse novo repertório será o repertório abstêmio. O repertório abstêmio consiste no número de relações e interações com o mundo exterior.

O repertório abstêmio faz parte do S.I.A.+ e do S.I.A.++. De fato, o número de relações e interações que o abstêmio possui com o mundo exterior é muito superior ao número de relações que possuía quando estava mergulhado na adicção. O repertório abstêmio é - e precisa ser - muito maior que o repertório adicto. Enquanto no repertório adicto existe uma interiorização, no repertório abstêmio haverá uma exteriorização.

CARACTERÍSTICAS DO REPERTÓRIO ABSTÊMIO	CARACTERÍSTICAS DO REPERTÓRIO ADICTO
direcionado ao exterior da pessoa (exteriorização)	foca-se no universo interior da pessoa (interiorização)
significa desenvolvimento	significa estreitamento
ampliativo	restritivo

<sup>1</sup> Tema apresentado no Livro e Ebook:

ZIEMMERMANN, Péricles. **Teorias abstemiológicas**. 1ª ed. Curitiba/PR: Edição do autor, 2019. 151 p.; 14 X 21 cm. ISBN: 978-85-924432-2-1. Distribuído pela Editora Simplíssimo.

<sup>2</sup> Esses temas também estão apresentados no Livro e Ebook:

ZIEMMERMANN, Péricles. **Princípios abstemiológicos**. 1ª ed. Curitiba/PR: Edição do autor, 2019. 165 p.; 14 X 21 cm. ISBN 978-85-924432-1-4. Distribuído pela Editora Simplíssimo.

<sup>3</sup> Já havíamos concluído isso no estudo referente ao triângulo da recuperação (honestidade, boa vontade e mente aberta).

CARACTERÍSTICAS DO REPERTÓRIO ABSTÊMIO	CARACTERÍSTICAS DO REPERTÓRIO ADICTO
evolutivo	regressivo
florescimento	deterioração
expansão	definhamento
preservação	ruína
crescimento	atraso
progresso	recuo
avanço	subdesenvolvimento
Sustentação para longos períodos	Insustentável em longos períodos

Quadro: comparação entre repertório abstêmio e repertório adicto.