

Por que é tão difícil encontrar um amor?

Especialistas em relacionamento dizem que solteiros não estão sendo transparentes na hora de mostrar interesse por alguém

Kelly Kalle

Problemas na hora das cantadas, falta de sinceridade e pouca paciência no relacionamento são apontados por especialistas como alguns dos motivos para que cada vez mais pessoas tenham dificuldade em encontrar um amor.

De acordo com psicólogos, é importante que ao conhecer alguém haja um pouco mais de empatia, perseverança na relação, transparência e autenticidade.

A psicóloga e diretora da Psico Store Consultoria, Martha Zouain, afirmou que relacionamentos afetivos que prosperam são aqueles em que os apaixonados cuidam da qualidade da relação.

“Eles primam por buscar comportamentos que promovam situações de prazer e felicidade. O problema é que, muitas vezes, falta transparência. Os apaixonados deixam de falar algumas coisas que incomodam para não gerar conflito e, com isso, incentivam a continuidade de comportamentos que fazem mal a pelo menos um dos lados.”

Outra complicação seria o momento das cantadas. “Na ânsia de conquistar, a pessoa não se prepara para falas inteligentes e que de fato gerem interesse verdadeiro no outro. Há casos em que falta, ainda, proatividade para a conquista, interesse em conhecer o outro e adotar comportamentos que o deixarão encantado.”

O psicólogo especialista no tratamento das dificuldades do relacionamento amoroso Thiago de Almeida acredita que a paciência entre as pessoas diminuiu.

“Atualmente as relações tendem a ser mais rápidas. As pessoas querem encontrar alguém e rapidamente aparecem muitos pretendentes, e o descarte também é rápido. É fácil se apaixonar como também é fácil encontrar outra pessoa e se apaixonar novamente. As pessoas de certa forma se tornam volúveis emocionalmente.”

Para Almeida, em primeiro lugar, é preciso ter amor próprio, além de sempre buscar se colocar no lugar do outro e ter respeito pelo próximo e por seus valores.

O psicólogo clínico Breno Rosostolato alertou para a não idealização do relacionamento. “A relação não é um conto de fadas, então seja verdadeiro consigo e com o outro. Lembre que amor é um sentimento plural e uma construção diária e mútua. Tenha paciência e nada de autoritarismos, mas cuidado com sacrifícios desnecessários.”



KADIDJA FERNANDES/AT

AMOR PRÓPRIO

Fases

Os atores Carol Bandeira, 21, e Hugo Gomes, 24, simularam situações de paquera com cantadas que nem sempre agradam. Para eles, cada fase, de solteiro e de namoro, é importante.

Hugo namora há oito meses. “Há pontos positivos na vida de solteiro e de namorado. Namorar não tira nossa individualidade, só acrescenta, pois podemos curtir a vida a dois. As pessoas precisam se amar primeiro antes de namorar.”

Carol não busca um amor. “Estou em outro momento, mas se surgir alguém bacana, vou namorar. Não é legal ficar com qualquer um só por carência.”

OPINIÕES



“Não é preciso que você se torne outra pessoa para que o outro te ame. É preciso cuidar para que você não se despersonalize e se torne alguém que te deixará infeliz a médio ou longo prazo”

Martha Zouain, psicóloga e diretora da Psico Store

“Atualmente, as relações tendem a ser mais rápidas, a paciência entre as pessoas também diminuiu. Acho que falta um pouco de consistência nas relações nos dias atuais”

Thiago de Almeida, psicólogo



“É um equívoco considerar que a pessoa amada chegará e preencherá nossos vazios, nos completará. As pessoas não nos completam, mas nos acrescentam”

Breno Rosostolato, psicólogo clínico

SAIBA MAIS

Respeito às diferenças

Os problemas

O QUE FALTA

> **FALTA TRANSPARÊNCIA:** Os apaixonados deixam de falar algumas coisas que incomodam para não gerar conflito ou desentendimentos e, com isso, incentivam a continuidade de comportamentos que fazem mal a pelo menos um dos lados.

> **FALTA PROATIVIDADE:** Falta interesse em conhecer de fato o outro e adotar comportamentos que o deixarão encantado.

> **FALTA PERSEVERANÇA:** As pessoas não nascem prontas umas para as outras. Hoje em dia, não há mais paciência um com o outro.

> **FALTA AUTENTICIDADE:** Não é preciso que você se torne outra pessoa para que o outro te ame. É preciso cuidar para que você não se despersonalize e se torne alguém que te deixará infeliz.

O QUE É DIFÍCIL

> **DIFICULDADE EM INTERPRETAR OS SINAIS:** Os apaixonados precisam se disciplinar para enxergar o outro de maneira a ir aprendendo o que o faz feliz ou não.

> **DIFICULDADE NAS CANTADAS:** Na ânsia de conquistar, não se prepara para falas inteligentes e que de fato gerem interesse verdadeiro no outro.

Como melhorar

AMOR

> **EM PRIMEIRO LUGAR,** é preciso ser parte do amor que tanto procura na outra pessoa. Ninguém pode dar ou cobrar o amor que não tem por si mesmo.

> **SE COLOQUE** no lugar do outro, sabendo que essa pessoa tem uma história antes de você. Portanto, vale a pena ter respeito com os valores e parâmetros dela. Não ultrapasse seus limites nem os do outro. Respeite as diferenças e não exija que o outro deva pensar como você.

> **NÃO IDEALIZE** um relacionamento como um conto de fadas. Isso não existe. Seja verdadeiro consigo e com o outro.

> **AMOR É UM** sentimento plural e é uma construção diária e mútua. Tenha paciência e nada de autoritarismos. Porém, não vale a pena pagar qualquer preço pelo outro. Cuidado com sacrifícios desnecessários.

SINAIS

> **FIQUE ATENTO** aos sinais de uma relação abusiva e violenta. Você não é obrigado a fazer nada na relação que vá para além de seus limites e não abuse do outro. Relação amorosa não combina com violência.

Fonte: Especialistas consultados.