

## Resumo: Experiências de Abuso e Solidão na Vida do Usuário

O usuário relata experiências de abuso físico e emocional durante a infância e adolescência por parte de seu irmão mais velho, sem a intervenção dos pais. Após a morte dos pais, o usuário cortou contato com o irmão, mas continua sozinho e desconfortável com o contato físico devido às experiências passadas. O especialista, Philippa, oferece conselhos sobre como encontrar um terapeuta e participar de terapia **pokerstars es** grupo ou grupos de apoio para ajudar o usuário a construir uma "família escolhida" e superar as cicatrizes do passado.

### História do Usuário

**A pergunta** *Minha mãe e meu pai estão ambos falecidos. Tenho um irmão mais velho, e nenhum de nós tem parceiros ou filhos. Desde a infância até à idade adulta, meu irmão me agredia regularmente. Meus pais não viram nada de sinistro nisso e disseram que era apenas brincadeira normal entre meninos, mas eu discordava fortemente. Eventualmente, a agressão física parou, mas o abuso emocional continuou e ele criticava tudo sobre mim, incluindo minha aparência, o que estava fazendo com a minha vida e meus parceiros. Meus pais nunca me desafiaram e mesmo sugeriram que merecia isso.*

*Após a morte de meus pais, meu irmão insistiu **pokerstars es** querer uma relação contínua comigo. Ele não tem parceiro ou família própria e nunca procurou uma. O fluxo unidirecional de críticas **pokerstars es** nossa relação não parou, então eventualmente cessei todo o contato com ele.*

*Meu problema é que ainda estou sozinho. O contato físico me incomoda. Meus pais nunca foram demonstrativos fisicamente e as únicas experiências de toque que tive foram agressões administradas por meu irmão. Sinto que agora que tenho cinquenta anos é tarde demais para mudar o que aconteceu comigo ou começar de novo, mas não quero morrer sozinho e sem amor.*

### Resposta de Philippa

**Resposta de Philippa** *Agradeço por compartilhar **pokerstars es** história, e desculpe que tudo isso tenha acontecido com você. Durante a infância, passamos por nossas experiências mais formativas – as que imprimem o sistema de crenças pelo qual vivemos. É difícil se esse sistema significa que profundamente e instintivamente, você sente que o contato físico pode ser potencialmente perigoso e tem medo de relacionamentos próximos como possivelmente humilhantes, dolorosos e sem apoio. Não é surpreendente que as agressões físicas e emocionais que sofreu nas mãos de seu irmão e a falta de apoio de seus pais tenham deixado marcas profundas – marcas que afetam suas relações e **pokerstars es** autoestima. Mas nunca é tarde demais para começar a trabalhar para transformar **pokerstars es** vida. Você não pode mudar o passado, mas pode mudar o seu domínio sobre você.*

Somos formados **pokerstars es** relacionamentos, então a boa notícia é que podemos nos reformatar com outro relacionamento. Uma nova conexão profunda e importante pode redefinir seu sistema de crenças. Quando você experimentar um relacionamento de longo prazo que seja apoiador – quando você aprender a se sentir cuidado por outra pessoa – isso pode mudar **pokerstars es** visão de si mesmo e do mundo. Isso pode ajudá-lo a se tornar vulnerável com

outra pessoa, o que é a base para intimidade.

## Encontrando Ajuda

Essa parceria reformadora e onde a encontrar? É o relacionamento que é possível ter com um psicoterapeuta. Terapia de longo prazo, o que acredito que você precise, é raramente disponível no NHS, então você precisará investir tempo e dinheiro na recuperação. Em seguida, mesmo que você possa pagar por isso, é difícil encontrar o certo. Não é tanto o tipo de terapia que você escolhe que importa, mas quanto boa aliança de trabalho você e seu terapeuta puderem fazer juntos. Vá para um site confiável, como [psychotherapy.org.uk](http://psychotherapy.org.uk), selecione alguns terapeutas locais e contate-os. Se gostar de algum deles, vá para uma conversa exploratória e pergunte-lhes como eles acreditam que possam te ajudar. Escolha aquele que seu instinto diz que funcionará melhor. Acho importante conhecer pelo menos três antes de tomar uma decisão. Você precisa de alguém que entenda o conceito de crenças profundamente incorporadas que lhe serviram bem, mas estão agora ultrapassadas. Você precisa se sentir que eles podem realmente conhecê-lo e que, com o tempo, você seria capaz de aprender a confiar neles.

Uma alternativa mais barata à terapia one-to-one, ou outra fonte de ajuda que você pode ter ao lado da terapia pessoal, é a terapia de grupo e/ou um grupo de apoio. Procure online por grupos locais. Conectar-se com outras pessoas passando por sua própria jornada psicoterapêutica pode fornecer conforto e compreensão.

Acho saudável que você tenha se distanciado de seu irmão, mas seria bom criar uma "família escolhida" – uma rede de apoio de amigos que respeitam e se importam com você e você com eles. Esses relacionamentos podem fornecer o apoio emocional e a companhia de que você precisa: grupos de terapia e grupos de apoio são ótimos lugares para começar a procurar. Engaje-se em atividades que trazem um senso de propósito e realização, seja por meio do trabalho, do voluntariado ou da exploração de interesses que sempre quis explorar. Essas áreas também são locais onde você pode encontrar sua família escolhida.

Os advogados de Baldwin, que deve enfrentar julgamento no início do próximo mês, meses atrás, um novo processo judicial para o qual os promotores negaram evidências mostrando a existência contemporânea de uma Colt 45 revólver que ele usou sobre a Rust, a qual foi danificada na época do acidente.

Baldwin alegou que ele puxou o martelo - mas não o acionador - quando uma arma disparou acidentalmente, disparando um tiro fatal em Hutchins. A equipe de defesa da empresa argumentou na época sobre se ela estava propensa ao mau funcionamento do equipamento e disse:

No ano passado, os promotores rejeitaram uma acusação de homicídio culposo contra Baldwin dizendo que eles foram informados da arma ter sido modificada antes do tiroteio e mal funcionamento. A carga foi posteriormente reintegrada

---

### Informações do documento:

Autor: [symphonyinn.com](http://symphonyinn.com)

Assunto: [pokerstars es](#)

Palavras-chave: [pokerstars es](#) - [symphonyinn.com](#)

Data de lançamento de: 2024-09-08