

Seu namorado só diz a verdade, nada além da verdade?

Descubra até que ponto seu ciúme é normal ou paranóico
19/10/2009 (atualizado às 19:16) Daniela Campos

- Amor, hoje é aniversário da mamãe, temos que passar na casa dela.
- Poxa amor, hoje tem aquele futebol com a galera que fez faculdade comigo, já está marcado há um mês.
- Mas amor, você precisa me acompanhar. E outra, a mamãe vai ficar chateada com você.
- Mas não posso! Você sabe que estou esperando por este jogo há dias.
- Futebol é? Sei..., aposto que a bola tem outro nome.
- Do que você está falando?
- Você pensa que não vi aquela mensagem no seu celular?
- Que mensagem? Que celular? Você é louca.
- Eu sou louca? Estava escrito "Hoje às 22h". Quem joga futebol às 22h?
- Eu te falei que o Carlos trabalha até as 21h.
- Quem trabalha até às 21h? Você pensa que me engana... Seu passado te condena Pedro Henrique.
- Essa história de novo...



Para muitos casais o diálogo acima não foi criado por uma repórter para ilustrar melhor a matéria. Pelo contrário, muitas pessoas vivem isso em suas rotinas. E não é só a mulherada que expressa o ciúme doentio e a desconfiança exacerbada. Alguns homens também desempenham este papel muito bem. Não são poucas as histórias que ouvimos sobre mulheres que terminaram um relacionamento por causa do ciúme do namorado e hoje, ainda convivem com a sombra do cara mala.

A desconfiança tem dois lados, explica o psicólogo Thiago Almeida, formado pela USP e especialista em dificuldades do relacionamento amoroso.

O lado positivo gera um ciúme controlado que até contribui para o amadurecimento do casal. Mas o

lado negativo é gerado, primeiramente, por uma pessoa com baixa autoestima, que briga por ciúmes de alguém que parece lhe ameaçar. Nessa briga, o ciumento pode estimular o parceiro a notar a possível "ameaça" e a perceber que pode ser desejado por outras pessoas, o que gera um aumento da possibilidade de trazer a realidade uma traição, segundo o psicólogo.

Duvidar sempre que seu namorado está falando a verdade, mexer no celular dele sempre que tem uma oportunidade, examinar carteiras, recibos, contas e até roupas íntimas pode diagnosticar alguém com ciúme patológico, segundo Thiago Almeida. Esse ciúme mórbido é também chamado de síndrome de Otelo.

A exemplo do romance shakespeariano, algumas pessoas se deixam envenenar pela desconfiança excessiva e muitas vezes infundada, chegando até a bater, matar ou morrer por amor e ciúme.



Para a estudante de jornalismo Angeline Giamboni, ciúme é fundamental num relacionamento. Ela mesma confessa que no início da atual relação, dava aquela 'fuçadinha' básica no celular do namorado. Hoje, como ele não dá motivos para desconfiança, ela garante que está mais sossegada. Mas a estudante afirma que pedir senha de e-mail já é exagero.

Na medida em que a desconfiança desestabiliza o relacionamento, o ciúme vem junto. E a desconfiança faz parte do relacionamento, mas ninguém controla a vida do parceiro 100%. Conforme o relacionamento vai se aprofundando, as individualidades vão aparecendo.

Na verdade, todos somos ciumentos, garante o psicólogo, em graus diferentes e de acordo com as diferentes culturas. Mas algumas pessoas exacerbam o seu zelo. Outras pessoas não reconhecem o que é cuidado e se tornam agressivas, querendo monitorar o parceiro.

E exagero atrapalha a vida de qualquer pessoa. Seu namorado (a) perde a vida e acha que sempre pode ser vitimado. Sutilmente, as agressividades do ciumento podem provocar um regresso no relacionamento e afastar a pessoa amada.

Mentirinhas para não magoar podem parecer inofensivas aparentemente. Mas "a melhor desculpa ainda é a verdade", comenta Thiago.