

Desavenencias en el tiempo de ocio

El verano quema a las parejas

► Las disputas se disparan por una mayor convivencia y la mala comunicación

► Un estudio revela el auge de rupturas antes del estío para no repetir conflictos

I. FERNÁNDEZ / A. LAHOZ
eparagon@elperiodico.com
BARCELONA / ZARAGOZA

Han llegado las vacaciones, la convivencia *full time* y las crisis de pareja. El verano es tiempo de corazones rotos, y septiembre, el mes en el que los bufetes de abogados hacen su agosto. Las estadísticas recuerdan el aumento de divorcios y separaciones a la vuelta del estío. Pero un estudio publicado en Estados Unidos indica un cambio de rumbo.

Cada vez más parejas rompen antes de las vacaciones para poder disfrutarlas. Dicen ibastal porque ya saben lo que se avecina. «No quieren repetir la mala experiencia de años anteriores. De media, después de tres veranos nefastos, al cuarto ya no repiten, aunque hay gente con más paciencia», explica la psicóloga Irene Pastor, que confirma que ya en mayo la consulta se llena de parejas dispuestas a quemar el último cartucho.

«Con la terapia, o se refuerza el vínculo o se separan. Cuando la otra persona no te aporta felicidad sino solo insatisfacciones y no se cumple ninguna de las expectativas, lo indicado es la ruptura». Otra tendencia: son las mujeres las que más abandonan. «En el hombre se repite el patrón clásico de cerrar el grifo para que sea ella la que se marche frustrada y evitar la culpabilidad», dice.

HABLAR Y NEGOCIAR // La primera herramienta para *resetear* la relación es la comunicación. Rebajar los decibelios y sustituir los gritos y la agresividad por un tono más calmado.

Negociar es otra palabra clave para el entendimiento y recuperar el deseo resulta clave. «Si no hay deseo, ya te has cargado la relación. La inapetencia sexual es el primer factor indicativo de que la pareja se va a pique», sostiene la terapeuta.

Pastor atribuye el alza de fracturas en la convivencia a la menor empatía y entrega. «La cuestión vocacional de juntos para lo bueno y para lo malo se ha perdido. Nos hemos vuelto más egoís-

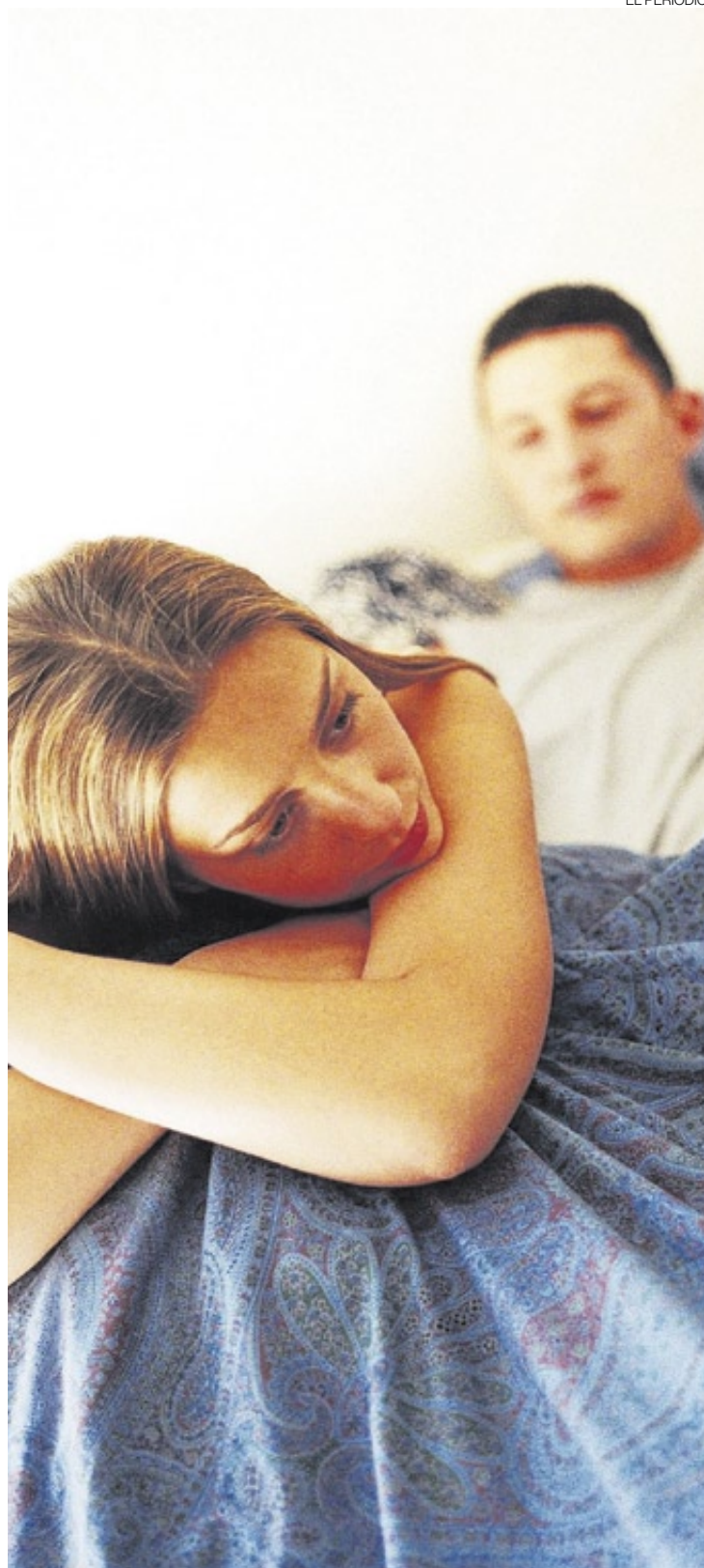
tas e independientes», añade. «Yo siempre digo que si la relación de pareja es buena, al final de las vacaciones será mejor; pero si es mala, será todavía peor», aporta la psicóloga Julia Pascual, quien explica que muchos cónyuges se autoengañan durante el año, atribuyendo sus problemas al estrés laboral y a la falta de tiempo para sus aficiones.

