

# UNA VERDADERA RELACIÓN

## DEBE ESTAR BASADA EN LA ENTREGA MUTUA



La DrC. Beatriz Torres mantiene un diálogo estrecho entre su práctica clínica y la docencia. Su experiencia profesional y humana le aportan tanto ejemplos de la vida cotidiana como resultados de investigaciones que complementan o ayudan a entender mejor los comportamientos de las personas, y a encontrar caminos ante conflictos y dificultades.

Esta psicóloga aprovecha múltiples vías para intercambiar conocimientos, desde una clase en la Facultad de Psicología de la Universidad de La Habana, un evento científico, un ejercicio de defensa de una tesis de licenciatura o postgrado, hasta un programa televisivo o una conversación amistosa. En el Centro Oscar Arnulfo Romero tuvimos el privilegio de recibir a la profe una vez a la semana para profundizar sobre las relaciones de pareja en la actualidad. Algunas de sus reflexiones las incluimos en esta edición de *Compartir*.



**Desde su experiencia profesional, ¿cuáles son hoy los ideales de pareja predominantes en Cuba, sobre todo entre las y los jóvenes?**

Habría que partir no solo de lo que ocurre con los y las jóvenes en Cuba, sino las tendencias generales de la juventud en la postmodernidad. En cada época de la historia, la cultura adquiere características que influyen en el establecimiento y mantenimiento de los vínculos de pareja.

Muchos especialistas refieren que con la “era de la informática” la vida se reduce al “aquí y ahora”, y solo se valora el presente, la vida de cada día. El futuro se percibe sombrío y escapa a las posibilidades del momento. En consecuencia, hay una demanda urgente de placer y una falta de motivación para asumir compromisos a largo plazo.

La importancia de la estética externa, la valoración del materialismo mal infundado, la cultura de la apariencia, y la ruptura con el pasado son cuestiones elementales para los jóvenes postmodernos. Por supuesto, son tendencias para nada absolutas. Hay que seguir profundizando en la configuración de la relación de pareja actual a partir de los significados que los y las jóvenes le dan al vínculo amoroso. En nuestro contexto hay una variedad de modelos de pareja.

Aunque muchas personas planteen que el “amor se acaba”, “que ya todo es interés”, no creo en ello, ni como persona ni como especialista; solo que no siempre seleccionamos de forma adecuada o le atribuimos a nuestras parejas valores y características que no siempre poseen y nos dejamos llevar por primeras impresiones.

En especial, en la etapa de la adolescencia y la juventud –aunque no es excluyen-



te en las otras– las personas creen enamorarse o se enamoran con frecuencia hasta encontrar una relación en la cual se sientan seguras, amadas, por lo que una verdadera relación debe estar basada en la entrega mutua y desdeñar las ideas falsas de “no tengo suerte” o “soy demasiado romántica o romántico”. Por ello, es bueno mirar a nuestro alrededor y ver tantas personas que han tenido disoluciones de vínculos amorosos sin que ello constituya una norma de fracaso.

Aunque estamos en una época donde muchos pregonan que el amor ha pasado a segundo plano, que lo importante es disfrutar, “pasar el momento”, siempre encontramos otros que siguen buscando afectos, no solo tener placer. Está comprobado que la actividad sexual es más gratificante y placentera dentro de un marco de relaciones afectivas, por lo que a pesar de vivir “tiempos de descarga”, el amor y el proceso del enamoramiento sigue visitándonos día a día.

En unos casos la atracción y el interés sexual que se desarrollan por una muchacha o muchacho lleva a enamorarnos, pero otras veces terminamos en una amistad solamente.

### ¿Cómo esos imaginarios sobre las relaciones de pareja impactan la configuración de las familias en la sociedad cubana contemporánea?

La variedad de formas de vivir el vínculo, desde un noviazgo con elementos más tradicionales a maneras más libres de vivir en pareja, la diversidad de parejas desde los modos de convivencia o no, hasta la variedad de edades, razas, orientaciones sexuales..., impactan la configuración de las familias, por lo que ya no se habla de la familia cubana, sino de las familias, aunque siguen predominando en ellas las uniones consensuales después de segundas y terceras uniones.



### ¿Qué lugar ocupa la pareja en los proyectos de vida que se plantean las personas jóvenes en la actualidad?

Hay diversidad de respuestas como diversidad en los modelos, lo que sí la mayoría mantiene el ideal de privilegiar el vínculo de pareja en las diferentes formas de constituirlo y vivirlo.

### ¿Cuáles son las causas más frecuentes de conflictos o rupturas en las parejas?

Entre las causas están: expectativas idealizadas, falta de aprendizaje para la convivencia en pareja y déficit de estrategias para la solución de problemas –con el amor no basta–, desequilibrio en el reparto de roles, deficiencias y errores en la comunicación, violencia hacia lo interno de la pareja, insatisfacción sexual y discrepancias en cuanto al grado de autonomía de la pareja.

### ¿Qué les aconseja a las y los jóvenes para que construyan y vivan relaciones de pareja satisfactorias, plenas?

Ante todo, que este tipo de vínculo está basado en el gusto, en el deseo por el otro, por la otra y después se van conformando planes, proyectos. Hay que establecer desde el inicio un código de contingencias, hablando claramente “lo que espero” o “no me gusta”, pues vamos acumulando malestares a lo interno o a partir de factores externos que inciden: familia, amigos, planes profesionales de ambos u otro tipo..., que si no los hablamos desde el comienzo, no es posible negociar sobre ellos.

### ¿Qué retos como profesional y ser humano ha tenido en la atención a jóvenes que se acercan en busca de orientación?

Primero, aprender con ellos y ellas, no situarme desde mis expectativas e ideales de lo que deben ser los vínculos de pareja, y ayudarlos a encontrar, por sí mismos, sus caminos, a partir del respeto, la comprensión, la ternura y, por supuesto, buscando una satisfacción del vínculo.