

UNIVERSIDAD DEL
ACONCAGUA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

TESINA DE LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA

“Síndrome del Nido Vacío: ¿Qué pasa cuando los hijos se van?”

Alumna: de Miguel, María Victoria

Directora: Lic. Beatriz Sabah

Año: 2015

HOJA DE EVALUACIÓN

TRIBUNAL

PRESIDENTE:

VOCAL:

VOCAL:

PROF. INVITADO: Lic. Beatriz Sabah

NOTA:

Agradecimientos

El agradecimiento más importante va dirigido a mi familia, mis padres, hermanos, tías, abuela. Han sido una parte importante en toda la carrera y también en el desarrollo de esta tesina, con el apoyo, la energía, ideas, etc. Gracias por estar siempre presentes.

También a la Lic. Beatriz Sabah, por aceptar ser parte del proyecto, por el acompañamiento y apoyo durante todo este tiempo.

A todos los amigos de la vida, que me brindaron el apoyo necesario y las fuerzas para llegar hasta este momento, especialmente a aquellas que salieron de aquellos días de cursado en la facultad. Un grupo que me llevo para toda la vida y con quienes he pasado muchos de los mejores momentos de mi vida y que han sido casi como familia durante estos años.

Aquellos amigos que están lejos, nunca dejaron de hacerse presentes, a pesar de los kilómetros que nos separan. Gracias inmensas por estar siempre.

A las parejas que accedieron a ser entrevistadas, brindando tiempo, vivencias, historias y más importante aún, su confianza.

Resumen

La emancipación de los hijos es una etapa más del ciclo vital, por la cual atraviesa todo el sistema familiar. Para la pareja, implica el pasaje de ser “padres” a ser “esposos” nuevamente. Han estado al servicio de los hijos, abocados a ese proyecto en común durante muchos años y a partir de este momento, se les presenta la oportunidad de re-encontrarse y renegociar la relación de pareja.

Conlleva modificaciones en las pautas de relación de la pareja y en los acuerdos que sostienen a la misma. Para que el vínculo pueda sobrellevar este período, es necesaria una comunicación fluida y eficiente entre los miembros.

Los resultados indican que la etapa del nido vacío se presenta como una clara modificación de la cotidianidad de la pareja, modificando aspectos como los proyectos vitales compartidos e individuales, además de la intimidad sexual. Las mujeres presentan claras diferencias con respecto a los hombres en torno a la vivencia de esta etapa, siendo para ellas una fase asociada a la pérdida, al desprendimiento y a la tristeza.

Palabras claves: Pareja – Nido Vacío – Ciclo Vital – Crisis - Cambio

Abstract

The emancipation of children as a stage in the life cycle, goes through the entire family system. For the couple, involves the passage of being "fathers" to being "spouses" again. They have been serving children, heading for this project together for many years and from this moment, they are presented with the opportunity to re-meet and renegotiate the relationship.

It involves changes in couple's patterns of relationship and the agreements that sustain it. For the pair bond can endure this period, a smooth and efficient communication between members is necessary.

The results indicate that the empty nest stage is presented as a clear modification of the daily life of the couple, modifying aspects as shared and individual life projects, in addition to sexual intimacy. Women have distinct differences from men around the experience of this stage, being for them a stage associated to loss, detachment and sadness.

Key Words: Couple – Empty Nest –Life Cycle – Change - Crisis

Índice

UNIVERSIDAD DEL ACONCAGUA	1
TESINA DE LICENCIATURA.	2
HOJA DE EVALUACIÓN	3
AGRADECIMIENTOS	4
RESUMEN	5
ABSTRACT	6
Introducción	10
<u>Capítulo 1:</u> La Pareja	12
1. Concepto de Pareja	14
1.1 ¿Concordancia o complementariedad?	15
1.2 Funciones de la pareja	17
2. Cambios a través del tiempo	18
2.1 Aspectos históricos de la pareja	19
2.1.1 El amor romántico como valor	22
2.1.2 El nacimiento de la familia nuclear	23
3. Los cambios en las parejas actuales	26
3.1 Cambios relacionales en el modelo de pareja occidental	26
3.2 Cambios genéricos.	26
3.3 Cambios en las expectativas sociales	28
3.4 Cambios en la sexualidad.	28
3.5 Cambios en las expectativas de relación	29
3.6 Cambios en los rituales de formación	29
3.7 Cambios en la relación con las familias de origen	30
3.8 Cambios en los mitos constitutivos de las parejas	31
4. Momentos evolutivos de las parejas	32

5. Parámetros definitorios	33
5.1 Cotidianeidad	33
5.2 Proyecto Vital Compartido	34
5.3 Relaciones Sexuales	35
5.4 Tendencia Monogámica	35
<u>Capítulo 2: Ciclo Vital: Crisis y Cambio</u>	36
1. Concepto de Ciclo Vital	37
1.1 Cambios en el ciclo vital	38
2. Etapas del ciclo vital	40
2.1 Período de galanteo y formación de la pareja	40
2.2 El Matrimonio y sus consecuencias	41
2.3 El nacimiento de los hijos y el trato con ellos	41
2.4 Dificultades matrimoniales del período intermedio	42
2.5 El destete de los padres	43
2.6 Retiro de la vida activa y vejez	44
3. Ciclo Vital y Crisis	45
3.1 Tipos de crisis	49
3.1.1 Crisis Inesperada	49
3.1.2 Crisis de Desarrollo	49
3.1.3 Crisis Estructural	50
3.1.4 Crisis de Desvalimiento	50
4. Las Crisis de Desarrollo en el Matrimonio	50
4.1 Enamoramiento	51
4.2 Pánico Prenupcial	51
4.3 Fin del Romance	51
4.4 El comienzo de la familia	51
4.5 Parentalidad	52
4.6 El sexo decae	52
4.7 Alcanzar la cumbre	53

4.8	Los hechos de la vida	53
4.9	Envejecimiento	54
<u>Capítulo 3: Síndrome del Nido Vacío</u>		55
1.	La emancipación de los hijos. El comienzo del fin	56
1.2	Crisis de la emancipación	60
2.	El duelo por una etapa	61
<u>Capítulo 4: Metodología</u>		63
1.	Objetivos	64
2.	Diseño de investigación	64
3.	Muestra	65
4.	Instrumentos	65
5.	Procedimiento metodológico	66
<u>Capítulo 5: Análisis y Presentación de resultados</u>		67
1.	Presentación de resultados correspondientes a entrevistas	68
2.	Presentación de resultados correspondientes a redes semánticas	89
3.	Discusión de resultados	92
<u>Capítulo 6: Conclusiones</u>		97
<u>Capítulo 7: Bibliografía</u>		101
<u>Capítulo 8: Anexos</u>		105

INTRODUCCIÓN

La aventura del matrimonio implica que justo cuando comienzan a resolverse los problemas de una etapa, la siguiente provee nuevas tareas a resolver. La etapa de la emancipación de los hijos constituye una crisis del desarrollo, por la cual la pareja debe atravesar y que trae consigo una serie de cambios a nivel relacional y también a nivel individual.

Cuando los hijos abandonan el hogar para vivir de forma independiente, ya sea para formar una nueva familia o para hacer su vida, separados del hogar paterno, es común en los padres que se den sentimientos de tristeza, vacío, inutilidad, añoranza de tiempos pasados, angustia, entre otros. Por lo general, estos sentimientos se registran en mujeres, quienes han ocupado un lugar principal en la crianza de los hijos.

El Síndrome del Nido Vacío es conocido entre la población adulta de más de 40 años. Implica una tarea muy particular: un re-encuentro con el otro, un re-descubrimiento conyugal y una renegociación de la relación despojada ya del rol de padres. Esta nueva etapa supone un gran reto para la pareja, ya que vivieron muchos años al servicio de los demás y a partir de este momento evolutivo, deben aprender a invertir tiempo en sí mismos, desarrollando nuevas destrezas y habilidades que ayuden a superar esta fase. Es el pasaje de “ser padres” a “ser pareja” nuevamente, aceptando que los hijos han crecido y siguieron su camino.

A partir de la salida de los hijos del hogar, se produce una reestructuración conyugal, en aspectos que hacen a la convivencia diaria y al funcionamiento de la misma. Una reestructuración en los roles que cada miembro asumió en un momento dado del ciclo vital de la familia, es por esto que las categorías de análisis planteadas tienen que ver con la intimidad de la relación de pareja, con la formulación y reformulación de proyectos vitales, tanto individuales como de pareja, el área de la comunicación y la resolución de problemas, el área de trabajo y su implicancia en la vida de los miembros de la pareja, los recursos reconocidos y utilizados para hacer frente a las dificultades y problemas que van surgiendo a través del ciclo vital, la cotidianidad y los pactos y acuerdos que unen al sistema conyugal, entre otras.

Las preguntas que ayudaron a estructurar esta investigación fueron: ¿Cómo vive cada miembro de la pareja la partida de los hijos?, ¿cómo es el proceso de reestructuración conyugal? ¿Existen diferencias de género?

Con estas preguntas de investigación, se formularon los objetivos de trabajo que guiaron la presente tesina:

1) Objetivos generales:

- a) Describir cuáles son las crisis y cambios por los que atraviesa la pareja a través del ciclo vital

2) Objetivos específicos:

- a) Indagar acerca de cómo es la vivencia del nido vacío en cada miembro de la pareja conyugal y si existen diferencias de género.
- b) Evaluar diferentes experiencias frente a esta etapa del ciclo vital en función de distintas configuraciones familiares.

