

*Passo 01:

Ele será muito encantador e carismático ao te conhecer, ou no início do namoro. Irá te tratar como nunca ninguém te tratou, uma verdadeira princesa.

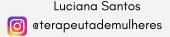
(*Os passos que você verá aqui é o que NORMALMENTE acontece, pode ser que aconteça em ordem diferente, com ou sem agressão física e etc. O importante é você se conscientizar.)



Passo 02:

Ele irá te contar como a(s) última (s) mulher (es) que namorou era louca. não o compreendia e como ela ainda pode aparecer por puro ciúmes ou loucura. contando mentiras horríveis sobre ele.





Passo 03:

Ele te confidencia segredos e sugere que faça o mesmo. Ele será tudo que você precisa, nesta fase você confidenciará um segredo seu que nunca contou a ninguém.



Passo 04:

Ele vai errar, e quando você descobrir ele vai pedir perdão e chorar arrependido. Ele será tão convincente em dizer que não suporta viver sem você que mesmo com provas concretas você o perdoará.



Passo 05:

Ele continuará errando, mas depois de um tempo muda de prática e começará a te acusar pelas mínimas coisas, (sempre falsamente dizendo ser por amor, ou para te ajudar) ou pe los erros que você mesma con fidenciou lá no início, lembra? Com o tempo você não o acusa mais para não ser acusada.



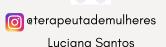
Passo 06:

Nesse ponto ele começará a gritar com você, pode surgir algumas agressões físicas e psicológicas (depreciação, ridicularização e calúnias) . Quando você estiver chorando ele vai se arrepender e dizer que a culpa foi toda sua, da bebida ou da roupa que você está usando.



Passo 07:

Agora as agressões serão mais frequentes e as chantagens emocionais também. Provavelmente ele irá dizer que vai embora, que merece coisa melhor (mas não vai), dirá que ninguém mais vai te querer e ele está fazendo um grande FAVOR de estar com você.



Passo 08:

Nessa fase o ciclo do relacionamento abusivo já está tão enraizado que você já acostumou e não existe mais surpresa, você é uma desesperada. Ele é romântico, agressivo, depois engraçado, depois romântico outra vez.

 $E voc \hat{e}$

já conhe o o jogo.



Passo 09:

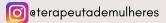
Você já está chata, chora por qualquer coisa, e é só um brinquedo quebrado, ele precisa de "sangue novo". Ele vai inventar um jeito de te culpar pelas traições e vai te descartar, ou pior ainda: ficar com você e com outras.



Passo 10:

Agora, se você esperou até aqui, você é a ex louca da próxima conquista dele.

Luciana Santos



Considerações finais

Esse Manual foi escrito pensando em MULHERES HETEROSSEXUAIS que sofrem com seus companheiros. Mas relacionamentos abusivos podem ocorrer em todas as relações humanas, incluindo amizades, pais- filhos, patrão empregado, professor-aluno e etc.

Tem alguma dúvida? Quer falar comigo? Clique aqui

