

“TODO LO QUE USTED QUERÍA SABER SOBRE EL AMOR Y LAS RELACIONES DE PAREJA ... y no sabía a quién preguntar”.

E. Manuel García Pérez (www.manuelgarciaperez.com)

Psicólogo Consultor. Director Técnico del **Grupo ALBOR-COHS**

e-mail: albor@gac.com.es

PREGUNTA 01:

Durante las vacaciones de verano muchas parejas eligen organizar su tiempo libre prescindiendo de la compañía de hijos, cuando son mayores (adolescentes) y de otros familiares (padres, hermanos,...). En otros casos, lo hacen exactamente al contrario; esto es: planifican las vacaciones como un tiempo para pasar con los familiares y con sus hijos ya mayores (adolescentes).

¿Se puede considerar una de estas opciones como un método óptimo para consolidar o mejorar la relación de pareja? ¿No sería este período vacacional una ocasión para estar juntos y mejorar la calidad de la relación?

RESPUESTA:

Algo que se debe tener en cuenta al considerar una opción de las anteriores es que cada pareja mantiene una relación de características diferentes. Por ello, una opción puede resultar mejor que otra según la relación de pareja que se considere.

Un caso concreto puede estar representado por una pareja que durante el año tiene pocas ocasiones de compartir momentos de intimidad (ir al cine, teatro u otro espectáculo; ir a comer o cenar; viajes cortos en fines de semana o puentes,...; permanecer en casa haciendo algo juntos o simplemente solos aunque cada uno haga cosas diferentes). Otro caso lo pueden representar parejas que sí tienen esos momentos, períodos y tiempos de intimidad.

En el primer caso, planificar las vacaciones en compañía de familiares o incluso amigos (compartir un apartamento, realizar un viaje de dos o tres semanas juntos) constituye un riesgo de aumentar el distanciamiento afectivo entre ambos. Las ocasiones de conflicto aumentan y se añaden a las del resto del año. Si, además, estos conflictos se relacionan con padres, hermanos, cuñados, sobrinos, etc., las vacaciones serán un período en el que una relación que no es muy sólida, que tiene sus aspectos problemáticos (relaciones sexuales escasas o insatisfactorias, gastos, uso del tiempo libre, relaciones laborales, problemas con la educación de los hijos,...) empeorará y, tal como sucede en numerosas relaciones difíciles conllevará a decidir una separación o divorcio “otoñal”. Los datos son concluyentes: las parejas inician procesos de terapia o de separación después del verano, inmediatamente después de las vacaciones con mucha más frecuencia que antes de este período o que durante el resto del año.

En el otro caso, cuando la pareja desarrolla una convivencia mutuamente satisfactoria durante el año (tal y como la describimos anteriormente), emplear parte del período vacacional en compartir tiempo y ocio con padres, hijos mayores, otros familiares o amigos, no constituye riesgo alguno, pudiendo incluso contribuir a un mayor

estrechamiento de lazos afectivos al constatar la buena relación y trato de cada uno de ambos miembros de la pareja con los familiares o amigos del otro.

Pese a todo, no cabe duda de que la organización actual de la vida familiar, con ambos miembros trabajando, con una vida ajetreada y llena de prisas, compromisos y contrariedades o frustraciones, hace mucho más deseable la búsqueda de actividades placenteras (mutuamente placenteras) durante las vacaciones. Y estas actividades placenteras son muy frecuentemente actividades acordadas de mutuo acuerdo y desarrolladas con tranquilidad y el máximo afecto. “Cargar las pilas” para el nuevo curso académico, “cargar las pilas” para el siguiente trimestre laboral y “cargar las pilas” para seguir juntos compartiendo la vida, sintiendo sin ninguna duda que podemos contar y confiar en el afecto, la disposición y el amor de la propia pareja.

No obstante, se puede resumir al máximo la respuesta a esta pregunta del modo siguiente: “si la planificación y el desarrollo de las vacaciones se lleva a cabo de mutuo acuerdo, sin presiones, amenazas o chantajes emocionales; esto es: con amor, no importa mucho ni dónde, ni cómo, ni con quién se pasen esas semanas. Lo importante es haberlo decidido y desarrollado como una honesta y sincera decisión de pareja”.

