



A CONVERSA DIFÍCIL

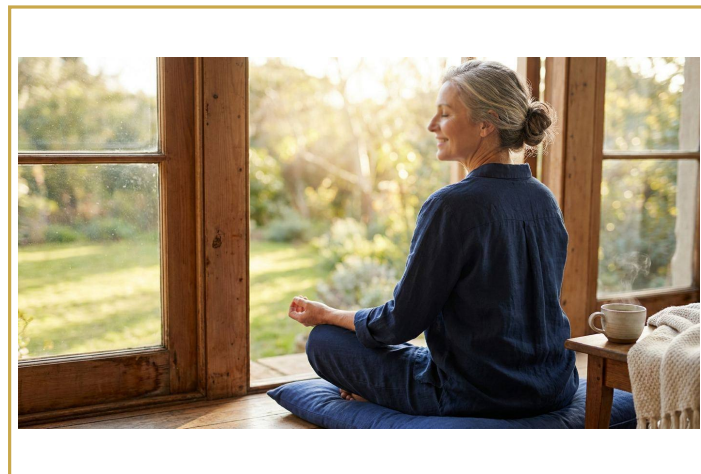
Como falar com ele sobre o que mudou · script PIN dos 7 passos preparatórios, biblioteca de frases que abrem e fecham, 4 cavaleiros de Gottman, parceiro resistente · Eixo 9 Relacionamento & Casal.

DR. WALTER PIN

Cardiologista · Especialista em longevidade

Sumário

01	Por que VOCÊ não fala — os 7 medos que silenciam mulheres maduras	4
02	Antes de falar — o checklist PIN dos 7 passos preparatórios	6
03	As 10 frases que abrem · as 10 que fecham — biblioteca prática	8
04	Os 4 Cavaleiros de Gottman — sinais que predizem ruptura (e os antídotos) ..	10
05	Quando ele NÃO quer conversar — o protocolo do parceiro resistente	12
06	Após a conversa — o que medir, o que celebrar, quando repetir	14



medos · checklist preparatório · biblioteca de frases · 4 cavaleiros de Gottman · parceiro resistente · termômetro

Como usar este eBook

Os ícones a seguir aparecem ao longo do livro para guiar sua leitura e destacar o que é prático aplicar hoje:

EM 30 SEGUNDOS

Bullets dourados no topo do capítulo: leia só isso e já entende o essencial.

DOSE

Quantidade exata recomendada com base em estudos clínicos.

EXAME

Marcador laboratorial a pedir e como interpretar.

ALARME VERMELHO

Sinais de urgência. Procure médico imediatamente.

DR. PIN RECOMENDA

Decisão prática que faria com paciente do consultório.