

Algumas respostas úteis
(e estimulantes) às

Dez perguntas mais comuns dos casais

NORMAN M. LOBSENZ

OS DOIS jovens recém-casados, muito nervosos, explicavam ao conselheiro matrimonial por que estavam precisando de ajuda. Falaram de suas constantes discussões, da crescente frustração sexual, de seu sentimento de que o amor estava desaparecendo. Finalmente, a esposa suspirou e disse, desculpando-se: «Penso que o senhor já ouviu isto tudo um milhão de vezes.»

«Ela tem razão», diz C. Ray Fowler, diretor executivo da Associação Americana de Conselheiros Matrimoniais e Familiares (A. A. C. M. F.). «Embora cada casamento seja um caso único, os principais problemas dos casais tendem a ser semelhantes. Certas perguntas básicas são feitas constantemente.»

Que perguntas são essas, e quais as respostas que os conselheiros veteranos dão a elas? Para descobri-las, pedi a cooperação da A. A. C. M. F., com três mil filiados — a maior organização profissional nesse setor. Cheguei às seguintes conclusões:

1. Por que já não nos amamos como dantes? «Os casais sentem-se magoados e confusos quando a intensidade de seu amor dá sinais de estar diminuindo», observa Selma Miller, presidente da seção de Nova York da A. A. C. M. F. «Eles parecem pensar que o amor existe no vácuo, permanente, imaculado.» No entanto, aquela atitude maravilhosa dos tempos de namoro não pode ser sempre man-

tida durante o casamento, e as exigências e tensões provocadas pelos empregos, filhos, doenças e preocupações financeiras tendem, quase inevitavelmente, a corroer a intimidade.

«Os cônjuges devem fazer um esforço, se quiserem manter sua intimidade no nível máximo», diz o conselheiro Barry Cavaghan, de Sacramento, Califórnia. «Um casamento necessita de atenção (injeções regulares de entusiasmo, inovações e autodescoberta mútua).» Barry sugere que cada cônjuge pergunte a si próprio: «Será o nosso casamento uma obrigação a que damos prioridade, ou reservamos-lhe apenas os restos do nosso tempo e energia?» Ele se recorda de dois cônjuges que trabalhavam e cujas vidas ficaram tão agitadas que eles estavam se tornando estranhos um para o outro. Estabeleceram uma regra: todos os meses, iam passar um fim de semana sem os filhos, para recuperar as alegrias de estarem sozinhos e juntos.

2. Qual de nós tem razão?

Marcia Lasswell, conselheira de Pomona, Califórnia, conta que passou uma hora ouvindo um casal trocar acusações. Quando Marcia sugeriu que prestassem menos atenção às recriminações e mais aos sentimentos escondidos por trás delas, a esposa disse: «Isso não é necessário. Só queremos é saber quem tem razão.»

A dificuldade maior de um conselheiro talvez seja a de convencer

um cônjuge de que, num conflito matrimonial, quase nunca uma parte tem inteira razão e a outra está errada. Existem apenas partes *diferentes*. Um artifício que os conselheiros utilizam para que os casais aceitem essas diferenças é a «inversão de papéis», fazendo com que mudem de opinião durante uma briga, ou executem os trabalhos do outro durante algum tempo. Um marido que se recusa a aumentar a mesada que dá à mulher para as despesas da casa pode mudar de idéia depois de ir fazer compras algumas vezes.

3. Será que o nosso problema não é na verdade sexual?

Dois jovens cônjuges, de vinte e poucos anos, disseram recentemente à terapeuta Selma Miller que eram sexualmente incompatíveis. «Descobri logo que tinham profundos conflitos emocionais», afirma ela, «e que estavam usando o sexo como desculpa para evitarem enfrentá-los.»

A ênfase que se dá atualmente à terapêutica sexual encoraja a falsa crença de que o sexo é a parte mais importante num casamento — e que resolver um problema sexual resolve tudo.

