



## Você pode mudar seu marido

Às vezes, você fica furiosa com os hábitos do seu marido? Ele pode ser mudado, dizem conselheiros familiares, mas primeiro você deve tentar mudar-se um pouco também

ROLAINE HOCHSTEIN

**C**ORA CHAPMAN, senhora morena e bonita, de quase 40 anos, sente que está no limiar de uma nova vida. Casada há 17 anos, tem dois filhos, com 15 e 13 anos, e vive numa confortável casa no subúrbio. «Trabalhei muito a minha vida toda, e nunca senti que fosse vencer», disse-me Cora recentemente. «Agora quero arranjar emprego e produzir o máximo que puder o resto da minha vida. Quero estudar arte e incentivar outras tendências que sempre pus de lado, mas quando tento explicar tudo isto a meu marido,

Bill, ele simplesmente me diz que estou pretendendo fugir à realidade.»

Cora tem medo de não ser capaz de trabalhar e, ao mesmo tempo, cuidar da casa. «Bill gosta de tudo impecavelmente limpo», diz ela, «e me culpa se as crianças não forem bem comportadas. Quer as refeições feitas por mim. Tudo tem que ser perfeito. Apesar disso, é um homem realmente bom, e claro que eu não quero torná-lo infeliz.»

Cora inveja as mulheres que trabalham em expediente integral e que parecem não criar problemas

para ninguém em casa. Inveja também as dedicadas donas-de-casa que não demonstram ter outras necessidades além de tratar de seus lares e de suas famílias. No entanto, como ele não se encontra em nenhuma dessas situações, pensa que a melhor coisa (aliás, a única esperança para sua felicidade futura) é conseguir fazer com que Bill ceda. «Se, ao menos, ele pudesse compreender minhas necessidades e ser menos exigente, eu sei que poderia resolver tudo sozinha, mas no ponto em que as coisas se encontram, só se ele mudar é que eu serei capaz de vencer.»

As reclamações de Cora abrangem um ciclo familiar. É uma das raras mulheres casadas que não acreditam que se ao menos o marido deixasse de fazer algo do que faz (ou passasse a fazer alguma coisa que não faz), ela estaria navegando num mar de felicidade. «Bastaria que Tom não bebesse tanto...» «Se, pelo menos, Dick deixasse de se preocupar com o dinheiro...» «Se Harry prestasse mais atenção às crianças...» Os consultórios dos conselheiros matrimoniais estão cheios de mulheres que desejam saber como poderão conseguir que os maridos mudem (e de maridos que têm o mesmo problema em relação às mulheres).

A solução para esses casos, segundo os conselheiros familiares, é que se pode mudar o marido (ou a mulher) mudando-se primeiro a si próprio. «A família é um sistema», diz o Dr. Murray Bowen, professor de psiquiatria da Escola Médica da Universidade de Georgetown, em

Washington, e pioneiro em pesquisas familiares. «A mudança numa parte do sistema é sempre seguida por uma alteração compensadora nas outras partes.»

Segundo o Dr. Bowen, um problema nunca diz respeito a uma só pessoa. Se um marido é exigente, é porque há algo na mulher que o leva a ser assim. Se uma esposa é extravagante, algo no marido encoraja essa extravagância. Se a mulher souber colocar-se fora do problema e vê-lo em termos de *dar e receber*, poderá aprender qual a sua contribuição para ele. O mesmo acontecerá com seu marido.

O problema de Cora Chapman, visto por esse ângulo, não é tanto a opressão do marido como sua própria resignação. Ela deve, em primeiro lugar, reconhecer o tipo de relacionamento em que se encontra envolvida neste momento — ele é o patrão, e ela a empregada. Então, se ela decidir que não é esse o papel que deseja, pode começar a mudar-se a si própria.

Cora deu um passo nesse sentido porque sabe o que quer fazer: arranjar um emprego compensador, estimular o seu interesse pela arte. É evidente, porém, que ela não será livre para concretizar seus desejos enquanto não mudar as relações com o marido. Casais como os Chapmans deixam-se arrastar frequentemente para o que o Dr. Bowen chama de «relações sentimentais», em que os cônjuges respondem um ao outro automaticamente. Para que haja uma mudança construtiva, pelo me-

nos um deles tem que pôr de lado o sentimento imediato em favor de uma reflexão clara.

