

COMUNICAÇÃO REGENERATIVA: a ferramenta para curar relações em tempos de polarização



Neuropsicanalista Renato Lisboa apresenta perspectiva inédita para transformar o diálogo em ato consciente de regeneração de laços.

Imersa em uma realidade marcada pelo antagonismo constante, a humanidade enfrenta a fragmentação dos vínculos sociais e a dificuldade de diálogo em diversos âmbitos: nas relações pessoais, nos contatos profissionais e nos debates públicos. É nesse contexto que o neuropsicanalista Renato Lisboa publica o livro *Comunicação Regenerativa - Tecer diálogos que curam, conectam e transformam o mundo*.

Na obra, Lisboa propõe a transformação da comunicação em um ato consciente para cultivar e regenerar relacionamentos. Segundo ele, a avalanche de interações na atualidade, especialmente online, esgota mais do que nutre, divide mais do que une e confunde mais do que ilumina. Nesse cenário debilitante, a *Comunicação Regenerativa* surge como antídoto.

A proposta do autor se ancora em princípios como intencionalidade, reciprocidade, contexto e resiliência, todos orientados a restaurar e fortalecer os vínculos humanos. Em vez de palavras disparadas como flechas, essa nova maneira de se comunicar prepara o solo, escolhe as sementes com cuidado, acompanha o crescimento e colhe no tempo certo.

O especialista vai além dos princípios da *Comunicação Não-Violenta*, ferramenta amplamente difundida para evitar a escalada de discussões, e apresenta algo novo, capaz de recuperar relações mesmo quando uma desavença está estabelecida. Na *Comunicação Regenerativa*, a escuta profunda, a linguagem geradora e o diálogo circular são práticas fundamentais para que interações se tornem experiências de reconexão e de cocriação.

Ao longo das páginas, Lisboa oferece aplicações práticas que vão dos relacionamentos pessoais às organizações, da vida em sociedade à relação com o meio ambiente. No âmbito íntimo, ele destaca que conflitos podem ser utilizados como fertilizantes emocionais para nutrir vínculos com presença integral. No ambiente corporativo, sugere uma comunicação que funcione como solo fértil para a liderança, a transparência e a sustentabilidade.

No dia a dia, a *Comunicação Regenerativa* pode solucionar diferentes dilemas, desde uma conversa difícil no trabalho até a condução de disputas familiares. Em vez de reações automáticas ou agressivas, ela orienta a desacelerar, ouvir profundamente e escolher palavras que promovam clareza, confiança e cooperação.

Isso significa, por exemplo, transformar críticas em observações construtivas, substituir julgamentos por curiosidade genuína e criar espaços seguros para a expressão de ideias. Ao adotar

essa postura, explica o neuropsicanalista, líderes fortalecem equipes, famílias nutrem vínculos e comunidades encontram formas mais saudáveis de resolver divergências.

Foto: Divulgação

<https://www.jornalpanfletus.com.br/cp3.masterix.inf.br/noticia/7110/comunicacao-regenerativa-a-ferramenta-para-curar-relacoes-em-tempos-de-polarizacao> em 29/06/2026 11:49