

## ¿Cuánto compartimos en pareja?

Primero está la capacidad individual de compartir. Después el aprendizaje dentro del grupo familiar y social al cual uno pertenece. Por último el tipo de pareja que uno ha establecido.

¿Qué comparto?

¿Qué espero que el otro comparta o qué es nuestro?

¿Cuánto estoy dispuesto a compartir mi pareja con otros?

Compartir significa realizar una tarea en conjunto. No es lo mismo que coordinar una tarea ni ser recíproco con el otro.

Compartir es algo que se hace de a dos, que están de acuerdo los dos, es bilateral. Si vamos a una heladería podemos compartir tomar un helado pero no el mismo gusto, podemos no tomar un helado pero compartir el espacio.

Compartir no es perder la individualidad ni estar simbiotizado con el otro.

Las parejas tienen ciclos. Al principio como producto del enamoramiento, uno está casi necesariamente más fusionado con el otro. Con el transcurrir del tiempo se replantean el compartir. ¿Cuánto comparto con el otro y cuanto me dedico a mi propio proyecto? La pareja no debería impedir el proyecto personal sino por el contrario alentarlos por el bien del crecimiento de la organización pareja. Sin embargo hay diferencias entre ser una pareja simbiótica a ser una pareja freezer. Una no desarrolla proyectos propios y la otra no consolida un nosotros. La llegada de los niños genera indefectiblemente una reorganización. Qué espacio se les dé a los hijos determinará el espacio de la pareja o de los proyectos personales. Es probable que si los hijos acaparan el espacio de la pareja este sea un camino sin retorno al compartir de a dos. Si lo que absorbe la crianza de los hijos es el proyecto personal el individuo estará frustrado.

Ya sea que la pareja entre en crisis al percibir su desaparición o el individuo acuse su frustración la respuesta que se le dé a esto puede desembocar en un enriquecimiento para el individuo, la pareja y la familia.

Nada es irreparable si queremos estar con el otro.

Existe el otro?

Desde que nacemos la idea del otro se va desarrollando gracias a una capacidad que se estimula en la interacción con el mundo que nos rodea. Es decir el ser humano va diferenciándose del entorno. Pri-

mero descubre a su cuidador más próximo para así descubrirse así mismo. Luego percibe las necesidades, gustos, intereses, capacidades de los otros para diferenciar las suyas propias. El ser humano tiene una experiencia de sí mismo que es intransferible. Al mismo tiempo va desarrollando la experiencia del otro que también es personal. Ambas se cargan de prejuicios y sesgos que pueden teñir su realidad de mejor o peor manera.

El vínculo con uno mismo a veces se confunde con soledad y asusta al individuo. El vínculo con los otros a veces se confunde con invasión y provoca repliegue.

El compartir implica contarle al otro sobre esa experiencia intransferible de uno y de los demás. Uno puede estar malinterpretando al otro y así se generan los malos entendidos. Lo que daña puede no saberse. Se interpretan como descalificaciones actitudes que para el otro no lo son. No hay un lenguaje común. También hay etapas de cambio donde el otro nos reclama por qué rechazamos lo que antes aprobamos. Compartir también es comunicar. La persona además puede tener una imagen de sí distorsionada y las críticas son sinónimo de no compartir. Una persona tiene un vicio, por ejemplo fumar, que molesta a los convivientes del hogar. El rechazo o la prohibición del acto pueden ser entendidos como una descalificación personal donde nadie comparte con él. Para esta persona compartir es sinónimo de someterse a sus deseos. Malinterpreta el compartir que es entendido por él como un juego de poder.

Compartir no es obligar ni ser obligado. Es una decisión personal. No hay víctimas ni victimarios. Es una libre elección.

¿Cuánto estoy dispuesto a compartir mi pareja o qué desata mis celos?

Para que se active el esquema “celos” debe existir un triángulo. El celoso, el celado y el rival. El rival puede ser una persona, una actividad, un objeto o ser imaginario. Nuevamente en este caso nuestro territorio será resguardado según nuestra tolerancia a compartir y las costumbres de la sociedad en la que fuimos criados.

Lic. Polly Gallacher y Lilian Banderas