Na sua prática de terapia familiar, Nyman tenta ajudar maridos e mulheres a verem-se como indivíduos e a evitarem respostas automáticas. O que freqüentemente se interpõe, na opinião dele, é uma tendência para encarar o casamento em termos da «boa pessoa» e «má pessoa». Num caso, o marido via a mulher como «má pessoa» porque ela rejeitava seus impulsos sexuais; a mulher se queixava de que o marido era «má pessoa» porque apenas a queria à noite e a ignorava durante o dia. A esposa foi encorajada a mudar sua atitude assumindo, por exemplo, um papel sexual ativo. Embora ela sentisse que a «agressividade» sexual era antifeminina, tomou a iniciativa. Isso revelou-se extremamente brusco para o marido, que acabou ficando impotente por várias semanas — até compreender a que se devia essa inibição. Aparentemente, sentia-se angustiada por perder o controle num campo em que estava acostumado a tomar a iniciativa.

Assim que este homem e esta mulher se livraram dos seus antigos tabus, foram, pela primeira vez, capazes de falar abertamente sobre o que significa realmente o sexo em seu casamento. Até então, cada um deles estivera utilizando o sexo como instrumento de poder. Finalmente, aprenderam a se dar mais um ao outro (tanto no campo sexual como nos outros) e a se tornarem também mais fortes individualmente.

Com o mesmo objetivo, o de abrir novas áreas de compreensão, muitos terapeutas aconselharam cônjuges insatisfeitos a começarem por qualquer mudança na rotina ou no comportamento habitual. Por exemplo, se a queixa é porque o marido se senta defronte da televisão todas as noites, a mulher pode começar por sentar-se na cadeira preferida dele.

«Duas coisas parecem acompanhar a alteração inicial», observa Nyman. «Primeiro, quando um dos elementos do casal muda sua atitude, o outro tenta forçá-lo a retomar a antiga maneira de agir. Se o elemento que mudou se mantiver firme (sem recuar ou contra-atacar), então o outro deve mudar também. Em segundo lugar, a própria atitude de fazer algo que você usualmente não faz parece ter um impacto construtivo na expansão do ego.»

No ano passado, Cora Chapman começou a operar algumas mudanças. Ficava ressentida porque, depois de um dia de trabalho, Bill estava sempre muito cansado para sair. «Ele não queria falar comigo», explicou Cora, «mas gostava que eu ficasse junto dele enquanto via televisão. Eu não achava que isso fosse justo, depois de eu ter estado o dia todo em casa». Apesar de Bill não aprovar, a mulher começou a sair com amigos, duas ou três vezes por semana.

A princípio, quando Cora chegava a casa depois de uma noite fora, Bill a cumprimentava friamente. Apesar disso, Cora manteve-se calma. «Na realidade», confessou ela há pouco tempo, «eu me sentia bas-

tante culpada, mas minha necessidade de sair era mais forte que meu desejo de manter a paz no lar. Fato interessante foi que, assim que a irritação de Bill deixou de me preocupar, ele pareceu ficar menos zangado.»

É claro que Bill, conscientemente, não estava tentando ser má pessoa. A mudança dos hábitos e atitudes de Cora tornaram-no ansioso. Seu mau humor não era mais do que uma expressão de um receio preconcebido de que a mudança significa o desastre. Quando falharam suas táticas para fazer Cora regressar à conduta anterior, Bill mudou também. Deixou de se preocupar com o fato de Cora fazer seus próprios planos. Principiou, inclusive, a sair com ela uma ou duas vezes por semana. Igualmente importante foi que ele tivesse começado a ver Cora como uma pessoa mais madura — uma mulher com necessidades e gostos próprios, como um indivíduo.

