

## Você gostaria que seu marido mudasse?

Deonira L. Viganó La Rosa\*

2004

Então, tente mudar você mesma. Comece por *aceitar seu homem como ele é*, e não como você gostaria que ele fosse. Um cavalheiro precisa ser aceito, apreciado e aprovado - especialmente pela mulher da sua vida.

O contrário da aceitação é a *rejeição*. O homem odeia a rejeição. A mulher também, claro. Mas o homem é particularmente sensível, porque ele encara a rejeição como um ataque à sua *virilidade*. Seu desejo de evitar a rejeição é tão forte que, se ele perceber que você o rejeita, vai correr na sua frente e rejeitá-la primeiro.

Aceitar o marido como ele é significa *não tentar mudá-lo*. Você talvez consiga que ele mude algumas coisas - tirar o lixo de seu escritório, estender a toalha molhada, acompanhá-la ao cinema de vez em quando, ficar menos horas no computador -, mas não pode mudar *quem ele é* e, se tentar, ele vai se ressentir muito.

Isso não quer dizer que você deve *a-do-rar* tudo o que seu marido faz. Mas, se estiver aborrecida com ele, tente expressar seus sentimentos sem acusá-lo ou culpá-lo (Bom desafio para sua criatividade!). Em nossa sociedade, o homem está treinado para se defender de qualquer coisa que seja percebida como um ataque. Se você o fizer ficar na defensiva, ele não jogará mais no seu time.

Aceitar seu homem como ele é não significa que você deva reduzir-se à uma gelatina pastosa que se adapta a qualquer vasilha - e não espere que ele faça o mesmo por você. Aceitação não é sinônimo de submissão. Antes, significa respeito. Ou será que é você quem sabe o que é ideal para ele?

A grande aceitação do homem é a aceitação sexual. O homem, em geral, deseja sexo com maior frequência e é aí que pode experimentar a odiosa rejeição. Quando a deseja e você o repele, ele sente aquela dor e, se esse é seu comportamento mais ou menos regular, ele começa a rejeitar aquela mulher por quem se sente rejeitado (você!). Também é verdade que você não deve aceitar sexo se não está disposta, mas, há muitas coisas que você pode dizer ou fazer, sem que ele se sinta rejeitado. Ele se sentirá até lisonjeado, depende de você.

E se você não quiser aceitar o sujeito? Bem, se você simplesmente não consegue aceitar o homem que está na sua vida como ele é - ou ele não consegue aceitá-la como você é - então, a situação deve ser repensada. Se você estiver envolvida nesse tipo de relacionamento, peça ajuda para resolver-se. Aceitação é uma coisa que não se consegue fingir, precisa sentir.

*Terapeuta de Casal e de Família. Mestre em Psicologia*  
*E-mail: jordeon@orion.ufrgs.com.br*