Esta tesina se encuentra dividida en dos partes, una teórica y una práctica, ambas, a su vez, divididas en capítulos:

En el capítulo 1, se hace un recorrido por el concepto de Pareja, sus características y funciones y por su evolución histórica, pasando también por los cambios que ha sufrido en las últimas décadas. También se hará un desarrollo acerca de los parámetros que conforman el contrato relacional de las parejas y las características que los definen.

En el capítulo 2, se presenta un breve desarrollo del concepto de Ciclo Vital y las modificaciones e implicancias de su estudio. Asimismo, se presentan las etapas que lo conforman, además de una relación entre Ciclo Vital y el concepto de Crisis y Cambio, profundizando en los distintos tipos de crisis que puede sufrir un sistema a lo largo de su ciclo vital, como lo son las crisis inesperadas, las crisis de desarrollo, las crisis de desvalimiento y las crisis estructurales. Se hace hincapié en las crisis de desarrollo, ya que el tema de estudio de este trabajo, califica como una ellas. El capítulo finaliza con las distintas crisis de desarrollo propias de la pareja matrimonial.

El capítulo 3 es un desarrollo teórico de concepto de Síndrome del Nido Vacío y su relación con el proceso de Duelo que esta etapa como tal implica.

Con el capítulo 4, comienza el apartado metodológico. Este capítulo contiene la descripción de la metodología de investigación empleada en el presente trabajo, especificando el tipo de estudio, objetivos, diseño y modo en el que obtuvieron los datos.

Luego, se procede a la presentación y análisis de resultados. Finalmente, conclusiones y bibliografía utilizada.

CAPÍTULO 1

“La Pareja”

“Nacerá una unión entre el hombre y la mujer, mucho más verdadera, mucho más fuerte, mucho más digna de respeto. La unión magnífica de dos seres iguales que se enriquecerán mutuamente puesto que poseen riquezas distintas”

Victoria Ocampo

Una de las relaciones afectivas más importantes que se establecen dentro de la familia es la de pareja, relación que da la pauta para el desarrollo y evolución de la siguiente generación. Sin embargo, no siempre se ha vivido a la pareja como una relación importante para el desarrollo del individuo. El poder elegir a la persona con la que se desea compartir la vida es un proceso que ha ido ocurriendo a través del desarrollo de las distintas culturas y sociedades. Si antes se elegía en base a intereses políticos, étnicos o económicos, hoy en día, se elige por complementariedad o afinidad. Se elige en base a gustos, metas, habilidades u objetivos en común. (Garrido Garduño, Reyes Luna, Torres Velázquez y Ortega Silva, 2008)

“La pareja es la sociedad mas difícil de llevar adelante y posiblemente la más maravillosa también; sin dudas implica un gran desafío para la humanidad” (Omar Biscotti, 2006:13). La pareja es un sistema estable y prolongado en el tiempo, que implica el vínculo o unión entre dos personas. Experimenta a través de su ciclo vital una serie de cambios y crisis normales, a partir de los cuales el esfuerzo que ambos miembros realizan para poder superarlos es lo que les permite seguir funcionando como tal. (Mónaco, 2009)

Entre los roles que el ser humano desarrolla dentro de la familia se halla el de pareja, que será una de las funciones principales a lo largo de la vida (Estrada 2003, Rage 1996, 1997 citado en Garrido Garduño, 2008). De ahí que la relación de pareja sea considerada como una relación muy cercana ya que se establece en ella un vínculo emocional característico que no ocurre con ninguna otra persona.

¿De qué hablamos cuando hablamos de “pareja”? ¿cómo la entendemos?, ¿qué es una pareja?

1. CONCEPTO DE PAREJA

Biscotti (2006) define a la pareja como una construcción relacional sostenida por ambos miembros a través de:

1. la *definición que da cada uno de sí mismo y le da al otro* (“yo quiero que me veas, que me sientas así”);
2. la *definición que cada uno tiene del otro* (“yo te veo, te pienso, te siento así”);
3. la *definición que cada uno recibe del otro*.

A partir de esto, se piensa a la pareja como un lugar primordial que da sostén a la identidad, pensando la misma como un productor permanente del interjuego entre lo que decimos que somos, lo que nos han dicho y lo que nos confirman desde los contextos. Estamos en permanente interacción con el otro y con el entorno, quienes nos definen y a la vez, definimos. Así, la pareja es un contexto de la individualidad y un contexto altamente calificado, tanto personal como social (Biscotti, 2006:14). Nos definimos a nosotros mismos con esa imagen que el otro y los diferentes contextos en lo que nos desenvolvemos, nos proporcionan y que nos ayuda en la propia construcción de nuestra identidad personal

Decir que es una “estructura relacional” habla de una relación en la que aparece la mencionada interacción entre sus miembros, sus expectativas, las de su contexto de origen y las de los actuales.

Se podría pensar a la pareja como una estructura simple, sin embargo es una organización humana compleja. Es un sistema con elementos particulares. La pareja como unidad vincular parece ser una definición evidente, pero se debe tener en cuenta el contexto donde se fundamente, los participantes y los términos que la definen. No es una entidad estática, si no que está en permanente cambio y evolución.

No existe una definición simple de la pareja. Ricardo De La Espriella la define como “*una relación significativa, consensuada, con estabilidad en el tiempo, con un referente obvio (el matrimonio)*” (p. 176). Sin embargo, existen parejas que no coinciden con lo que este impone.

La pareja humana no es pareja, no es igual; supone la diferencia. Tampoco es semejante, ni parecida, ni similar, ni idéntica. Está llena de facetas. No es una organización homogénea o monótona. Tampoco es continua (...). Por el contrario, la pareja humana supone contrastes, variaciones e inestabilidades que pretenden una estabilidad (p.176)

Supone una estructura diferente de la familia con hijos, ya que presenta una dinámica propia que deben ser abordadas y estudiadas en forma particular, no solo en referencia a la familia: no todo lo que se establece para esta última puede generalizarse a la pareja. (De La Espriella, 2008)

El autor habla de “pareja matrimonial”, pero aun cuando no exista un matrimonio en sentido estricto, muchas veces se utilizan las palabras “pareja” o “matrimonio” en forma intercambiable.

Estrada (2003, citado en Garrido Garduño, 2008) define la “Pareja” como una *unidad de personalidades interactuantes que forman un sistema de emociones y necesidades, engarzadas entre sí, de la más profunda naturaleza.*

La relación de pareja implica algo más que la simple suma de dos personalidades; es una nueva entidad conformada por las características de dos elementos que crean una relación con identidad propia. Formar una pareja implica llevar a la relación lo que se ha vivido y aprendido en la familia de origen. La forma en que la persona se desarrollara en pareja se ve influenciada por los roles que se han asimilado desde la infancia, por la cultura en la que se vive y por las propias cogniciones.

La pareja es aludida como un paso previo a la conformación de una familia, que se reconoce como tal a partir de la existencia de los hijos, por lo que no es independiente de la referencia familiar.

La pareja en sí, es un sub-sistema de una estructura más amplia y no tendría existencia sin referencia a la misma (la familia). Es un sistema con estructura, organización, reglas, roles, diferentes a las de la familia y a su vez, se relaciona con sistemas más amplios (familia nuclear, extensa, etc.). Es un contexto individual que a su vez esta en continua interrelación con el contexto social que ejerce una influencia en la misma.

1.1 ¿CONCORDANCIA O COMPLEMENTARIEDAD?

“Una pareja es como el conjunto de dos ruedas (similares) que, unidas por un eje, (la relación), van por el camino y circulan a la par (ruedan, avanzan a la par)” (Torres, Fittipaldi, 2004:134). Estos autores plantean a la pareja como un vínculo, el conjunto de estas ruedas unidas por el eje. Por esto mismo, las personas pueden vincularse, hacer pareja, con ciertas personas que tienen determinadas características y no otras. Al respecto, Silvia Fittipaldi dice:

Yo no uniría por medio de un eje la rueda de un camión y la de un auto. Solo se puede unir con un eje a dos ruedas similares, casi iguales, del mismo tamaño, para las mismas funciones. Por eso, hay vínculos que pueden funcionar y otros que no, lo cual no significa que una persona que no puede hacer pareja con otra determinada, no pueda hacerlo con una tercera y lograr un vínculo positivo que le permita avanzar en su evolución. (p.134).

Estos autores plantean que la pareja es un vínculo de intercambio, una relación de mutualidad, donde se reconocen las diferencias y el otro es visto como alguien distinto y no se intenta cambiar su personalidad ni conducta, sino que en su lugar se intenta negociar. De no existir este intercambio, cada integrante cesaría en su evolución personal compartida, la parte vital de la pareja, quedando solamente el vínculo formal, casi concreto. Vínculo proviene de la voz latina “*vinculum*”, que significa atadura, pero mientras más rígida sea esta atadura, habrá menos posibilidad de evolución personal compartida. La pseudomutualidad implica un esfuerzo para

mantener el acuerdo y evitar la confrontación emocional, a expensas de la diferenciación de la identidad de los miembros de la relación. La divergencia se percibe como un factor destructor de la relación, por lo que hay que evitarla, pero evitándola, la relación no puede crecer.