Obviamente, alguns casais com bom relacionamento básico podem ter dificuldades sexuais, mas os conselheiros sabem que, na maioria dos casos, os problemas sexuais indicam a existência de outros conflitos. «Quando há problemas em qualquer área do casamento, é natural que também se

reflitam na cama», diz John Compere, sobre uma cliente que pensava que era frígida. «No entanto, pouco a pouco, tornou-se evidente que ela achava que o marido não lhe ligava importância, que era insensível e que só lhe mostrava afeição quando queria ter relações com ela.» Depois que o casal e o conselheiro exploraram essa área do problema, a esposa declarou ter conseguido renovado interesse e satisfação no domínio amoroso.

4. Por que será que discutimos tanto se temos uma vida sexual tão boa? Esta pergunta também pode esconder o verdadeiro problema. «Muitas vezes, descobrimos que o sexo não é assim tão maravilhoso como as pessoas nos querem fazer crer que seja», diz Johanna Lessner, terapeuta em San Diego.

Mesmo os casais que realmente gozam de bom relacionamento sexual, apesar dos conflitos, necessitam de ser tranqüilizados, a fim de se convencerem de que seus sentimentos são aceitáveis. «Uma cliente disse-me que, se fizesse amor com o marido logo depois de terem tido uma briga, ela se sentia como uma prostituta. A maioria das pessoas foi educada na idéia de que, para haver bom sexo, é necessário que haja um bom casamento. Portanto, se temos bom sexo num casamento fracassado, sentimo-nos culpados. Na verdade, um bom relacionamento sexual pode ser vantajoso, dando ao casal motivo para fazer as pazes.»

5. Será demasiado tarde para mudar? Nunca é tarde, se um casal ainda se ama. O fator fundamental é a atitude dos cônjuges em relação à mudança.

Barry Cavaghan cita quatro categorias de clientes capazes de resistirem à mudança, uma vez que realmente desejem o fim de seu casamento: 1) o jovem que pensa que o casamento está prejudicando seu progresso pessoal; 2) a pessoa de meia-idade que sente necessidade de procurar liberdade com medo de que a vida esteja passando depressa demais; 3) o cônjuge que tenha tomado a decisão de abandonar o outro em determinado momento («Vou esperar até que as crianças estejam crescidas»); 4) qualquer cônjuge que, explicitamente, queira se separar, mas que vá procurar o conselheiro matrimonial para provar que «tentou tudo».

6. Como poderemos impedir que nossos pais intervenham em nosso casamento? Os casais jovens em geral pensam que a influência dos pais e dos sogros é coisa do passado, mas acabam descobrindo que, em certo sentido, os pais estão *sempre* com eles. Os valores, as atitudes e os hábitos adquiridos durante os anos de formação nunca desaparecem. Esta influência dos pais afeta sobretudo a vida sexual dos cônjuges. «Cerca de 90% dos seus clientes pouca ou nenhuma educação sexual receberam da parte dos pais», diz John Compere. «A informação que

porventura tenham tido foi, em sua maior parte, biológica... e cheia de advertências morais. A quase ninguém foi dito que o sexo é uma experiência de amor, de doação e de prazer.»

Como resultado disso, muitos indivíduos acham difícil falar livremente sobre sexo, ou sentir prazer nele. «Uma pessoa pode, consciente ou inconscientemente, tentar identificar-se com as atitudes sexuais dos pais, ou revoltar-se contra elas. Em ambos os casos, essa tentativa poderá confundir a conscientização sexual e seu despertar. Felizmente, um conselheiro matrimonial pode ajudar.

7. Por que não podemos conversar sem brigar? A falha mais comum no casamento talvez seja a falta de comunicação. Alguns casais refugiam-se no silêncio; outros discutem. A conselheira Lucy Ulman, de Newton, Massachusetts, conta-nos o que aconteceu com um casal que fez ambas as coisas. Ela deu-lhes exercícios de comunicação: «Pedi-lhes que falassem sobre qualquer assunto durante 30 minutos, sem interrupção, todos os dias. Antes de responder, no entanto, o cônjuge deve fazer um resumo daquilo que o outro disse. Isso obriga a ouvir com atenção. Passados três meses, ambos confessaram que as discussões entre si tinham se tornado raras.»