Desde la Universidad de Zaragoza, el profesor Rafael González, que ejerce en la Facultad de Economía, realizó en el 2015 un estudio sobre el impacto de la crisis y el desempleo en las parejas. La mayoría de las hipótesis que planteó en un trabajo realizado junto a otra docente del campus aragonés, Miriam Marcén, se cumplían tras el estudio. «Por un lado, el coste del divorcio se tiene en cuenta. Si la situación es mala y hay desempleo en la pareja es más difícil afrontar el divorcio y lo que conlleva», dice González.

PATRÓN GEOGRÁFICO // Por otro lado, el patrón del estrés también se percibió. «No tener trabajo genera estrés y eso hace aumentar las diferencias con la pareja. Pasar más tiempos juntos, al estar desempleado, genera conflicto. El malestar se acumula y, aunque a corto plazo se frena la separación porque económicamente no se puede afrontar, a la larga se produce el divorcio sí o sí», explica el profesor aragonés.

González, además, apunta que detectaron un patrón geográfico «muy claro», donde las tasas de divorcio por cada 1.000 habitantes «eran más altas en las zonas costeras de la península que en las zonas interiores como Madrid o Zaragoza», dice.

Respecto al periodo de más divorcios, el docente universitario no encontró «ninguna justificación» que diga cuándo se producen más separaciones. «En los últimos diez años, los datos trimestrales dicen que cuando más divorcios se dan es después del verano. En el 2015, en Aragón, hizo mucho calor y, sin embargo, cuando más separaciones se detectaron fue antes del verano. No hay un patrón», dice González.



► Una pareja, sin comunicación, tras una discusión.

EL PERIÓDICO

Cinco retos estivales que amenazan las relaciones

► Estos son los cinco factores de riesgo que amenazan a la pareja en vacaciones:

➊. MÁS TIEMPO JUNTOS:

Muchas parejas suelen cometer el error de pasar día tras día juntos, las 24 horas, sin tener tiempo para estar solos. No disponer de un espacio individual, para poder hacer lo que desee cada miembro del matrimonio o pareja, no ayuda a encontrar su equilibrio individual.

➋. PROYECTOS IDEALIZADOS:

Al desear tanto las vacaciones, planificarlas y soñarlas, sucede que la mayoría de las veces no suele ir tan bien como habíamos pensado. Las habíamos idealizado; si las expectativas son altas, corremos el riesgo de decepcionarnos.

➌. MÁS TENTACIONES:

El verano es tiempo de playa, de salidas nocturnas y celebraciones en las que los miembros de la pareja suelen arreglarse más y pueden volver a sentirse deseables por los demás.

➍. SIN OBJETIVOS COMUNES:

Si los cónyuges no se plantean planes a compartir y no se comunican bien entre ellos para consensuarlos, es probable que se generen conflictos.

➎. PROBLEMAS DE SEXUALIDAD:

Al disponer de más tiempo, se pueden propiciar más encuentros sexuales. Sin embargo, si estos no se producen puede aumentar la irritabilidad y la tensión entre la pareja.

los datos ARAGÓN, POR DEBAJO DE LA MEDIA

➔ Según los datos publicados recientemente por el Consejo General del Poder Judicial (CGPJ), Aragón está por debajo de la media nacional en divorcios. Hasta marzo registró 5,5 demandas de disoluciones matrimoniales por cada 10.000 habitantes, mientras que el mayor número se ha dado en la Comunidad Valenciana, con 7,3; seguida de Baleares, Cataluña y Navarra, con 6,7; Canarias, con 6,6; Andalucía y Asturias, con 6,5; y Castilla-La Mancha y Murcia, con 6,3. En Aragón, por densidad de población, Zaragoza es la provincia aragonesa en la que más divorcios se registran,

con más de 6 cada día. Por su parte, en Huesca se produce una al día, mientras que en Teruel no se llega al punto. Así, durante el primer trimestre de este año, 724 parejas aragonesas pusieron fin a su relación. Los divorcios consensuados siguen siendo los más comunes, pero este año han descendido a 438 frente a los 495 del 2017. Por su parte, los no consensuados han sido este año de 261. Respecto a las medidas adoptadas, como guardia, custodia y alimentos de hijos no matrimoniales, se ha registrado una disminución de todas las modalidades.

«Una cosa es tomar la decisión de divorciarse y otra el momento de presentar la demanda de divorcio o conseguir la separación. Pueden pasar meses», dice. En Aragón, casi el 80% de las disoluciones de matrimonio son consensuadas y el grupo más numeroso son parejas que llevan más de 20 años casados. «Casi el 60% tienen hijos», señala.

Entre los motivos clave que llevan a la ruptura: la mala comunicación, las infidelidades, la violencia verbal o física (que puede ser violencia machista), la dependencia o abuso de alcohol y otras drogas, y la ausencia de deseo o ilusión por ocuparse de forma proactiva por la relación. Y existe un motivo *typical spanish*: la intromisión de familiares en la relación. «¡El cliché de la suegra existe!», dicen los psicólogos. ≡