

“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 (15):

Con cierta frecuencia aparecen noticias en los medios de comunicación indicando que las crisis de pareja se presentan con cierta regularidad, cada 3, 5 o 7 años.

Algunos investigadores centran este período de tiempo alrededor de los seis-siete años, como si hubiera un reloj bio-psicológico que determinara el momento en el que se disparará una crisis de pareja importante.

Por otra parte, los estudios sociológicos informan de un número elevado de divorcios entre los cinco y los siete años de emparejamiento.

¿Cuánto de real y de indiscutible es esto? ¿Verdaderamente todas las parejas deben esperar una crisis alrededor de los siete años y prepararse para ella?

RESPUESTA:

El matrimonio o “emparejamiento” ha sido representado muy gráficamente como una “aventura” (*aventura = empresa de resultado incierto*). Esta aventura se representa de manera óptima como un viaje en barco (*más romántico aún si el barco es de velas...*)



Todo emparejamiento es una “empresa de resultado incierto”, ya que el futuro se va construyendo día a día. Cada persona pone algo de su parte (*los trabajos de “marinería”*), pero luego están los factores ambientales: familiares, amistades, conocidos,..., y los cambios personales en actitudes, valores, gustos, etc.

Así que cada singladura del barco se ve afectada por diversos factores que pueden alterar el equilibrio del viaje: tormentas de viento, agua, corrientes,..., ¿Cuándo aparece una crisis? Pues las crisis en las parejas pueden aparecer en el viaje de novios (hay casos documentados); al regreso de un estupendo viaje de novios; al cabo de un año, de dos, de tres,... Las parejas pasan por muchas crisis, igual que los barcos que cruzan mares y océanos. Las únicas parejas que no tienen crisis son "las que no salen del puerto". Esas que reducen al máximo su convivencia y, por lo tanto, las posibilidades de conflictos.

Las parejas que se arriesgan a compartir su vida tienen crisis con alguna frecuencia. Coinciden estas crisis no con períodos de tiempo determinados estadísticamente por estudios sociológicos, sino con fases por las que se desarrolla normalmente la vida de pareja:

1. el nacimiento de un primer hijo, que trastoca la dinámica familiar, que conlleva la necesidad de cambios en muchos hábitos, que reduce el tiempo de ocio,...
2. el nacimiento de un hijo inesperado, circunstancia que puede ser valorada de distinta manera por ambos miembros.
3. intromisiones de terceras personas en la relación de pareja: suegros/as sobreprotectores o entrometidos; hermanos/cuñados que interfieren en la vida de pareja (solicitan ayuda económica, efectúan demandas inesperadas sobre algún miembro de la pareja; amistades de ambos o de uno de los miembros que invaden la intimidad de la pareja,...
4. Situaciones económicas imprevistas: incremento muy notable de los ingresos o reducción significativa de los mismos.
5. Inseguridad progresiva de uno de los miembros relacionada con la reducción de las demostraciones de afecto por parte del otro.
6. Falta de apoyo del otro miembro de la pareja, cuando al primero se le presenta un situación familiar, laboral o social comprometida.

En realidad, los factores que pueden desencadenar una crisis de pareja son múltiples y diversos, aunque ninguno de ellos tiene por qué "hundir el barco"...

Hace un tiempo, con ocasión de un accidente de aviación, el representante del Sindicato de Pilotos de Líneas Aéreas (SEPLA) afirmaba en una entrevista lo siguiente: los aviones son aparatos muy, muy seguros..., *los aviones no se caen..., los aviones los tiramos al suelo nosotros: los humanos...*

Con ello, matizando mucho tan escandalosa afirmación, quería decir que la tecnología, si se cumplen los requisitos de seguridad, es absolutamente segura y ningún avión tendría que caer ni fracasar en su despegue o aterrizaje. Los accidentes de aviación tienen siempre como causa explicativa un "error humano": es algo que un humano no hace (que debería haber hecho) o que hace (y que no debería haber hecho).

De una manera homóloga, podríamos afirmar, con riesgo de cierto radicalismo, que una relación construida en base al amor de dos personas, no tiene por qué “hundirse” o “caerse”. En el aire, como en el mar, surgen complicaciones (tormentas) que los pilotos y capitanes pueden enfrentar y salir con éxito de ellas. Cuando un barco se hunde o un avión se cae es por un error humano.

En el caso de las parejas, crisis habrá desde el primer momento y hasta el último. Unas de mayor gravedad y riesgo que otras, pero no hay crisis “predecibles” a los cuatro, ni a los cinco ni a los siete, ..., años. Las crisis de pareja entre los cinco y los siete años son, como muy bien sugerías al principio “una leyenda urbana”, cuyo fundamento es una observación muy sesgada y parcial de la realidad de la vida en pareja.