¿Qué es lo que se intercambia en este vínculo? Se intercambia, mutuamente, amor, que como corolario, alcanza a terceros (los hijos). También implica un intercambio sexual, de conocimiento espiritual e intelectual. El vínculo de intercambio se ve facilitado por las diferencias y las similitudes de los miembros. Torres refiere que en la mayoría de los tratados sobre pareja se alude a la “complementariedad”, es decir, algo que se agrega para completar o perfeccionar algo. Sin embargo, él prefiere utilizar la palabra “concordancia”. En algún momento del intercambio mencionado, se alcanza esta concordancia, que alude a la armonía entre dos diferentes. Para ser armónicos, los miembros de una pareja no necesitan renunciar a su individualidad.

Silvia Fittipaldi sostiene que pueden existir complementariedades sanas y necesarias. Expresa, también, que toda pareja que funciona bien es inconscientemente complementaria en algunos aspectos. La concordancia, puede referirse más a un estado de cierto acuerdo o sentir similar respecto de gustos, valores o afinidades, pero para que esa concordancia tenga continuidad, hace falta una complementariedad sana en aspectos profundos, donde cada uno va a poner lo que el otro necesita y no tiene. (2004:136)

La complementariedad es un medio que busca la concordancia y el equilibrio. Complementariedad y concordancia, se pueden manifestar en muchas áreas de la convivencia, por ejemplo, en la relación física, sexual, o en las diversas realizaciones del vínculo, es decir, cualquier proyecto realizado por la pareja que tenga como resultado el mutuo aporte en la realización (ejemplo, la crianza de los hijos). Con frecuencia, se encuentran parejas que sienten que han perdido una suerte de complicidad que tenían en otros tiempos: se refieren a la armonía y compañerismo. El peor enemigo de estos, del logro de acuerdos y de sus consecuencias, es el narcisismo exacerbado de los miembros de la pareja, lo que se manifiesta como egoísmo (p.139).

En las parejas de larga data, la afinidad y concordancia espiritual es lo que se percibe y trasciende hacia los demás. Los acuerdos se sustentan en estas. Se trata fundamentalmente de continuar en mutualidad una evolución del pensamiento espiritual individual. (2004:141). Tal vez eso sucede porque estas parejas, que ya vivieron etapas de distintas experiencias, han subsistido sanamente porque han tenido esa afinidad espiritual que los une en las virtudes. En épocas más de quietud, podemos decir, ya en las últimas etapas de ciclo vital (emancipación de los hijos, vejez) es cuando más tiempo hay para la reflexión y para hacer concientes esas virtudes e incluso relacionarse aprendiendo aun más uno del otro.

El vínculo de pareja da la posibilidad de compartir dos mundos, lo femenino y lo masculino, aprendiendo, enriqueciéndose y también da la posibilidad de descubrir juntos cosas nuevas. Más allá de los hijos que puedan tener, hay vivencias compartidas, experiencias en común que son formas de salir al mundo.

¿Cuál es el papel de la confrontación en las parejas? Se considera a la confrontación como un modo dialéctico que conduzca a un *enriquecimiento de la concordancia*. Entonces, es una vía para sumar, para hacer de una pareja, más que uno más uno, porque es el enriquecimiento de dos gracias a esa unión. La confrontación es choque, pero también tiene un resultado. Es como un diálogo de frente, con lo más honesto de cada uno. Es un modo para encontrar una síntesis en un diálogo de pensamientos diferentes. No es una puja por el poder de la razón, sino un ejercicio que pone a prueba la capacidad de escuchar al otro y la capacidad de

tolerar la frustración que inevitablemente propone una posición mental diferente al pensamiento propio. El poder negociar, entonces, se vuelve un aspecto fundamental para la continuidad de la pareja. Es el medio para llegar a los acuerdos y pactos que sostienen este vínculo. No puede haber concordancia sin un proceso previo de negociación entre los miembros de la pareja.

Estando en pareja uno puede descubrir en uno mismo, partes de la personalidad que no se conocían, ya sean negativas o positivas. Si son positivas, el amor se nutre, las posibilidades se multiplican, la persona se desarrolla y el vínculo también crece. Si son negativas, uno puede descubrir aspectos que desconocía y que son rechazables para uno mismo, que tal vez se pueden modificar. También existen casos de personas que en determinados vínculos, con determinadas personalidades, ven aparecer en sí aspectos que rechazan (“no me gusta como soy cuando estoy con vos”) (Torres y Fittipaldi, 2004)

1.2 FUNCIONES DE LA PAREJA

Con nuevas estructuras, contradicciones, crisis, la pareja humana perdura como organización y sistema. Entonces, cabe preguntarse, ¿para qué sirve la pareja? (Biscotti, 2006):

1. **Confirmación de la identidad**: la formación y mantenimiento de la pareja están fuertemente determinados por la necesidad de sus integrantes de conformar una identidad
2. **Tendencia a la completud**: estrechamente ligada a lo anterior y hasta, determinada por las diferencias biológicas que permiten la procreación y perpetuación de la especie: la pareja cumple la función de lugar donde se realiza la completud deseada. El otro/a tiene eso que, por lo menos, imaginariamente, creemos que nos falta.
3. **Célula de organización social**: así como la familia es la célula de la sociedad, la pareja es la célula de la organización familiar, por lo tanto, también de la social.
4. **Acatamiento o rebeldía a mandatos sociales y/o familiares**: puede decirse que está en el imaginario colectivo la formación de una pareja. Tal es así, que frecuentemente, los niños juegan a “ser novios” ya desde pequeños. Sin embargo, la formación de una pareja puede, también, estar desafiando expresas o tácitas prohibiciones familiares.
5. **Sustento afectivo y/o económico**: en otros tiempos, la pareja surgió como alianza económica, entre otros fines. La mujer cuidaba de la prole y de los animales, mientras que el

hombre proveía lo que cazaba o recolectaba. Posteriormente, se incluyó un sentimiento de amor en la formación del vínculo, por lo que, junto al ámbito de confirmación de identidad, es un lugar de sustento afectivo.

6. **Intermediario para otros logros:** junto con la función de sustento afectivo, o independientemente de ella la pareja puede pensarse como un eslabón en la consecución de otros logros, por ejemplo, el de la paternidad/maternidad, seguridad económica, salida del hogar paterno, posibilidad de una sexualidad activa, etc.

7. **Perpetuación de la especie:** suele ser la función más básica y la más ligada a lo biológico, aunque en el desarrollo humano no se pueda separar lo biológico de la cultura, ya que ésta es la que otorga los medios para la continuidad.

8. **Fuente de reaseguro social:** por definición y en relación con el punto anterior, la pareja se constituye en la organización que asegura (aunque no siempre) el desarrollo de una sexualidad activa, en tanto ofrece la presencia permanente de un compañero sexual.

9. **Emancipación:** se plantea en el sentido de la emancipación por exogamia. Sin embargo, esta función de la pareja está quedando cada vez menos ligada a la misma, ya que, actualmente, las personas pueden emanciparse por otros motivos que no impliquen un vínculo de pareja.

2. CAMBIOS A TRAVES DEL TIEMPO

En los últimos 50 años se han reconocido cambios en las parejas, que involucran factores económicos, laborales, mayor autonomía de los miembros, postergación de la edad de conformación, mayor existencia de uniones previas, dependencia de las familias de origen, etc. Estos cambios reflejan, a su vez, variaciones culturales que incluyen, por ejemplo, los conceptos de masculinidad y feminidad, ritos de conformación y la existencia de hijos.

Los estereotipos masculinos y femeninos han cambiado, al igual que los roles en la pareja, en consonancia con cambios culturales que incluyen el fenómeno de la globalización, del cual surgen aspectos intrigantes sobre las exigencias de estos cambios en la definición de la familia y pareja.

Se denominan **Neofamilias** a las agrupaciones que incluyen nuevos sistemas sociales (redes) instaurados, como por ejemplo, las parejas homosexuales, las amistades casi fraternas no consanguíneas, padres solteros.

Definir Neofamilias lleva a definir, a su vez, a **Neoparejas**, que incluyen amigos especiales, amigos con derecho, amigovios, novios que conviven, etc. Si bien se afirma que las parejas tienen como modelos de roles sociales a sus padres, las modificaciones que ha tenido la pareja ha sido evidente entre generaciones. (Tessina, 1998, citado en De La Espriella, 2008)

Hoy, cuando las formas sociales van cambiando, hay parejas que no llegan al matrimonio, conviven en concubinato o cada uno en su casa, e igual tienen hijos o parejas que tienen proyectos y objetivos, sin que por ello tengan hijos o vivan bajo el mismo techo. Igualmente, la libertad sexual actual, permite que las personas estén acompañadas y tengan una sexualidad buena con alguna persona con la que no tienen objetivos en común.

Biscotti (2006) define a la pareja actual como la pareja del posmodernismo, de un mundo cambiante, donde los valores inmutables han caído y se instaló la incertidumbre, sin visos de tragedia, pero con menos idealizaciones, más urgencia y menos tendencia a la eternización. Un mundo de coexistencias donde las nuevas ideas no reemplazan a las anteriores, sino que se agregan y luego se entrelazan en la contemporaneidad (p.15)

2.1 ASPECTOS HISTORICOS DE LA PAREJA

La pareja matrimonial es nuestra cultura es una creación propia de la misma, con objetivos organizativos. A las culturas, desde tiempos remotos les ha interesado la constitución de parejas y familias que contribuyan y mantengan la organización social. La cultura instituye el matrimonio en base a dos elementos propios del individuo humano: uno es la amenaza de desamparo, que hace que los individuos tiendan a juntarse en busca de seguridad; el otro es la sexualidad, que garantiza el atractivo entre los individuos para juntarse y de paso, lleva a la procreación. El matrimonio plasma las intenciones trascendentes de la biología, conjugada con los intereses de la cultura. (Torres y Fittipaldi 2004, 154)

En los últimos años del siglo XX, la pareja como institución presente en todas las sociedades históricas y siendo una de las bases de la estructuración social, comenzó a atravesar una etapa de replanteamiento, de cambio.

