

Reportagem Especial

RELACIONAMENTOS

Desejo por mais diálogo e carinho

Os homens casados da Grande Vitória estão sentindo falta de serem ouvidos pelas mulheres, enquanto o desejo das mulheres é ter mais carinho dos maridos. Foi o que mostrou a pesquisa da Faculdade Pio XII.

Quando os entrevistados casados foram questionados sobre o que eles queriam que melhorasse em seu parceiro, a metade dos homens (50%) disse que gostaria que elas ouvissem mais.

As mulheres também desejam ser ouvidas, mas 35,9% delas desejam que os maridos sejam mais carinhosos.

De acordo com o casal e terapeutas sexuais Leila Campos e Ricardo Vieira, o resultado não surpreende tanto.

“A sociedade paternalista e machista em que vivemos massacra o homem ao retirar dele os sentimentos. O homem não chora, é prático, não tem sentimentos. Cometem gravíssimo erro os que assim pensam”, disse Ricardo.

Leila completou dizendo que em um relacionamento os sentimentos devem ser compartilhados por ambos. “E absorvidos com carinho e atenção por quem ouve. Não podemos nunca esquecer que existe momento para ouvir e mo-

mento para falar, em igual nível, um seguido do outro”, disse.

O psicólogo Thiago de Almeida, especialista no tratamento das dificuldades do relacionamento amoroso, destacou que para serem ouvidos, os homens precisam falar mais também.

“Os homens devem falar de seus problemas, dificuldades, suas conquistas, alegrias, e as parceiras devem, sim, ouvi-los, assim como o contrário também deve ser respeitado: homens ouvirem as mulheres. Eles querem que suas expectativas em seus relacionamentos sejam contempladas”.

Para agradecer uma mulher e ser mais carinhoso, a dica da psicóloga Luciana Kotaka é o beijo.

“Algo que ocorre muito com o casamento é o beijo, mas acabam os beijos longos, apaixonados, de surpresa. Nada melhor do que um beijo gostoso para deixar uma mulher feliz. Porém, pequenas delicadezas fazem a diferença para algumas mulheres, como dar flor sem motivo, lembrar datas importantes, caminhar de mãos dadas, elogiar a roupa, o cabelo”, disse.

Mas é preciso lembrar, segundo ela, que nem todo mundo tem a natureza carinhosa e há formas diferentes de demonstrar amor.

FELICIDADE



KADIDJA FERNANDES/AT

Mais unidos após superar problemas

O casamento da artista plástica Cristina Rezende, 52, com o bancário William Rezende, 53, quase acabou por causa da rotina desgastada e vários outros problemas.

Ela contou que eles chegaram a se separar e pedir o divórcio, mas

resolveram tentar de tudo para restaurar o casamento antes de assinarem o papel.

A tentativa deu certo e hoje, além de um casal que se considera muito feliz, cúmplice e cheio de romance, eles ainda são conselheiros de ou-

tros casais. “A gente conta um pouco da nossa experiência e, assim, vamos crescendo também. Acho que o segredo é se manter como no namoro. Mas acredito que sempre há o que crescer, e o casamento ficar melhor ainda”, disse Cristina.

DICAS PARA MELHORAR O CASAMENTO

Romance e cumplicidade

Não idealize

> A **FRUSTRAÇÃO** vem com as expectativas. Não idealize o companheiro porque, assim, fica-se à espera de algo que não vem. O outro também, além de não saber sobre o que se espera, não tem a obrigação de suprir essas expectativas. Acrescente a positividade em tudo e fuja das expectativas negativas.

Diversão juntos

> É **PRECISO TEMPO** de qualidade com o marido ou a mulher. Fazer programas românticos, como ir ao cinema juntos, ou atividades que dão prazer a ambos, como caminhar, andar de bike, fazer trilha de jeep, ir a um café, são alguns exemplos. Dessa forma, além do romantismo, cria-se laços de cumplicidade entre o casal.

Seja compreensivo

> **PARA MELHORAR** a comunicação com o marido ou a mulher, é necessário, antes de tudo, reconhecer que o outro

pensa e age diferente. Esteja aberto para compreender o posicionamento do outro e entenda que não é vergonha ceder em algumas decisões.

Mantenha o respeito

> O **RESPEITO DEVE** ser a tônica da relação, mais até do que o amor. Respeitar as diferenças, singularidades e autonomia situam o casal numa realidade e não a uma fantasia de que o casamento é um conto de fadas.

> **NÃO FALE DOS** defeitos do parceiro, nem faça piadas, para outras pessoas. O respeito é fundamental para o sucesso no casamento.

Sem rancor

> O **ORGULHO** e a dificuldade de perdoar são um veneno para um casamento feliz. Quando pensa na forma como o outro se comporta e procura entender como ele ou ela chegou ali, é possível perdoar.

> **CONVERSEM**, dialoguem e sempre que houver problemas, incômodos e conflitos, falem sobre as suas dificuldades.

Elogie sempre

> **RECONHEÇA** no outro as características e qualidades que ele ou ela possui. Elogios fazem bem para ambos, pois o parceiro se sentirá reconhecido. Experimente inserir pequenos elogios às conversas diárias e perceba o quanto ele pode contribuir na melhora do diálogo entre o casal.

Fonte: Especialista em desenvolvimento humano Heloísa Capelas; psicólogo e educador sexual Breno Rosostolato e psicóloga Luciana Kotaka.

O QUE ELES DIZEM



DIVULGAÇÃO

“É preciso lembrar que a felicidade na relação depende de momentos”

Thiago de Almeida, especialista em relacionamentos



DIVULGAÇÃO

“O amor deve se fazer sentir, nos gestos, nas palavras, nos sentimentos expressos por atos”

Leila Campos, terapeuta sexual



DIVULGAÇÃO

“O respeito ao outro deve ser uma regra nas relações conjugais sempre”

Breno Rosostolato, psicólogo e educador sexual



DIVULGAÇÃO

CASAL na praia em clima romântico



ANTONIO COSME/AT

SEGREDO

Respeito em casa

A engenheira sanitária ambiental Larisse Silva de Oliveira, 24 e o engenheiro elétrico Vinicius Ávila da Silva, 24, namoraram durante seis anos e são casados há cerca de um ano. Ela conta que o mais difícil é conciliar a rotina dos dois, mas que o segredo para manter o casamento sempre bem é o respeito mútuo.

“Nunca podemos fazer com o companheiro o que não queremos que ele faça com a gente. Tentamos sempre manter em mente que o casamento é para fazer o outro feliz e não apenas a gente”, disse Larisse.