



SATISFACER A LA PAREJA

Estoy apreciando en muchas sesiones de terapia de pareja, los problemas de satisfacción que aparecen. Abrir un espacio en la propia sesión de tratamiento a la palabra, hace que pueda expresarse las cuestiones negativas que cada uno tiene retenidas respecto al otro de la relación, y que por problemas de comunicación no suelen expresarse en casa, dejando un depósito que puede explotar en el futuro.

Estas cuestiones reprimidas de momento, sorprenden mucho a los sujetos en tratamiento, cuando las escuchan en la sesión, aunque les resuenen por haberlas oído en casa en forma de quejas. El espacio terapéutico permite cierta amplificación y posibilita la aclaración de estas quejas.

Sabemos también que cuando se llevan años de relación, entran en juego otras variables en las que resulta muy complicado satisfacer al otro, por eso la pareja es algo que se tiene que cuidar y alimentar, para que evolucione y supere el transcurrir del tiempo.

Algunas pareja también sugieren la importancia de la educación sexista que se ha recibido, y más allá de ésta, la exigencia que flota sobre la mujer que suele mantener la dirección y el control de todo lo que supone "lo familiar"; casa, hijos, economía doméstica, etc., tratando de responder a la demanda social, de que la mujer tiene que ser además de una madre perfecta, una trabajadora impecable. Demanda social que se ha introyectado en su superyó propio, que provoca la autotexigencia continua.

Por otro lado, muchos hombres se quejan de que no les dejan intervenir de forma importante en "lo familiar o doméstico" y que cuando lo hacen, les dicen que no se implican lo suficiente y no lo hacen bien, a pesar de que según ellos, ponen mucho empeño. Esto puede suponer un nuevo paradigma social, en el que el hombre empieza a plantearse que quizás ha perdido cierto lugar, y que cuenta menos, y esta suposición le angustia y trata de evitarla participando más en casa y con los hijos, pero sin que su actuación sea del todo complementaria a la de su compañera.

Se llega así a una falta de acuerdo difícil de resolver, en la pareja, ya no se trata de quién hace más o menos, sino de intentar cierto entendimiento y poder conseguir esa difícil complementariedad que proporcione cierta satisfacción con el otro.

De qué satisfacción hablo, porque debajo de la doméstica, de conseguir tener la casa en orden y los hijos, de forma coordinada, complementaria... parece que en esta excesiva complejidad de vida en la que se ha convertido, la casa, los hijos e hijas, los deberes, las actividades extraescolares, donde las largas jornadas laborales no ayudan nada la conciliación laboral española, el lugar para la pareja se va reduciendo cada vez más, no parece quedar tiempo para las caricias, la compañía, la complicidad, ni lo sexual que antes todo lo arreglaba.

Por todo ello sería importante que nos planteáramos nuestras prioridades, pensar que "lo doméstico", no tiene que quitarnos tanta energía, y que debemos cuidar lo más importante (a parte de los hijos si se tienen): la pareja, tratando de que la satisfacción del otro no sea tan complicada.