El retrato de la sociedad occidental que surge luego de la Segunda Guerra Mundial, es muy distinto al de la inmediatamente anterior. Los cambios que se registraron incluyen el acceso de la mujer a la educación y al mercado de trabajo, el uso generalizado de anticonceptivos, la disminución de la influencia de la religión, el aumento de la esperanza de vida, la mejora del nivel económico, la liberalización de las relaciones sexuales, el divorcio. Todos estos registraron un cambio de actitud social ante la pareja (Casado 1991).

El modo de relación entre el hombre y la mujer nunca ha sido ajeno a la cultura del momento histórico, que se manifiesta en criterios religiosos, económicos, políticos, etc.

Existe un elemento básico en la relación entre hombres y mujeres: la complementariedad, consecuencia de la división sexual del trabajo.

Durante el Paleolítico, esta división atribuía la caza al hombre y la recolección y el cuidado de los hijos a la mujer. Se produce, entonces, una dependencia entre ambos, debida a la obtención de recursos distintos. Existían, entonces, dos tipos de poder: uno físico, en el hombre, otro procreador, en la mujer.

Ya en el Neolítico, prosigue la complementariedad, aunque el mayor peso específico de la agricultura, en detrimento de la caza, revaloriza el papel de la mujer. En este periodo aparece la diosa-madre y la fertilidad tanto de las mujeres como de las tierras, cobra importancia.

En la Edad del Cobre, con la aparición de arado, el hombre participa activamente en la agricultura. Con la aparición de la guerra y la figura del guerrero, encarnado en el hombre, éste intenta recuperar, con progresivo éxito, el predominio que no tenía desde los tiempos de caza.

Durante los últimos 3-4.000 años, se acentúa el proceso de asimetría en la complementariedad, que origina la aparición de un patriarcado más o menos duro según la época y el lugar, pero que definió las relaciones entre hombres y mujeres, especialmente hasta la Revolución Francesa. La mujer paso a ser un bien, que incluso puede ser intercambiado. Se establecen relaciones de poder basadas en la actividad masculina y pasividad femenina. (Casado, 1991)

En este contexto, la institución matrimonial juega un papel de primer orden. La mujer depende de su padre hasta que éste la “cede” al marido. “Las mujeres no tienen solo valor económico para los varones que las intercambian, sino que constituyen un valor de paz y alianza (...)” (Badinter 1986, citado en Lluís Casado 1991)

Lluís Casado (1991) expresa que un aspecto fundamental en las relaciones de pareja es la relación amorosa, es decir, el amor como emoción. Retomando lo expresado anteriormente, el matrimonio, por estas épocas presentaba dos características: en primer lugar, un carácter exogámico para evitar el incesto y en segundo lugar, tenía una clara función en las estrategias económicas y políticas. Ambas características se complementaban y definían el marco en el que se realizaban las relaciones amorosas: el matrimonio era un acuerdo obligado por motivos ajenos a la pareja y que se establecía entre personas desconocidas.

La familia, pero a su vez, las parejas, son productoras y productos a un mismo tiempo de la sociedad a la que pertenecen. Existió un estado primitivo de promiscuidad sexual en el cual toda mujer pertenecía igualmente a todos los hombres y todos los hombres pertenecían igualmente a todas las mujeres. La humanidad salió del estado de promiscuidad sexual en una época muy temprana y atravesó por cuatro estadios antes de llegar a la familia monogámica (Fernández Moya, 2010):

1. **La familia consanguínea:** el matrimonio se producía entre hermanos y hermanas. Todos los que pertenecían a la misma generación eran, por lo tanto, esposos y esposas, quedando excluidos ascendientes y descendientes.
2. **La familia punalúa:** implicaba la restricción del comercio sexual entre hermanos. En un primer momento, se refería a hermanos y hermanas carnales, fue extendiéndose hasta llegar a los hermanos colaterales

más lejanos (los primos/as). A partir de esta última prohibición, surge la institución de la gens, constituida por un grupo cerrado de parientes consanguíneos por línea materna que no podían casarse unos con otros.

3. **Familia sindiásmica:** el hombre tenía una mujer principal y era para la mujer, el esposo principal, pero sin cohabitación exclusiva. La descendencia se contaba por línea femenina, ya que al no haber cohabitación exclusiva, no era posible determinar la paternidad. Con respecto a la división del trabajo, al hombre le correspondía procurar los alimentos y los instrumentos de trabajo, por lo que era dueño de los mismos. Si se producía la separación, él se los llevaba, de la misma forma que la mujer se quedaba con los hijos y los utensilios domésticos.

Como la gens era de línea materna, los hombres no podían heredar las riquezas que habían conseguido a sus hijos. El aumento de las riquezas, daba al hombre una posición de mayor poder que a la mujer, dentro de la familia e hizo nacer el deseo de que sus hijos le heredaran. Por lo que el derecho materno fue abolido, surgiendo así el derecho paterno. El hombre necesitaba asegurarse la paternidad para poder transmitir a sus hijos los bienes que había adquirido y a su vez, con esto, perdía el derecho inmemorial de poseer a todas las mujeres. Con el nacimiento del derecho paterno, nace también la preponderancia del hombre sobre la mujer y la forma intermedia de la familia patriarcal. La mujer cobra un valor especial por ser la poseedora del vientre donde se gestan los hijos que heredarían al varón.

4. **Forma intermedia de familia patriarcal:** coincidió con la entrada de la humanidad en los dominios de la historia escrita, los comienzos de la Civilización. Lo que caracterizaba, en sus comienzos, a esta forma de la familia, no era precisamente la poligamia, sino la organización de cierto número de individuos, libres y no libres (esclavos), en una familia sometida al poder paterno del jefe de ésta.

Sobre aquella forma intermedia, se funda la **familia monogámica**. El matrimonio deja de basarse en condiciones naturales y comienza a basarse en condiciones económicas.

A través de la historia de la humanidad, el hombre nunca había elegido su pareja. En un principio, se venía ya casado al mundo, ya que tanto en la punalúa como en la sindiásmica, las madres decidían las uniones en función de la conveniencia de la gens. En la familia patriarcal y en la monogámica, las uniones se decidían en función de las conveniencias de herencia y linaje. El amor sexual individual es una adquisición reciente de la humanidad. Más aún lo es, la libre elección de pareja.

La monogamia constituyó un gran avance para la humanidad, pero aparece recién como un acuerdo entre hombres y mujeres, a fines del siglo XVIII, comienzos del XIX. La familia monogámica se instaló definitivamente en la sociedad occidental y mantuvo durante siglos sus características patriarcales: sumisión absoluta de la mujer al dominio del varón y la decisión del matrimonio entre dos personas siguió sin depender de ninguno de los contrayentes, sino de la decisión de los padres de acuerdo a las conveniencias económicas y de linaje en las clases altas y las conveniencias de la comunidad en las clases más bajas y en la población rural.

Esta forma de familia permaneció estática en sus características elementales hasta fines del siglo XVIII. Durante los siglos XVI y XVII, se hablaba de una familia más como una unidad productora y reproductora que una unidad emocional, anclada e inmóvil en el ordenamiento social. El matrimonio seguía siendo un trato que no cerraban las partes interesadas. A la preponderancia del hombre sobre la mujer, se le agregó la indisolubilidad del matrimonio impuesto por el Concilio de Trento a fines del siglo XVI. Por lo tanto, la familia

monogámica, queda vinculada a tres valores: lo económico, el respeto a las tradiciones y el carácter de sacramento al que lo elevó la Iglesia Católica. “Había más una preferencia por las costumbres y tradiciones antes que por la espontaneidad y la individualidad” (Fernández Moya 2010, 226)

Los matrimonios carecían de afecto y se mantenían unidos por consideraciones de corrección y linaje. No era posible desobedecer a la comunidad a la que se pertenecía. Tanto la pareja como la familia, se mantuvieron durante siglos en un intenso aislamiento emocional, gracias a la estricta demarcación de roles sexuales y la división de trabajo: Los hombres debían ser excesivos, egoístas y dominantes en su autoridad patriarcal. Las mujeres debían ser sumisas, leales e insignificantes. Cada cual cumplía con sus obligaciones, hacían lo que la comunidad esperaba que hiciesen. Sus vidas se desarrollaban sin desorden y nadie se atrevía a cuestionar la felicidad. Existía una gran distancia emocional en los miembros de la pareja y esto permaneció así hasta fines del siglo XVIII.

La emergencia del sentimiento como valor social y cultural prioritario para la elección de la pareja emergió en la segunda mitad del siglo XVIII y se extendió masivamente. A partir de este cambio, surgió un nuevo modelo de familia, una nueva manera de vivir.

2.1.1 EL AMOR ROMÁNTICO COMO VALOR

Durante siglos, el objetivo del matrimonio y la familia era dar el ejemplo a las generaciones futuras, así como las pasadas se los habían brindado a ellas. Los roles estaban rígidamente definidos y cada uno debía cumplir su parte. La familia se mantenía como una unidad productora y reproductora, como un mecanismo de transmisión de herencias, linajes y tradiciones. Lo emocional no formaba parte del cuadro.

