

SEU CASAMENTO ESTÁ EM CRISE?

Como identificar o tamanho de suas dificuldades

1. SOBRE O QUE VOCÊ MAIS CONVERSA COM O SEU MARIDO?

- a) Problemas em relação a filhos ou dinheiro.
- b) Sobre nós dois.
- c) Sobre tudo. O problema é que sempre acabamos discutindo.
- d) Sobre o nosso trabalho, nossa vida em comum, nossas opiniões sobre o filme, a novela, a vida.
- e) Não conversamos mais.

2. NO DIA-A-DIA, QUANDO VOCÊ SE LEMBRA DO SEU MARIDO?

- a) Quando estou me sentindo triste e frágil.
- b) Quando tenho de enfrentar problemas

- em relação aos filhos ou à família.
- c) Quando preciso levar o carro ao mecânico.
- d) Quando vejo uma coisa de que ele gosta (uma roupa, um livro, um disco).
- e) Quando ele chega em casa.

3. QUAL É A SUA REAÇÃO SE UMA AMIGA LIGA, CONVIDANDO VOCÊ E SEU MARIDO PARA PASSAR UM FINAL DE SEMANA NA PRAIA?

- a) Decido que vou, sem consultar meu marido, pois sei qual vai ser a reação dele.
- b) Digo que vou. Apesar de saber que ele não gosta de programas desse tipo, vou tentar convencê-lo com jeitinho.
- c) Digo que vou, mas chego em casa tensa, sabendo que terei de enfrentar uma briga com meu marido para tentar convencê-lo.
- d) Explico que vou ligar para o meu marido e saber se ele quer ir.
- e) Aceito na mesma hora e vou sozinha.

4. QUE PROJETOS PARA O FUTURO INCLUEM A PARTICIPAÇÃO DO SEU MARIDO?

- a) A reconstrução da relação a dois.

- b) A quitação de dívidas a longo prazo.
- c) A criação dos filhos.
- d) A aquisição de uma casa mais confortável para a família.
- e) Meus planos são particulares. Ele não está incluído.

5. QUAL É A MELHOR DEFINIÇÃO DO COMPORTAMENTO DE VOCÊS NUMA REUNIÃO SOCIAL?

- a) As atenções são sempre voltadas para ele e isso me incomoda.
- b) Mesmo estando em grupinhos separados, eu percebo a presença do meu marido.
- c) Quando estou com outras pessoas, me esqueço da presença dele.
- d) Numa discussão, tomo sempre o partido dele.
- e) Raramente saímos juntos.

6. NO COTIDIANO, QUANDO VOCÊ SENTE QUE ESTÁ CONTRIBUINDO PARA A SAÚDE DO SEU RELACIONAMENTO?

- a) Ao administrar bem a casa e os filhos.
- b) Ao ter prazer em preparar um prato de que ele goste – ou ao apreciar um

CHEGOU A HORA?

- prato que ele preparou para nós dois.
- c) Ao ter certeza de que minha realização profissional é prioritária.
 - d) Quando conversamos sobre como foi o nosso dia.
 - e) Não tenho mais essa sensação. Não me sinto motivada a modificar nada na nossa rotina.

7. COM QUE FREQUÊNCIA VOCÊS DOIS TROCAM ELOGIOS?

- a) Quando ainda estávamos na fase da paixão. Acredito que elogios só são comuns no começo do relacionamento.
- b) Sempre que um dos dois recebe uma atenção especial do outro.
- c) Raramente. Ele às vezes parece não me enxergar.
- d) Todo o tempo. Elogio, para nós, é uma expressão de afeto.
- e) Não temos mais espontaneidade para fazer esse tipo de agrado.

8. COMO VOCÊ DESCREVERIA SEUS SENTIMENTOS MAIS FREQUENTES NESTE CASAMENTO?

- a) Em alguns momentos, me sinto insatisfeita e incompleta.
- b) Me sinto cobrada e culpada quase o tempo todo.
- c) Me sinto sozinha e desamparada.
- d) Na maior parte do tempo eu me sinto realizada.
- e) Eu me sinto devorada pela rotina.