É evidente que mudar não é nada fácil. A família é um sistema que funciona para preservar o *status quo*, mas os investigadores familiares chegaram à conclusão de que as famílias fechadas devem abrir-se, se se pretende que seus membros cresçam e se desenvolvam como seres humanos fortes. Se marido e mulher falam muito em termos de «nós» (se pensam e atuam como um casal, sem interesses, aspirações e convicções individuais), provavelmente terão problemas. Segundo o Dr. Bowen, um elemento num casamento «de comunhão» está sempre em perigo de ser absorvido, por tentar ser como pensa

que o outro quer que ele seja, em vez de desenvolver seu próprio caráter. Todos nós conhecemos homens que parecem existir só para agradar a suas esposas, e mulheres que só tiram grandes proveitos materiais das realizações de seus maridos. É importante que todo mundo viva para si próprio. Uma pessoa absorvida por outra é candidata a doenças como a depressão ou o alcoolismo.

Um bom casamento dá a cada cônjuge suficiente independência para saber em que acredita, para possuir consciência da sua própria conduta e para ter idéias e sentimentos associados a essa conduta. Cada um deles pode refugiar-se no conforto do seu isolamento pessoal, mas pode, inclusive, manter-se sozinho. O casamento de dois indivíduos de forte personalidade não significa que a mulher tenha que aspirar a uma carreira profissional, ou que o marido deva passar longas férias isolado. Como diz o Dr. Bowen: «O marido pode ser o ganhador e a mulher a dona-de-casa, podendo ambos preservar sua individualidade — mas só se forem pessoas seguras, que se comportem dessa maneira porque fizeram uma escolha razoável.»

Não há dúvida de que as mudanças acarretam riscos. Se você se modificar, o outro cônjuge mudará também — mas ninguém pode prever como ele ou ela se transformarão. «Se, por exemplo, você achar que vai perder a personalidade pelo casamento (e o outro cônjuge não puder aceitá-lo como você é), pode ter que cancelar essa união», diz Nyman.

Em muitos casamentos, no entanto, é possível efetuar mudanças sem que haja ruptura. Uma transformação construtiva num dos cônjuges abre geralmente caminho a uma mudança positiva no outro. De certo modo, o homem e a mulher progridem juntos — ou, mais precisamente, progridem aos arrancos, interrompendo abruptamente um deles para passarem depois a outro.

Em relação ao caso de Cora Chapman, todos os especialistas com quem falei tinham grandes esperanças quanto ao seu futuro. Ela entrara

no caminho certo, promovendo algumas mudanças bem sucedidas em suas relações com Bill. Assim que ele se convenceu de que ela se mantinha firme em seu novo papel, tornou-se suficientemente tolerante para se aproximar dela. De fato, como acontece freqüentemente com os maridos de mulheres que se entregam progressivamente a uma vida social intensa, Bill achou sua companheira mais interessante que anteriormente. Resultado: a partir daí, sua vida em comum passou a ter um novo significado, e eles foram muito mais felizes.



DURANTE o ensaio de uma ópera, Arturo Toscanini estava muito pouco satisfeito com o soprano. Interrompia-o a toda hora, e fazia-o repetir cada trecho vezes sem conta. «Maestro!», exclamou o soprano finalmente. «Eu não sou principiante. Sou artista profissional!»

«Não se preocupe, madame», disse Toscanini, tranquilizando-a. «Não divulgarei o segredo.»

— *Tempo*, Itália

PARA QUE uma sociedade bem informada se beneficie do acesso à informação mundial, que é um verdadeiro dilúvio de notícias, tornou-se essencial um sistema de computadores para guardar e distribuir informações. A Agência Alemã de Imprensa (*dpa*), em Hamburgo, começou a trabalhar com um complexo desse gênero, para ser utilizado pelos meios de informação.

Por enquanto, o sistema consiste em distribuir as notícias na sede central da agência e dentro de uma rede mundial de escritórios da *dpa*. Os correspondentes da agência enviam seus relatórios (com certos sinais de código e notas de prioridade) ao escritório central, onde o material é distribuído, através do sistema de computadores, pela República Federal Alemã e pelos escritórios editoriais no estrangeiro.

Numa fase posterior, o sistema de computadores manejará todo o serviço nacional e estrangeiro; então, será possível editar os relatórios numa tela ligada a ele, e enviá-los diretamente aos assinantes da *dpa* (jornais, revistas e estações de rádio).

— S. I.