El amor romántico como valor y base para decidir la unión de las parejas surge a fines del siglo XVIII.

Con el surgimiento del capitalismo, todo pasa a tener valor de mercancía. Por lo tanto, se rompen las relaciones tradicionales con el pasado y se reemplazan las costumbres heredadas y los derechos históricos, por el concepto de “compra-venta”. Esto significó que el mundo occidental paso de un orden de cosas heredadas a un orden de cosas libremente consentido, naciendo así el “libre contrato”. Se afianzan los valores de libertad e igualdad proclamados por el Iluminismo.

Entonces, si el matrimonio era un contrato entre las partes, debía ser libremente consentido. Pero el “sí” no era una autentica decisión personal. En las clases más altas, los padres continuaban teniendo injerencia en la elección del cónyuge de los hijos, ya que dependía por completo de consideraciones de económicas para la burguesía y de linaje para la nobleza, mientras que en clases más humildes, sin bienes que transmitir a la próxima generación, la pareja era elegida libremente.

Entre la burguesía naciente, se fue reconociendo cada vez más la libertad de contrato para el matrimonio. Continuó siendo un matrimonio de clases, pero se otorgaba la libertad para que la elección de pareja se realizara dentro de la propia clase. En el naciente proletariado, sin riquezas de por medio, habiendo perdido valor el respeto por las tradiciones, se realizaba por afinidad. (Fernández Moya, 2010)

La revolución romántica del siglo XVIII no paró hasta los siglos siguientes. Barrió en todo el mundo occidental con las viejas normas de conducta en el noviazgo y afectó la forma de relacionarse entre los miembros de la familia. Nació una nueva relación entre los integrantes de la pareja como unidad y el orden social que la rodeaba. Con el surgimiento del amor romántico, la sexualidad queda ligada a los sentimientos amorosos y así permaneció hasta la década de 1950, en que amor y sexo tomaron caminos diferentes, especialmente a partir de la posibilidad de las mujeres de tener un control sobre la natalidad.

2.1.2. EL NACIMIENTO DE LA FAMILIA NUCLEAR

La aparición de los sentimientos, en el sentido de la espontaneidad y empatía, ayudó a liberar a la familia de los rígidos roles establecidos en tres áreas principales: el amor romántico – el amor materno – domesticidad.

El galanteo, el **amor romántico**, abandono las consideraciones materiales y comunitarias y las reemplazó por la dicha personal, como criterio básico para la constitución de la pareja. Por otro lado, a partir de éste, la relación madre-hijo también sufrió un cambio fundamental, ya que las madres tomaron conciencia de la fragilidad de la vida de sus hijos pequeños. Por lo tanto, la cristalización del **amor materno** dio una nueva base emocional a la familia e introdujo una nueva razón independiente del amor romántico para unir a la pareja. El amor de la madre por el bebé termino involucrando a sus hijos mayores y a su marido, por lo que la mujer se retiró de las duras obligaciones laborales para dedicarse a construir un “nido” para toda la familia. La dicha personal pasaba por ser madre y guardiana de las relaciones afectivas en el mismo. El hogar se convirtió, entonces, en un cálido refugio para el esposo y los hijos, donde podían encontrar calor y tranquilidad para reponerse de un día de trabajo. La familia, comienza a levantar muros para la protección de su intimidad y privacidad. Nace, así, la **domesticidad**, que convirtió al hogar en dulce hogar u a la familia en una unidad emocional y en el núcleo alrededor del cual se centraba la vida de las personas. (Fernández Moya, 2010)

El modelo de familia nuclear nació en las clases medias y se extendió a todas las demás, convirtiéndose con el tiempo en el ideal anhelado y deseado. La base de este modelo de familia fue la relación madre-hijo. Los hijos ocuparon el lugar principal, si bien el amor romántico fue el primer paso y se ocupó de reunir a la pareja.

Nacida en el siglo XVII - XVIII, trajo consigo cambios revolucionarios con respecto al orden social preexistente. Fundamentalmente, pasó a ser, no solo una unidad productora y reproductora, sino *también una unidad emocional*.

Los lazos afectivos entre los miembros de una familia (el amor materno, la domesticidad y la libre elección de pareja) pasaron a ser necesarios. Sin embargo, el hombre continuó siendo “el jefe administrativo” de la

familia, era la máxima autoridad familiar. Su rol sexual y social se definía por ser quien proveía de sustento a la familia, sostenía el mando y era la máxima autoridad frente a los hijos, quienes solo pasaban a la independencia una vez formada su propia familia.

La mujer en su nuevo rol, al mismo tiempo que exaltaba las virtudes maternas, permanecía bajo la autoridad del marido, de quien dependía tanto en lo económico como en lo civil. El lugar de la mujer como *“madre-ama de casa-esposa-reguladora de la educación, higiene, paz y amor en el hogar”* se naturalizó, así como también se naturalizó el modelo de familia nuclear, de familia unida por el amor.

A modo de resumen de este punto, se puede esquematizar lo siguiente:

Permanece en la nueva familia nuclear:

- ✓ Unidad productora y reproductora
- ✓ Monogamia. Indisolubilidad del vínculo matrimonial
- ✓ Patriarcado: relación dominio-sumisión entre esposo-esposa/hijos

Incorpora como nuevo:

- ✓ Carácter de unidad emocional para todos los miembros
- ✓ Libre elección de pareja
- ✓ Se privilegia el bienestar afectivo y material de los hijos para posibilitar su desarrollo
- ✓ A partir de los hijos, la familia adquiere su verdadero sentido, quedando definidos los nuevos roles:
 - Para el **hombre**, como padre: proveedor de los bienes necesarios para el sustento de todo el grupo familiar. “Jefe” de familia.
 - Para la **mujer**, como madre: dadora de cuidado físico y amoroso; “madre-ama de casa-reguladora de la educación, higiene, paz y amor en el hogar” y finalmente, “esposa”.
- ✓ A partir de lo anterior:
 - La pareja parental subordina a la conyugal
 - La idea de felicidad personal queda asociada a la idea de felicidad de los hijos y la familia como un todo
 - La idea de la familia como unidad y de familia unida se convierte en valor principal, que subordina el desarrollo de los integrantes del grupo como individuos.

Actualmente, no es posible hablar de “la familia” moderna, sino de distintos modelos de familia que coexisten en la posmodernidad (monoparentales, homoparentales, ensambladas, etc). En la “familia nuclear” o intacta, los roles se han flexibilizado en gran medida. Los hombres ahora participan de la crianza de los hijos y las mujeres han salido al mundo a trabajar, ya no se quedan exclusivamente dentro de los muros del hogar. Podemos decir que ahora la dicha, el desarrollo y el crecimiento personal han pasado a ser derechos del hombre, de la mujer y también de los hijos. (Fernández Moya, 2010)

La familia es productora y producto de la sociedad de la que forma parte y se modifica con ella, modificándola a su vez. La dicha y el desarrollo personal se han convertido en valores diferentes del amor parental. El amor conyugal ha pasado a ocupar un lugar independiente del amor parental que constituyó la base de la familia nuclear. Los índices de divorcio han aumentado y se encuentra en vigencia una clara lucha por la igualdad de los sexos. La mujer ya no depende económicamente del hombre, lo cual le ha otorgado cierta libertad para terminar con un matrimonio que no le conviene. Si bien los hijos y la maternidad siguen ocupando un lugar de gran importancia en los valores de las mujeres, éstas han empezado a vivir su derecho de ser personas más allá del rol de madre con el que se la ha identificado todos estos años. Es decir, la ecuación “mujer=madre” ya no es la única, aunque continua arraigada en su identidad.

Las personas buscan su crecimiento personal y la familia nuclear necesita transformarse para dar cabida al desarrollo de las necesidades de sus integrantes. En el modelo de familia tradicional, hasta fines del siglo XVIII, eran más importantes los lazos que se mantenían con la comunidad a la que se pertenecía y esta comunidad era más importante a nivel de valor cultural y como red de nucleamiento social, que la familia. Por el bien de la felicidad y unión familiar, las personas dejaban de lado muchos intereses individuales. En la actualidad, el acento tiende a desplazarse hacia la felicidad, el desarrollo y el crecimiento personal de cada uno de los integrantes de la familia, más que en el desarrollo de la misma como un todo.

En esta unidad familiar básica, que continua en proceso de cambio, la mujer y el hombre están cambiando de roles. La mujer ha salido a trabajar a la par del hombre, éste está aprendiendo a conocer y disfrutar de otros aspectos de la paternidad que antes pertenecían únicamente a la esfera femenina. Se ha perdido la característica del patriarcado y se ha evolucionado hasta la igualdad de los sexos.

Este cambio en los roles hace imposible mantener inmutables las relaciones de poder y complementariedad. Una muestra de ello es el gran descenso en el número de matrimonios. Ciertamente, otros factores también influyen, como los económicos, pero en el nuevo contexto, el contrato matrimonial, que cumplía una función de protección para la mujer (tanto económica como social) y permitía organizar al hombre una vida privada en uso de su poder, es cada vez menos necesario. Se está produciendo una privatización del contrato en perjuicio de los contratos religiosos o civiles. Estos acuerdos directos entre personas, permiten una autonomía y libertad, mayores, adecuándose mejor a las necesidades y condiciones de cada uno (Casado, 1991).