8. Alguma vez poderei perdoar a infidelidade? As estatísticas demonstram que um (em cada

dois maridos) e uma (em cada cinco mulheres) já foram infiéis pelo menos uma vez. A infidelidade é sempre algo que nos fere, mas alimentar a ferida ou tentar vingar-se só pode agravar. No entanto, se um cônjuge fizer um esforço honesto para saber as razões que levaram ao adultério, o perdão pode ser possível e sensato.

«Em muitos casos, a infidelidade é sinal de que algo está errado no casamento», diz Nathan Hurvitz, terapeuta de Los Angeles, e sugere algumas perguntas que um cônjuge pode fazer: Foi um ato isolado de infidelidade ou é uma ligação duradoura? A causa foi vingança, tédio ou curiosidade? Foi o desafio de fazer uma nova conquista, necessidade de exaltar o ego ou resultado de um relacionamento sexual pouco satisfatório dentro do casamento? Um exame minucioso talvez ajude o cônjuge a decidir se pode (e deve) perdoar. Não existem, contudo, regras fixas para o perdão; cada cônjuge deve tomar sua própria decisão.

9. É útil procurar um conselheiro matrimonial? Quanto tempo leva? Os conselheiros calculam que dois terços dos clientes recebem ajuda válida. O sucesso depende mais da determinação de um casal em resolver seu problema do que da competência técnica do terapeuta. As sessões de conselhos podem levar de algumas semanas a um ano, dependendo do fim em vista ou da vontade com que o casal se esforce para atingi-lo.

10. Os conselheiros matrimoniais também têm problemas? Au-Deane S. Cowley, professora da Escola Superior de Trabalho Social da Universidade de Utah, conta que um cliente lhe perguntou: «Sra. Cowley, a senhora não tem problemas no seu casamento?» «Claro que tenho», respondeu ela. «Os problemas são inevitáveis em qualquer relacionamento. Não ter nenhum problema é um objetivo irrealista. O mais importante da questão é ter meios de resolvê-los.»

Apesar de tudo, nem mesmo os conselheiros conseguem resolver sempre seus problemas, pois brigam, separam-se e divorciam-se como os outros casais. Segundo Nathan Hurvitz, «o fato de sabermos qual a atitude que um cônjuge precisa ter, como deve pensar e agir, não quer dizer que possamos sentir, pensar ou agir assim.»

Isto significa apenas que os próprios conselheiros matrimoniais, como os outros maridos e mulheres, às vezes também precisam de conselheiros matrimoniais!



QUANDO meu primeiro filho era muito pequeno, nós vivíamos em Nova York e um dos passeios favoritos era ao jardim zoológico do Central Park. Tentávamos sempre chegar à jaula dos macacos na hora em que lhes estavam dando comida. Um dia, eu estava defronte da jaula segurando meu filho no ar para ver melhor, e verifiquei que, ao lado, uma mulher tinha nos braços um menino mais ou menos da idade do meu. Estávamos fascinadas vendo os macacos engolindo frutos e pão. Nisto, precisamente no mesmo instante, ambas falamos para a criança que tínhamos nos braços e dissemos: «Está vendo como ele come o pão todo?»

- H. L.

NUM DISCURSO feito na Universidade de Chicago, o Cardeal Franz König, Arcebispo de Viena, disse: «Evidentemente, é errado pensar que todas as pessoas, em todas as épocas e com igual intensidade, acreditaram em todos aqueles dogmas que normalmente consideramos como fazendo parte da fé. Em todos os tempos, a crença religiosa tem sido impregnada de crendices, de convicções e dúvidas, de ansiedade por aquilo que desejaríamos que fosse verdadeiro, de superstições e descrenças. A mais honesta confissão que alguém pode fazer sobre sua crença é aquela que vem nos Evangelhos: 'Senhor! Eu quero acreditar. Ajuda minha descrença.'»

- Times, Nova York