

## Noras e sogras

Por Antônio Marinho

S. F. está casada há um ano e antes de dividir o mesmo teto com o marido a relação com sua sogra era ótima. Hoje esse convívio é um inferno e seu casamento está ameaçado.

— Depois que engravidei, minha sogra passou a falar de mim pelas costas. Fazia chantagem emocional, inventava doenças e desculpas para tirar meu marido de casa. Ela ainda não aceitou o fato de que ele não é mais o menininho da mamãe e sim um homem casado, que constituiu família e tem suas responsabilidades. A gota d'água foi quando descobri uma carta da minha sogra para o meu marido dizendo que eu não prestava e não seria a mulher ideal. Exigi que se posicionasse diante desse fato e ele ficou em cima do muro — conta.

S. F. fracassou na tentativa de viver em paz com sua sogra. Mas, noras, não desanimem! Segundo a escritora Eden Unger Bowditch e a psicóloga Aviva Samet, autoras de “O desafio do relacionamento nora e sogra — Tudo o que você precisa para estabelecer uma relação cordial e respeitosa” (M. Books), nem todo convívio com a sogra está fadado a brigas e outros problemas.

Noras e sogras devem saber seus papéis

Um sinal de bom relacionamento com sua sogra pode ser o fato de a mãe do seu marido participar do cotidiano do casal. Para outras mulheres isso é invasão de privacidade. Segundo as autoras, o primeiro passo para viver em paz é estabelecer os papéis de cada uma: “quando o filho se casa, o papel que a mãe tem em sua vida muda. Ela deixa de ser a número um para ficar em posição menos proeminente. Se reconhece que a nora está agora na liderança da vida do filho e a nora aprecia o fato de que sua sogra teve esse papel antes dela, isso permite que simpatizem uma com a outra. Se a mãe aceita essa mudança como uma passagem natural, isso pode levar a um relacionamento amigável”.

Mas não é tão fácil assim. C. M. está casada há 11 anos e corta um dobrado para ser aceita pela sogra:

— Desde o início tivemos problemas porque fui apresentada grávida. Meu marido é de família judia e apesar de ter me convertido nada mudou. Não sou aceita pela família dele e nosso filho é discriminado em relação aos primos. Minha sogra nos presenteou com um apartamento e interferiu até na escolha da decoração. Até recentemente queria dar opinião no vestuário do meu marido, mas cansei e bati de frente mais uma vez. Meu marido tem parcela de culpa na péssima relação que tenho com a minha sogra. Ele tem medo de lidar com a mãe, de magoá-la — reclama.

Há noras, porém, que vivem num mar de rosas com a sogras. A publicitária Mônica Gonçalves está casada há quatro anos com Bernardo e diz que sua sogra, Maria Tereza Derzi, é como se fosse uma segunda mãe. O relacionamento é tão bom que as duas estão a ponto de se tornarem vizinhas de porta. Além de Bernardo, Maria Tereza tem mais dois filhos homens e achava que seria uma sogra ciumenta:

— Sempre fui mãezona e pensei que seria dominadora, mas me surpreendi. Às vezes tenho vontade de dar algum palpite, como, por exemplo, na rotina da minha neta, Ana Beatriz, de 1 ano e 7 meses, mas respeito as decisões da minha nora. Afinal, ela é a mãe. Eu ganhei uma filha, não uma nora. Sou tratada com respeito e antes de ser marido dela ele é meu filho — diz.

Mônica brinca e diz que sua sogra faz questão de ser sua aliada.

— Assim ela sabe que o filho estará sempre por perto. Uma respeita o espaço da outra — conta.

## Marido deve apoiar a mulher

A nutricionista Krisna de Sá Rizzo também é fã da sua sogra, Teresa Salomone. Casada há quatro anos com Alessandro, faz de tudo para agradá-la, até insiste para o marido levar a sogra no supermercado:

– Ela me aceitou como uma filha. Quando compra um presente para minha cunhada, faz questão de trazer algo para mim. Sem falar que cozinha muito bem e me ensinou pratos deliciosos – conta.

Para a psicanalista Eliana Helsinger, da Sociedade Psicanalítica do Rio de Janeiro, muitos conflitos entre sogras e noras acontecem porque o homem não consegue sair da posição de filho, permitindo a invasão de privacidade.

– Ele tende a ver a interferência da mãe como ajuda ou agrado e toma um susto quando a mulher começa a reclamar. Alguns acham que é ingratidão. Não tem que haver escolhas nesse relação. Noras e sogras ocupam lugares distintos. A mulher deve conversar com o marido sobre o que está incomodando no comportamento da sogra, mas cabe a ele a iniciativa de mostrar isso a sua mãe. Por outro lado, a sogra deve se sentir valorizada, mas sem interferir no dia-a-dia do casal – afirma.

A psicanalista Sônia Oksenberg diz que a nora não substitui a sogra e vice-versa. A rivalidade pode ocorrer e elas não devem ter atitude de possessividade em relação ao homem:

– A sogra precisa entender que o amor que seu filho sente por ela não acabou. Aquelas que se atualizam, continuam ativas ou no mercado de trabalho tendem a ter melhor relacionamento com as noras.

Para as autoras americanas Eden e Aviva, uma das tarefas essenciais no casamento é estabelecer o senso de “nós” entre o marido e a mulher. Isso dá unidade e mostra solidariedade entre os parceiros. Também traz sensação de segurança no relacionamento. Para os pesquisadores Gottman e Silver, quando há conflito entre a mulher e a sogra, há apenas uma saída para o homem: “ele deve ficar ao lado da esposa. Isso estabelece limites claros para todos e, embora a mãe dele possa ficar magoada, irá superar. Resolver um conflito dessa maneira pode estabelecer o precedente valioso que levará a um relacionamento mais confortável entre as duas mulheres”.

## REGRAS PARA VIVER EM PAZ:

**PAPEL DO MARIDO:** As escritoras Eden e Aviva afirmam que “um filho que deixa claro que não pode ser arrancado de seu lugar ao lado da esposa, também deixa claro para sua mãe que, embora a ame e esse amor não tenha diminuído, sua lealdade será com sua nova família em primeiro lugar. A nora que não se sente ameaçada pela sogra tem mais chance de ficar emocionalmente aberta e à vontade ao seu lado.”

**HARMONIA NO CASAMENTO:** Esteja ciente de que a mãe do seu marido terá espaço importante em sua vida e que aceitá-la e cultivar um bom relacionamento ajudará a manter a paz no seu relacionamento. Respeite seus sogros, mas seja adulta e espere ser tratada como tal. Tente não deixar que a antipatia de sua sogra por você contamine seu casamento.

**PRIMEIRA-DAMA:** Certifique-se de que é a número um na vida do seu marido e de que ele sabe demonstrar isso. E sempre encoraje o bom relacionamento entre seu marido e a mãe dele.