Tanto la pareja conyugal como la parental siguen estando fusionadas en la familia intacta actual, pero han adquirido lugares de importancia independientes. En la familia posmoderna, la pareja conyugal y la parental ya no están identificadas, lo cual ha implicado la **no necesidad de ser pareja para ser padres**. (Fernández Moya, 2010)

Parte de la crisis de la pareja actual se debe a la incompatibilidad de este legado cultural y la situación social que se generó en Occidente a partir de la Revolución Francesa, en la que la idea de Igualdad comienza a tener entidad social. Una igualdad difícil de compaginar con el patriarcado, los roles sexuales diferenciados, etc. (Casado 1991). A nivel psicológico, perduran la complementariedad, las relaciones de poder, la definición de roles sexuales, la idealización del amor-pasión. Sin embargo, a nivel social, todos estos conceptos, son discutidos.

3. LOS CAMBIOS EN LA PAREJA ACTUAL

A partir del recorrido histórico hecho, podemos ver que la pareja ha sufrido fuertes y variados cambios en diferentes áreas. Estos se registraron, principalmente, después de la Segunda Guerra Mundial. Omar Biscotti (2006) expresa que algunos de los cambios en el modelo y pautas que gobernaban habitualmente la relación, se resumen en:

3.1 CAMBIOS RELACIONALES EN EL MODELO DE PAREJA OCCIDENTAL:

- Mayor simetrización
- Disminución de la estereotipia sexual y/o genérica
- Aumento de la autonomía económica y en múltiples decisiones
- Complementariedad alternante
- Mayor expresión de la crisis
- Mayor tendencia a la disolución del vínculo
- Aumento en la edad de formación de la unión
- Desjerarquización de la legalización de la unión
- Inversión de la complementariedad por factores externos (económicos)
- Aumento de la dependencia con las familias de origen

Estos cambios expresan modificaciones en diferentes áreas de contenido de las parejas. En las parejas heterosexuales, los cambios relacionales estuvieron fuertemente influidos por aquellos que, a nivel social, sufrió tanto el rol femenino como el masculino, es decir, los “cambios en los estereotipos de género” (Biscotti, 2006:18). A partir del reposicionamiento social y económico de la mujer, a partir de la lucha para salir de un rol históricamente inferiorizado por el varón, éste también pudo liberarse de mandamientos y ataduras.

3.2 CAMBIOS GENÉRICOS:

“En nuestros días se está produciendo una profunda transformación en la definición cultural de los roles sexuales. La mujer se masculiniza y el hombre se feminiza, es decir, ambos están recuperando las capacidades humanas que culturalmente habían sido negadas” (Casado 1991:25).

¿Qué significa esto? Para la mujer, implica la posibilidad de ejercitar su autonomía, decisión, responsabilidad. Es decir, poder ejercer un poder activo, alejándose de la dependencia y sumisión con respecto al hombre. Y esto se extiende desde las esferas más públicas hasta las más íntimas, teniendo como ejemplo, el creciente número de mujeres que ocupan cargos políticos y laborales de alta responsabilidad, el hecho de poder planificar su maternidad, poder decidir si quiere ser parte de una relación sexual, etc. Para los hombres, implica una recuperación de sus aspectos emocionales, estéticos y lúdicos de la vida, empañados durante tanto tiempo por el pragmatismo racional.

A) En la masculinidad:

- Mayor desarrollo de la sensibilidad
- Preocupación por lo corporal, más allá de la fuerza/musculatura
- Mayor expresión emocional
- Disminución de la vergüenza ante la expresión de las emociones
- Menor temor a ser confundidos en su virilidad
- Acercamiento a oficios y profesiones tradicionalmente femeninos
- Desarrollo y valoración de lo intuitivo
- Desarrollo de la capacidad de protección, más allá de lo económico/físico
- Mayor capacidad de compartir
- Agobio frente a mandatos machistas
- Mayor capacidad de conexión íntima con otros hombres
- Asunción de responsabilidades en áreas tradicionalmente, femeninas
- Mayor capacidad para pedir ayuda y reconocer límites
- Mayor comprensión de las actitudes femeninas
- Mayor conexión con los propios deseos, más allá de las obligaciones

B) En la feminidad:

- Revalorización de los propios criterios
- Acceso a lugares de poder
- Desarrollo económico autónomo
- Ruptura del sentido “madre/esposa” (como el único y mejor)
- Capacidad de elección
- Desafío a los mitos (ejemplo, el de la virginidad)
- Mayor desenfado erótico sexual
- Disminución de la culpa en relación a diferentes temas: sexo, hijos
- Capacidad de compartir aspectos tradicionalmente femeninos
- Ruptura del estereotipo cuidadora/protectora
- Mayor soltura corporal y estética
- Acceso y desarrollo en oficios y profesiones tradicionalmente masculinos
- Desplazamiento de la coquetería

- Mayor permiso para la agresividad (menos sumisión)

3.3 CAMBIOS EN LAS EXPECTATIVAS SOCIALES

Toda pareja se constituye y desarrolla en un contexto social, que define cómo deber ser la misma; contexto que ejerce su influencia tanto sobre la pareja como sobre cada uno de los miembros.

Los cambios en las expectativas sobre cada miembro están altamente relacionados con los cambios genéricos mencionados anteriormente. Algunos de estos cambios en las expectativas de la sociedad son:

- Que no solo trabaje el varón
- Mayor inserción de la mujer en otras áreas, más allá de la doméstica
- Menor presión sobre la perdurabilidad de la pareja
- Menor condena ante la separación
- Mayor participación del varón en áreas de los hijos
- Éxito económico rápido, sobre todo para el varón
- Menor condena a la madre soltera
- Mayor aceptación de las parejas homosexuales

3.4 CAMBIOS EN LA SEXUALIDAD

La llamada “revolución sexual de los años sesenta” implicó la caída de los tabúes y preceptos acerca de la sexualidad, definiendo una manera distinta de transmitirla, practicarla, hablarla y pensarla. Algunos de los cambios registrados en esta área, son:

- Caída del tabú de la virginidad
- Presencia cada vez más temprana de relaciones sexuales
- La preocupación del “cuidarse” se trasladó del embarazo al contagio del SIDA (u otras enfermedades de transmisión sexual)
- Demostraciones más abiertas de la presencia de la sexualidad en la pareja, en diferentes contextos (en palabras, acciones)

- Mayor igualdad de género en iniciativas sexuales
- Menor exigencia de rendimiento en el varón
- La fidelidad se toma mas como elección que como obligación
- Menor ocultamiento de elecciones homosexuales
- Preponderancia de estímulos visuales
- Mayor presencia de elecciones sexuales diferentes (homosexuales, por ejemplo), tardías (después de elecciones heterosexuales)
- Mayor aceptación de la sexualidad por la generación anterior
- Menor ocultamiento de la presencia de la sexualidad a los hijos

3.5 CAMBIOS EN LAS EXPECTATIVAS DE RELACIÓN

Las expectativas ante la formación de una pareja no solo provienen del contexto social, sino también de las mismas personas que la conforman.

- La pareja ya no es requisito para acceder a la sexualidad
- No es el único camino para la emancipación de la familia, sobretodo en la mujer
- Para el varón, ya no es el medio para ser quien mantiene económicamente un hogar
- Para la mujer, ya no es únicamente para ser esposa y madre
- Ya no es para toda la vida, “pase lo que pase”

3.6 CAMBIOS EN LOS RITUALES DE FORMACION

En diversas culturas, los acontecimientos que marcan cambios en las personas y en las instituciones se celebran o se conmemoran con un ritual. La formación de la pareja no permanece ajena a ello y también se han registrado cambios en los rituales de formación:

- Menor importancia de la ceremonia de casamiento
- Mayor participación de los novios en las decisiones concernientes al ritual del casamiento

- Mayor diversión que solemnidad
- Desaparición (o casi) de la ceremonia del “compromiso”
- Mayor aceptación de rituales mixtos (de diferentes religiones)
- Nuevos lugares de celebración del ritual de la boda
- Rituales religiosos mas independizados de la legalización de la unión
- Presencia de hijos de uniones previas o de la actual

3.7 CAMBIOS EN LA RELACION CON LAS FAMILIAS DE ORIGEN

Cuando dos personas forman una relación de pareja, suelen traer sus aprendizajes relacionales previos. En las familias de origen, cada integrante de la pareja ha realizado sus identificaciones, ha recibido mandatos y ha establecido una particular relación con sus aprendizajes, que se cristaliza en la relación que mantiene con esta familia. La constitución de la pareja nueva implica la salida de la familia de origen, así como la entrada en ésta de nuevos personajes (la “familia política”).

La relación con este sistema más amplio también ha sufrido cambios. Particularmente, en Argentina, por las vicisitudes de la macroeconomía que afectan los procesos de independencia y diferenciación dentro de las familias. Entonces, algunos cambios observados en esta relación entre las familias de origen y las parejas actuales son:

- Menor tendencia a la aglutinación o aglutinación forzada por factores económicos
- Mayor diferenciación
- Menor distancia generacional
- Disminución de rituales compartidos
- Abuelos parentalizados
- Padres infantilizados
- Flexibilización en mandatos étnicos, raciales y religiosos
- Tendencia al proteccionismo de la pareja desde las familias de origen

3.8 CAMBIOS EN LOS MITOS CONSTITUTIVOS DE LAS PAREJAS

Biscotti define “Mito” como “una historia o narración que alude a hechos significativos de un grupo social y conjuntamente, con los rituales que muchas veces lo reviven, se refiere a un tiempo primordial, diferente del cronológico, que implica cierta atemporalidad, con una fuerte carga de ideal. Algo transformado en mito, es perfecto o indiscutible” (p.22)

Existen múltiples mitos que conforman el imaginario social de lo que “es” o “debe ser” una pareja. Estos mitos funcionan como exigencias, pero también como esperanza de cambio de una realidad. Sin embargo, apuntan más a una pareja ideal que a la real y al encarnarse en las personas que forman una relación, organizan creencias que influyen en el futuro de la pareja.