9. SE UM CASAL DE AMIGOS SE SEPARA, COMO VOCÊ SE SENTE?

- a) Incomodada, sem saber o porquê.
- b) Com vontade de refletir sobre o meu casamento.
- c) Ameaçada.
- d) Tranquila. Isso me faz perceber o quanto minha relação é estável.
- e) Sinto inveja, pois não tenho a mesma coragem deles.

10. QUANDO VOCÊ O FLAGRA DORMINDO, O QUE VOCÊ SENTE?

- a) Não sinto nada que me perturbe.
- b) Apesar de saber que não é a coisa mais linda do mundo, gosto de ouvir a sua respiração.
- c) Eu gostaria de não vê-lo dormindo.
- d) Continuo achando que ele é irresistível.
- e) Me sinto perturbada e sem vontade de dormir ao lado dele.

11. COMO VOCÊ DEFINIRIA O SEU RELACIONAMENTO SEXUAL?

- a) Difícil, por causa dos desencontros: quando um de nós quer fazer sexo, o outro não está disposto.
- b) Ótimo. O sexo acontece num clima de aconchego e cumplicidade.
- c) A relação é unilateral. Acho que ele tem mais prazer do que eu.
- d) Fantástico. Nosso relacionamento é altamente erotizado.
- e) Não existe mais sexo no meu casamento.

12. AS MAIORES DISCUSSÕES COM SEU MARIDO SÃO POR:

- a) Dinheiro.
- b) Falta de companheirismo.
- c) Ciúme.
- d) Política.
- e) Coisas banais do cotidiano: o modo de apertar a pasta de dente, a mania dele de deixar a toalha molhada na cama etc.

13. QUANDO DISCUTEM, O QUE ACONTECE?

- a) Tentamos solucionar o problema para não deixar pendências.
- b) Ficamos exaltados na hora, mas resolvemos as diferenças e nos reconciliamos.
- c) Dizemos o que não gostaríamos de ouvir.
- d) Falamos com clareza o que

O BRASILEIRO QUER FICAR CASADO

Nos Estados Unidos, 50% dos casamentos terminam em divórcio. No Brasil, são 20%. Some-se a esse índice o número de pessoas que se separam sem ter se casado oficialmente. Apesar da quantidade expressiva das separações, ficar casado ainda é uma das maiores aspirações do brasileiro. Numa pesquisa conduzida por

CLAUDIA e publicada em maio de 1996, os entrevistados responderam que entre as maiores aspirações de sua vida estava a vontade de ter filhos saudáveis e família feliz, além de amor duradouro. A grande maioria também definiu o fim do casamento como “um grande problema para os filhos” e “um sofrimento que deve ser evitado”.

pensamos a respeito do problema, mas não nos ofendemos.
e) Gritamos e xingamos.

14. O QUE VOCÊ PENSA QUANDO SE OLHA NO ESPELHO?

- a) Será que quero passar o resto de minha vida com esse homem?
- b) Sou feliz nesse relacionamento?
- c) Sou jovem e bonita o suficiente para uma nova conquista.
- d) Tenho me sentido cada vez mais atraente.
- e) Estou péssima.

FAÇA SUAS CONTAS

Some os pontos de suas respostas, considerando as correspondências abaixo:
a = 3 pontos
b = 4 pontos
c = 2 pontos
d = 5 pontos
e = 1 ponto

RESULTADO

- **52 A 70 PONTOS: TUDO BEM**
Seu casamento está bem. Há clima de cumplicidade e intimidade. Para manter o relacionamento equilibrado, continue nesse caminho – respeite as individualidades, mas promova projetos comuns.
- **33 A 51 PONTOS: PROBLEMAS, PROBLEMAS, PROBLEMAS**
O casamento tem rachaduras. Os sinais de desgaste são evidentes. O relacionamento entre vocês dois precisa ser reavaliado com urgência.
- **14 A 33 PONTOS: PRONTA PARA O DIVÓRCIO?**
As coisas não vão bem há muito tempo. O casamento está fazendo mal para os dois. Há desencontro, desamor, desrespeito. Vocês perderam o sentimento de cumplicidade e estão indiferentes à presença do outro. Juntos, estão desmotivados para a vida.

O teste foi elaborado pelos psicólogos Jacy Bastos Lima, Regina Romanelli, Geny Ferraz e Cássio Reis, do Godes (Grupo de Orientação para Descasados).