

## **LA RELACIÓN DE PAREJA**

El ser humano necesita convivir con otros seres humanos y, en la vida adulta, la pareja es el modo de convivencia esencial y un deseo que se puede considerar general.

El vínculo más fuerte existente entre dos personas es el que hay entre padres e hijos, después de éste se sitúa el vínculo de la pareja. Esta característica puede darnos una idea aproximada de lo delicada que puede ser la elección y la posterior convivencia.

Lo que se busca en la pareja es: compañía, amor, sexo y la posibilidad de tener descendencia.

Pero al elegir pareja se pueden buscar cosas inadecuadas e imposibles de conseguir, como la superación de conflictos y dificultades propios independientes de la otra persona.

### **Formación de la pareja**

Existe pareja cuando hay un proyecto de vida en común, sentimientos de amor, sexualidad compartida y el deseo de formar una familia.

Hoy en día muchas parejas jóvenes deciden vivir juntas sin un proyecto familiar definido, pero aunque no lo hablen abiertamente suelen tener el deseo de casarse y de tener hijos.

Un mito actual, que puede minar el proyecto familiar es el de un amor sin obligaciones, en el que no haya responsabilidades, mientras la realización personal tiene lugar, exclusivamente, fuera de la pareja.

### **Características de la pareja**

Se pueden señalar algunos puntos esenciales: no ha de haber rasgos de codicia o egoísmo, no hay que dominar, ha de haber una adecuada combinación de ternura y sexualidad, ha de haber independencia de las propias familias, etc.

Es muy importante que el papel y las funciones de cada uno queden claros para ambos, ya que la confusión de papeles lleva a no pararse a pensar y a repetir malas experiencias vividas en la propia familia.

Este vínculo se sostiene sobre una relación de simetría y reciprocidad entre lo que uno espera y lo que está dispuesto a dar.

### **Conflictos en la pareja**

Motivos frecuentes de discusión son: la inmadurez, el egocentrismo, los conflictos con la otra familia, los problemas económicos, la carencia de aficiones comunes. Pero las peleas más violentas se deben a la infidelidad y a la manera de educar a los hijos.

Muchas de estas situaciones se producen por conflictos personales que cada uno traslada a esta convivencia y que se han gestado durante su infancia en la relación familiar con sus propios padres. Esto unido a dificultades en la comunicación puede llevar a situaciones caóticas y a posibles rupturas.