

# Reportagem Especial

## OPINIÕES



“A conexão se perde quando eles investem mais tempo se conectando aos outros do que entre si”

Vanessa de Oliveira, sexóloga



“A traição nem sempre leva à separação, mas causa uma grande crise no relacionamento”

Márcia Modesto, psicóloga



“Quando o casal não conversa sobre dinheiro, esconde dívidas e isso mina a confiança”

Livia Marques, psicóloga



“Hoje, a obrigação de expor a perfeição dilacera a realidade de convivência conjugal”

Valéria Silva, advogada

## VIDA A DOIS

# Traição e dívidas são o que mais atrapalha casamento

Internet e ciúmes também prejudicam o relacionamento de casais, afirmam especialistas que dão dicas para evitar conflito

Lorrany Martins

**M**anter um relacionamento a dois não é uma tarefa fácil. Segundo especialistas, há problemas que podem complicar ainda mais essa relação. Nos consultórios de psicólogos, terapeutas e nos escritórios de advogados, a traição, dívidas e a internet são os problemas que mais atrapalham namoro e casamento.

De acordo com especialistas em relacionamento e aconselhamento de casais, em primeiro está a traição. Segundo a psicóloga Márcia Modesto, nem sempre esse problema leva a um divórcio, mas causa grande trauma e crise na relação.

As redes sociais têm facilitado ainda mais a traição, segundo a psicóloga Ellen Moraes Senra. “Infelizmente facilita muito, pois se antes era necessário sair para conhecer alguém e então surgir o interesse, hoje em dia o desejo pode surgir através de uma foto ou mesmo uma conversa a distância, facilitando ainda que se marque encontros.”

O psicólogo Breno Rosostolato ressalta que outro problema pode atrapalhar a relação: a falta de autoestima, que leva a uma desconfiança e excesso de ciúmes. “Quando não tem confiança em si mesmo, acaba desconfiando do outro. Essa desconfiança parte sempre de uma insegurança em si mesmo.”

Outro problema que lidera a lista de perigos para o relacionamento são as dívidas. De acordo com o especialista em finanças da Crowe, Daniel Nogueira, o dinheiro é a segunda maior causa de divórcios.

“Conversas periódicas para ajustar gastos e definir metas são imprescindíveis para o casal. Se comunicar e compreender a situação financeira do outro é fundamental mesmo em fase de namoro. Para isso, é importante que alinhem, desde essa fase, os objetivos de cada um.”

E essas dívidas podem trazer problemas ainda maiores. O advogado Flávio Fabiano lembra que a falta de planejamento e estabilidade financeira muitas vezes acabam por gerar violência doméstica. “O que faz com que a relação saia da esfera do Direito de Família e caminhe para o criminal”.

Os problemas sexuais podem ser reflexo da crise, mas também podem ser a causa. A sexóloga Sirleide Stinguel destacou que o sexo é importante para a saúde física e psíquica do casal.

## FAMÍLIA



KADIDJA FERNANDES/AT

## Felicidade construída com superação

A esteticista Mahyara Barcelos, 29 anos, e o funcionário público Anderson Aguilar, 36 anos, são casados há 10 anos e passaram por grandes dificuldades na relação. Mahyara contou que há quatro anos teve uma traição no casamento e eles quase terminaram. Mas conseguiram

superar e a chegada da filha Maria Júlia, trouxe ainda mais alegria ao casal.

“Não inicie um casamento dizendo que está em busca da felicidade, porque felicidade não se encontra, felicidade é construída dia após dia”, destacou Mahyara.

## OS PRINCIPAIS PROBLEMAS

### Traição

> **QUANDO SE PERDE** a confiança e o respeito, o relacionamento está fadado ao fracasso. É preciso conversar e avaliar se vale a pena a reconciliação. Tente não ter interferência da opinião de terceiros nessa decisão. Se preferir, busque ajuda com conselheiros, terapeutas, psicólogos. Se não há mais vontade de estar com o parceiro, converse para que o relacionamento termine sem grandes desentendimentos.

### Financeiro

> **DÍVIDAS DE UMA** das partes ou de ambos acaba por atrapalhar a rotina do casal, não deixando espaço para diversão e fuga dos problemas, além de ser também uma questão de confiança de ambos. É preciso inteligência emocional para passar essa fase. Converse sobre o assunto, busquem alternativas juntos e façam planejamento financeiro. Se necessário, busquem juntos ajuda especializada.

### Internet

> **CASAIS ALTAMENTE** engajados nas redes sociais acabam investindo mais tempo conectando-se aos outros do que entre si. Além disso, o uso excessivo das redes aumenta a idealização da relação e o distanciamento. Promova momentos juntos, de qualidade, sem o celular conectado. Curtam um ao outro, cultivem momentos a sós, mesmo que seja em casa, assistindo filmes, sem estarem conectados.

### Monotonia

> **A MONOTONIA PREJUDICA** um relacionamento porque é sinônimo de mesmice, chatices, inatividade. A rotina é importante para o planejamento do dia a dia, mas é necessário que o casal não seja totalmente previsível em suas atitudes. Saber lidar com isso e criar estratégias comportamentais para que ele não passe a ser um fator de risco para a relação é fundamental. Então, é necessário

sair da rotina. O casal deve manter pelo menos uma noite por semana para juntos fazerem algo diferente e, para isso, é preciso uma boa gestão do tempo do casal.

### Ciúmes

> **O CIÚME PODE** acabar com o amor de um casal, mas nem todo ciúme é considerado ruim. Algumas pessoas acreditam que um pouco de ciúme apimenta a relação. O problema é quando o ciúme passa do chamado ponto normal para o excessivo, o ciúme paranoico, doentio com perseguição e controle anormal sobre o parceiro.

> **O CIÚME EXCESSIVO** causa sofrimento dos dois lados: para quem desconfia, com as possibilidades que imagina da possível traição do companheiro; e para quem é o alvo do ciúme, que sofre com a perseguição e a falta de confiança na relação. É preciso equilíbrio e autoestima para uma boa relação.