Los fuertes cambios sociales que actúan sobre lo mencionado hasta este momento, también modificaron los mitos fundantes de las parejas de hoy. La pareja de hoy, tiende a desmitificar la relación, ya que no debe sostenerla a ultranza, después de todo.

A) Creencias anteriores

- Lo/la cambiare después que nos casemos
- Seré feliz una vez casado/a
- Si me amara, sabría cómo me siento
- El amor es incondicional
- Nuestro matrimonio es perfecto
- Los matrimonios de gente más grande duran más que lo de los más jóvenes
- El amor se mantiene inalterable con el tiempo
- Mi pareja nunca se enojara conmigo ni me criticará
- Si me amaras, me darías todos los gustos y harías todo lo posible para que fuera feliz
- Amar significa querer estar siempre juntos
- Siempre seremos los mismos
- Mi pareja será siempre honesta, abierta y directa conmigo
- Siempre estaremos de acuerdo en todo

B) Nuevas creencias

- Para no estar con quien yo quiero, prefiero quedarme solo/a
- Si no estoy seguro/a, prefiero no casarme
- Para conocerse, es necesario comunicarse
- La incondicionalidad es esclavitud
- Nuestro matrimonio tiene partes buenas y malas

- No importa la duración del matrimonio, sino sentirse bien con el otro
- Lo importante es estar juntos, no casados
- Los sentimientos cambian, como cambia todo
- Las discusiones y desacuerdos enriquecen a la pareja
- El amor no es incondicional. Decir NO, no es dejar de amar
- En la pareja es esencial que cada uno tenga y conserve su propia vida
- Mi pareja, ¿será siempre honesta, abierta y directa conmigo?
- Nos unen nuestras semejanzas, pero también las diferencias.

4. MOMENTOS EVOLUTIVOS DE LAS PAREJAS

Toda pareja atraviesa por tres etapas, que también forman parte del ciclo de vida familiar. Estas etapas, plantean a su vez, crisis, que pueden promover el crecimiento o disolución de la misma.

Peña Santamaría (2001, citado en Biscotti, 2006) describe estas fases evolutivas:

1. Fase psicótica: corresponde a lo que Puget denomina “*Fase de Enamoramiento*”. Es el comienzo de toda relación amorosa, en la que se tiende a recrear un estado de fusión y no diferenciación. Se cree tener el lugar de “único” para la otra persona. El uno y el otro saben y sienten lo que el otro sabe y siente sin necesidad de palabras. No hay espacio para la diferencia ni para aquellas cualidades propias o del otro que perturben la instalación del vínculo. El otro es “perfecto”, sin defectos. Existe una dependencia mutua, principalmente en lo afectivo y lo sexual (querer-ser querido; poseer al otro-ser poseído).

2. Fase crítica: corresponde a la “*Etapa de Desenamoramiento*”. Progresivamente, las cualidades desconocidas o negadas del otro comienzan a percibirse y a hacerse presentes. Pueden irrumpir como desestructurantes de la relación, dando lugar al establecimiento de un vínculo que tiende a la búsqueda activa y real del otro. Esta fase implica una diferenciación del objeto, se delimitan individualidades, se toma distancia del otro y aparecen las críticas, la agresión, la descalificación, los enojos. La crisis que suscita esta etapa puede llevar a la disolución del vínculo, a infidelidades, dado que el sentimiento preponderante es la desilusión (“no sos como esperaba”).

Si es bien transitada, puede llevar a un mejor conocimiento del otro y una mejora en la dinámica de la interacción, logrando una estructura de pareja más compleja, con mayor riqueza en el lenguaje, comprensión, amor. El otro ya no es imprescindible. Se transforma en *disponible*.

3. Fase de aceptación: se descubre y acepta al otro tal cual es. Puede decirse que esta etapa implica una síntesis de las dos anteriores. Este tercer tiempo da estabilidad y permanencia al vínculo, además de creatividad ya que la pareja tendrá que inventar nuevas pautas a fin de poder superar lo suscitado en los otros tiempos. El entendimiento empático se fortalece.

La adquisición de un marco conceptual relativamente estable, con referentes temporoespaciales (parámetro de la cotidianidad: horarios, lugares, tiempos), sirve de soporte para enfrentar los ritmos contextuales diarios dados por la vida de cada uno.

5. PARÁMETROS DEFINITORIOS

El término **“pareja matrimonial”** designa una estructura vincular entre dos personas desde un momento dado, cuando establecen un compromiso de formarla en toda su amplitud, puedan cumplir o no. (Puget y Berenstein, 1989)

Existe, en el hombre, una tendencia a organizar su vida en estructuras que van de menor a mayor estabilidad. Tiene elementos definitorios que permiten referirse a ella como una unidad o estructura con un alto grado de especificidad.

Alrededor de estos parámetros definitorios se establecen relaciones contractuales y éstos pueden transformarse en disfuncionales por separado o todos juntos si el vínculo matrimonial sufre algún grado de deterioro.

Estos parámetros son:

5.1 Cotidianidad: habla de lo “cotidiano”, lo de todos los días con la característica de no tener que ser definido día a día. Implica un tipo de estabilidad basada en una unidad temporal y espacial caracterizada por intercambios diarios. Define un espacio y un tiempo. Propone lugares vinculares y mentales con cierta fijeza (los lugares que cada uno ocupa en la mesa, en la cama, en qué parte del placard guardan su ropa, quién se ocupa de las tareas del hogar, etc.). No solo lugares, si no también, gustos, actividades y tiempos que comparten los miembros de la pareja.

La cotidianidad actúa como organizador de encuentros y desencuentros de la pareja.

Lo que cada uno trae de su familia de origen.

“Esto me gusta así”, “me gusta la comida así, a tal hora”, “me gusta el orden así”, etc.

Cuando estas cuestiones no son compartidas por ambos miembros, a partir de pactos, éstos pueden armonizar criterios para poder llegar a tener cierta modalidad de pareja, que les otorga estabilidad.

Sin embargo, esta misma estabilidad, fuente de crecimiento, conocimiento mutuo y abordaje de situaciones nuevas para la pareja, también puede convertirse en cercenante, siendo repetitiva, rutinaria y estereotipada, llevando a la aparición de crisis en la pareja. En estos momentos se

intenta producir cambios en los ritmos de encuentros y desencuentros, a fin de provocar *lo nuevo, novedoso, divertido*.

5.2 Proyecto vital compartido: son representaciones de realización o logro ubicadas en un tiempo futuro. Se relaciona con las metas, intenciones, planes. En tanto *pareja*, implica una imagen organizada de un futuro compartido. Es un trayecto pensado hacia adelante. El ejemplo más paradigmático de proyecto vital compartido es la creación de hijos, ya sean reales o simbólicos.

Una característica importante del proyecto compartido es el permanente pasaje a la cotidianidad, lo cual implica la formulación de un nuevo proyecto. En este momento, de pasaje a la cotidianidad, pueden producirse crisis de ansiedad, emociones depresivas, la sensación de inmovilidad, por lo que surge la necesidad de un nuevo proyecto. Cuando el proyecto se convierte en cotidiano, deben surgir nuevos a fin que la pareja continúe con su desarrollo y sigan teniendo metas en común a cumplir, lo cual motiva a permanecer juntos.

La pareja requiere de algún encuadre, alguna estabilidad para poder soportar la concreción, crisis y renovación o reformulación de un nuevo proyecto. Es este proceso el que ayuda a delimitar cierto tipo de crisis específica en el momento en que han cumplido y perdido aquel proyecto y no pueden reformular otro.

También es momento donde pueden producirse separaciones o disoluciones de los vínculos.

Implica el deseo de la pareja de planificar una vida juntos, con objetivos y metas en común que puedan alcanzarlas en un futuro, a partir de ciertas normas y pautas que se van estableciendo en el ciclo vital de la pareja.

El proyecto compartido incluye dos aspectos: individual y social, ya que en su formación intervienen mandatos y representaciones del sistema familiar y social, ya que cada miembro trae de su familia de origen diferentes ideas, mitos y percepciones acerca de lo que es una pareja, como debe desenvolverse, como debe ser la elección de la pareja, etc. Muchas veces lo compartido se contrapone con lo individual.

5.3 Relaciones sexuales: a partir de las cuales se interrelacionan a través de los órganos genitales y otras zonas que intervienen como preliminares. Se establece una dependencia sexual, amorosa y económica entre los miembros de la pareja.

El cuerpo es una característica particular de la pareja, aquello que lo diferencia de cualquier otro sistema, ya que solo en este sistema se comparte el cuerpo a través del sexo. La relación sexual en la pareja estable tiene una gran relación con el parámetro explicado a continuación. Por esto, cuando se dan situaciones que alteran este contrato, se pone en riesgo la continuidad de la relación, dando lugar a una crisis. La dependencia sexual, con la característica de exclusividad que se establece, es una construcción social que permite garantizar la confianza en la paternidad, asegurar el compromiso de la pareja y como consecuencia, surgen características como la protección y fidelidad hacia la pareja.

