

ACTUALIDAD

Las ocho claves que potencian las relaciones de pareja en vacaciones

El Ciudadano · 14 de enero de 2015

No idealizar el período y mantener siempre el humor forman parte de los aspectos claves para que las vacaciones refuercen los lazos en las parejas





Aunque suene extraño, lo cierto es que los datos son fríos: la mayoría de los divorcios se suscitan después de lo que debería ser “el” momento de encuentro anual, como son las vacaciones.

Y es que, claramente, el instante de descanso laboral y de la vida cotidiana ligada a compromisos es una instancia determinante para los vínculos emocionales. Eso ocurre porque en la medida que se saca el pie del acelerador cotidiano, se generan mayores momentos para la convivencia. Y ahí afloran los conflictos que no se dan en el año.

La experta en relaciones del sitio web Match.com, Valeria Schapira, explica que durante el año laboral, las parejas viven sus actividades propias. «En el quiebre de la rutina aumenta el tiempo compartido y, con él los conflictos históricos y hasta los más cotidianos como la higiene de la casa, el uso de la computadora o la distribución del orden en el descanso, entre otros», dice.

En vacaciones, muchas personas descubren que ese/a novio/a, marido/esposa o amante es, en realidad, un/a desconocido/a, una personalidad totalmente lejana a esa que no se aprecia diariamente.

La experta llama, sin embargo, a no desesperar en este momento. «Si se actúa con inteligencia y sin impulsividad, las vacaciones pueden ser un gran momento para el conocimiento mutuo y el enriquecimiento del diálogo», señala.

Para ella existen, al menos, ocho aspectos que pueden servir para que el fin de la rutina laboral sea, realmente, el inicio de un nuevo encuentro entre las parejas y no, como indican las cifras, el momento en que se separan.

- **No idealizar el período.** Así se trate del viaje más esperado, todas las situaciones de la vida presentan claroscuros. Ser realista es una buena forma de sobrellevar cualquier dificultad que pueda aparecer.
- **Mantener el humor.** Cualquier contingencia es menos terrible si hay buena onda. Las parejas que más duran son las que tienen el código común de la risa y la sonrisa.
- **Establecer una rutina de vacaciones.** Adjudicar roles para las tareas hogareñas, consensuar espacios, etc. Aunque suene contradictorio ser estructurado cuando se supone que uno debería relajarse, la organización es clave para evitar conflictos.
- **Compartir las actividades de los niños.** Durante el año, los padres – estén juntos o separados – suelen tener sus horarios y actividades con los niños bien delimitados. Un esquema vacacional viene bien para que cada mamá o papá puedan organizarse, más aún si no conviven.

– **Conversar las necesidades laborales.** Hay personas que no quieren (o no pueden) desconectar del trabajo en vacaciones. Es bueno establecer ciertos espacios de “desconexión”: el horario de las comidas, el dormitorio... Respetarse en las necesidades de trabajo y del descanso en un consenso enriquecedor. Dejar teléfonos, tablets y otros gadgets afuera de algunos momentos, también.

– **Reforzar el diálogo.** En la vorágine del año, muchas familias se organizan a base de una sobrecarga de exigencias, tareas y ausencia de diálogo. En el tiempo de descanso, los conflictos explotan porque aparece, justamente, la posibilidad de conversar. Es importante establecer este espacio vincular de manera paulatina, evitando la ansiedad y a sabiendas de que lo que no ha existido hasta ahora no se puede construir en un segundo.

– **Ser honestos pero no hirientes.** Es bueno que cada miembro de la pareja y de la familia exprese con libertad sus deseos. Parte del aprendizaje de esta convivencia estrecha que se da en vacaciones tiene que ver con aprender a decir desde el afecto.

– **Poner atención al dinero.** Los viajes y vacaciones pueden predisponer a desmanejos financieros que, ineludiblemente, redundarán en discusiones. Caja en orden, pareja en armonía. Cuidado con el despilfarro; la economía del receso también requiere planificación.

visto en **Lifestyle**

Fuente: El Ciudadano