

Editorias

- Saúde
- Sexualidade
- Cuidar de idosos
- Relacionamentos
- Maturidade
- Casa & família
- Estética & Beleza
- Corpo & Bem-Estar
- Nutrição
- Atitude positiva
- Vida Ativa
- Seguros & Finanças
- Dicas úteis
- Mulheres de 50

Comunidade

- Rede de amigos
- Bate-papo
- Gente que entende
- Opinião do leitor
- Você repórter
- Testes
- Receitas
- Eventos & viagens
- Álbuns de fotos
- Histórias de vida
- Nós na mídia

Consultores

- Ana Fraiman
- Cybele Soares
- Sérgio Savián
- Vida Ativa
- Seguros & Finanças
- Dicas úteis
- Mulheres de 50
- Blog da redação

CASA E FAMÍLIA

IMPRIMIR | INDICAR | | Mais

Dicionário amoroso

Estudo aponta os termos essenciais que determinam o grau de satisfação dos casais

Por Maria Fernanda Schardong

22/03/2010

O que determina a felicidade e a longevidade de uma relação amorosa? Em uma recente pesquisa realizada pela Universidade da Califórnia, especialistas concluíram que a diferença é uma questão de gramática. O uso dos pronomes pessoais e possessivos não é nada relativo e pode determinar, segundo os psicólogos americanos, o quanto um casal é feliz ou não. Para psicóloga brasileira, no dicionário amoroso, não vale dizer "a cama é minha". Sem perder a individualidade, casais em sintonia não abrem mão do "nosso".

Publicada no jornal científico *Psychology and Aging*, a pesquisa analisou 154 casais de meia idade e em idade mais avançada. Durante o estudo, os participantes passaram 15 minutos debatendo pontos de discordância entre eles. Ao analisarem os debates, levando em consideração o comportamento emocional e os pronomes utilizados, os psicólogos chegaram à conclusão de que casais que utilizavam o pronome "nós" tinham emoções positivas, estavam mais calmos e satisfeitos com seus casamentos.

Para a psicóloga e membro do Conselho Regional de Psicologia do Rio de Janeiro (CPR-RJ) Noeli Godoy, casais que pensam em conjunto têm mais facilidade de chegar a um consenso. "Ninguém é igual a ninguém. Todo casal tem suas diferenças, mas quando conseguem ouvir e entender o outro, com certeza serão mais felizes. Dessa maneira, fica mais fácil resolver os problemas, pois uma pessoa sozinha não consegue atender o desejo dos dois. Quando um tenta ser o dono da verdade, fica medindo forças com o outro, acaba que ninguém sai ganhando, pelo contrário", diz ela.

Se por um lado a singularidade em demasia prejudica o casamento, na medida certa ela pode ser um bom tempero para a relação. "Se bem trabalhada, com certeza faz bem ter momentos só para você. Cada membro do casal precisa ter seus amigos, sua liberdade, enfim, sua singularidade. O casamento traz muitas mudanças, mas nem por isso você tem de deixar de ser o que é. Continuar mantendo a parte saudável de antes ajuda o casal a compartilhar experiências, aumenta a troca entre os dois", afirma Godoy.

Ainda na pesquisa americana, os psicólogos perceberam que casais que utilizavam pronomes como "meu" e "eu" apresentavam expressões faciais, tons de voz e postura corporal negativos. Segundo a psicóloga, esse comportamento está diretamente ligado à educação. "Atualmente, as relações estão cada vez mais superficiais. Essa postura defensiva e a necessidade de autoafirmação vêm da falta de diálogo ainda na infância. A função dos pais é orientar e ensinar. Mas na hora de punir, eles agridem e ofendem a criança. Sem chance de defesa, essa criança cresce se sentindo uma fracassada e, no futuro, acaba levando essas frustrações para o casamento", explica a psicóloga.

Fazer-se entender é uma das regras indispensáveis para o bom relacionamento a dois. A comunicação, segundo a psicóloga, é a base do relacionamento. "Todos nós temos segredos que não dividimos com ninguém. Mas é muito importante dizer para o outro o que te agrada e o que não. Só assim o parceiro pode encontrar a melhor forma de satisfazer os desejos do cônjuge. À medida que eu me expresso eu me faço entender. Por mais que exista amor, não podemos adivinhar o que o outro pensa, deseja e sente", finaliza Noeli Godoy.



Ouça agora uma mensagem especial para você.

DDD Telefone Enviar

NOVO Convide os seus amigos

Traga quem você gosta para o Maisde50. É fácil e rápido.

[Clique aqui!](#)

Converse conosco e saiba como [clique aqui](#)

Cadastre-se no Maisde50 !

É rápido e fácil [CLIQUE AQUI](#)

Encontros Maisde50
Veja as fotos e depoimentos