La intimidad está relacionada con el afecto y la reproducción. Cuando no existe en la pareja el deseo o necesidad de tener hijos, la relación sexual tiene otros fines más individuales, donde prevalece la atracción sexual, el placer y la plenitud.

Lograr que las expectativas sexuales dentro de la relación estén cubiertas es un factor que influye en la satisfacción marital. Cuando la situación no es así, cuando existen diferencias o

expectativas diferentes entre los miembros de la pareja, aparecen los enojos, las decepciones, las humillaciones y los desencuentros.

5.4 **Tendencia monogámica:** unión y establecimiento del vínculo con una sola persona. Implica la noción de *preferencia y fidelidad*. Implica una disposición exclusiva del cuerpo del otro. Es un parámetro netamente cultural, fundado en la institución del matrimonio. A la hora de buscar y establecer un vínculo, buscamos la exclusividad del otro. Sobre esta ilusión se funda el enamoramiento y la institución del matrimonio.

A medida que los miembros de la pareja están más centrados en la relación interpersonal y su bienestar, y ya no tanto en la procreación, la fidelidad puede ir mutando de significado. Ahora ya no implica asegurar la paternidad sino que es un signo de compromiso y amor mutuo. (Fernández, 2010)

CAPÍTULO 2

“Ciclo Vital: Crisis y Cambio”

“Cualquiera sea la etapa de vida familiar, la transición a la siguiente, constituye un hito crucial en el desarrollo de una persona y de su familia.” (Haley, J. 2003:32).

Las familias recorren un proceso de desarrollo. El sufrimiento o los síntomas aparecen cuando el curso del ciclo vital se disloca o interrumpe, siendo el síntoma una señal que indica que la familia enfrenta dificultades para superar alguna etapa del ciclo.

Debido a los cambios culturales y a la aparición de nuevas formas de vida familiar, cualquier comprensión del desarrollo de la vida familiar puede quedar desactualizada. Se necesita una comprensión más profunda del desarrollo familiar y sus circunstancias, teniendo en cuenta los mitos que indican cómo deberían ser las familias y las modificaciones familiares ya mencionadas y los cambios culturales que están cada vez más globalizados.

1. EL CONCEPTO DE CICLO VITAL.

El término “ciclo” implica la rueda de la vida familiar que gira de manera interminable, conectando a las distintas generaciones. Varias se pueden acomodar simultáneamente a las transiciones del ciclo vital, puesto que los acontecimientos que tienen lugar en un nivel, inevitablemente tienen efectos en las relaciones en otros niveles.

La idea básica que subyace a la noción de ciclo vital familiar es que todas las familias experimentan cambios a lo largo del tiempo. Estos cambios observan ciertas regularidades, es decir, se ajustan a un patrón previsible que se puede describir en términos de etapas, transiciones o crisis.

La perspectiva del ciclo evolutivo ha permitido re-introducir la dimensión diacrónica, histórica de los sistemas. El ciclo de desarrollo familiar es algo diferente que la mera suma o yuxtaposición de las biografías individuales de cada miembro de la familia. Es decir, no es el individuo quien va atravesando las distintas etapas en el transcurso del tiempo, sino que es la familia la que evoluciona como tal. (Friedman 1989 citada en Beyebach, Rodríguez Morejón, 1995). Por lo tanto, se aplica la idea que el todo es más que la suma de las partes.

Minuchin y Fishman establecen que “mirar a una familia en un lapso prolongado es observarla como un organismo que evoluciona en el tiempo. Dos células individuales se unen y forman una entidad plural (...). Esta entidad va aumentando su edad en estadios que influyen individualmente sobre cada uno de sus miembros, hasta que las células progenitoras decaen y mueren, al tiempo que otras reinician el ciclo de vida” (1984:35)

La relevancia clínica del ciclo vital familiar radica en que todas o casi todas las familias atraviesan crisis evolutivas y este aspecto evolutivo se muestra como factor importante en muchos casos clínicos. No se trata de la misma manera a una pareja recién casada y a otra que ya lleva muchos años de matrimonio.

Cada etapa plantea demandas específicas a la familia, es decir, implica unas tareas evolutivas determinadas. El paso de una fase a otra supone algo más que un reajuste de la familia ante condiciones modificadas: desplazarse a una nueva etapa exige una verdadera transformación del sistema familiar (Hoffman, citado en Beyebach, Rodríguez Morejón, 61)

También se ven transformadas las relaciones entre los miembros del sistema considerado. Las diferentes etapas no exigen únicamente cambios instrumentales, la creación de nuevos repertorios de habilidades, ya sea de comunicación, de resolución de problemas, de crianza, etc., o el manejo de procesos emocionales potencialmente difíciles, sino que también implican un replanteamiento del contrato relacional básico, especialmente en las pautas de distancia e intimidad.

Si nos adentramos en las fuentes individuales de variaciones en el ciclo vital familiar, es importante destacar la variable del género como modulador del ciclo. La vivencia del ciclo vital familiar ha sido, tradicionalmente, distinta para los hombres y para las mujeres. Esto fue dado por los estereotipos sexuales y socialización diferenciada. Es por esto, que en este caso, hablar de las *diferencias*, supone hablar de *desigualdad*. Por nombrar alguna de estas desigualdades, la mujer pasaba de manos de su padre a manos de su esposo; durante muchos siglos no se le permitió la posibilidad de vivir la denominada “etapa del adulto joven emancipado”, también conocida como “galanteo”. Recordemos que por mucho tiempo, el desarrollo personal era un bien adjudicado solo a los hombres, mientras que la mujer se quedaba en el hogar, siendo la encargada de construir “el nido”. (Beyebach, Rodríguez Morejón, 1995)

Los cambios culturales y sociales en el papel de la mujer que se han ido produciendo a lo largo de la historia, han afectado profundamente el ciclo vital de la familia.

1.1. CAMBIOS EN EL CICLO VITAL

La configuración del ciclo evolutivo familiar, la forma de entenderlo, ha sufrido modificaciones a lo largo de la historia. Las definiciones de ciclo vital y de familia han sido siempre fluctuantes y cambiantes. Como se expuso en el capítulo anterior, la familia, y por lo tanto, también, la definición de ciclo vital, son productos y productoras del momento social y cultural que se vive.

En el transcurso de las últimas décadas, estos cambios se han acelerado y acentuado en el mundo occidental. Se ha extendido la expectativa de vida en las poblaciones; hay un gran descenso de la natalidad, sobretodo en países desarrollados; se han dado drásticos cambios en el papel de la mujer, tanto en la familia, como en la sociedad; hay una mayor tolerancia hacia las parejas homosexuales, con la posibilidad legal de la adopción de niños; hay una incidencia cada vez mayor del divorcio y de las segundas y terceras nupcias o la decisión de no legalizar el vínculo (concubinato). Todos estos rasgos han producido un perfil familiar que se diferencia de los anteriores.

Estos cambios mencionados son de dos tipos (Beyebach, Rodríguez Morejón, 1995:64): en primer lugar, referidos a la duración, características e importancia relativa de las distintas fases del ciclo vital y por otro lado, la presencia cada vez mayor de ciclos familiares alternativos.

El primer tipo de cambio ha afectado a casi todas las etapas del ciclo vital. Ya se menciono que las mujeres tienen mayor acceso a la etapa de adulto joven emancipado, aunque en algunas sociedades las dificultades para obtener una independencia económica ha ido posponiendo el ingreso a esta etapa, tanto para hombres como para mujeres, con la consecuencia de una nupcialidad tardía. La oportunidad de las mujeres de contar con una carrera profesional implicó la existencia de matrimonios con dos profesionales y también el retraso en la llegada de los hijos, ya que muchas prefieren estabilizarse en su profesión, alcanzar ciertos objetivos laborales y educativos, antes de concebir un hijo.

El descenso en el número de hijos que las parejas deciden tener, ha acortado la etapa de “familia con hijos pequeños”, mientras que la fase de familias con hijos adolescentes se alarga, dada la coyuntura socio-económica que dificulta la independencia del joven adulto, permaneciendo, entonces, por más tiempo del esperado en el hogar paterno.

La etapa posterior a la emancipación de los hijos (“Retiro de vida activa y vejez”) es una de las que más ha sufrido transformaciones. Hasta no hace mucho tiempo, la menor expectativa de vida y el mayor número de hijos, llevaba a que los padres dedicaran la mayor parte de sus vidas a la crianza de los hijos. En este sentido, el fenómeno del “Nido Vacío”, tema de esta tesina, es de aparición reciente, ya que ante la disminución del número de hijos y un aumento en la expectativa de vida, una vez que los hijos se independizaron, las parejas todavía tienen mucho por vivir.

El segundo tipo de cambios está relacionado con la incidencia cada vez mayor de los ciclos alternativos. Ejemplos de estos son los ciclos de divorcio, las familias reconstituidas, las parejas homosexuales, las familias monoparentales, las parejas que deciden no tener hijos. Actualmente, es cada vez menor el porcentaje de familias que se ajustan al prototipo familiar transmitido en las sociedades industrializadas. Lo expuesto hace

pensar en la inexistencia de un solo ciclo vital familiar. Por el contrario, existen multiplicidades de ciclos de desarrollo.

2. ETAPAS DEL CICLO VITAL

2.1 Período de galanteo – Formación de la pareja

La familia transita un camino que se inicia en esta etapa, en la que los jóvenes realizan sus preparaciones para la elección de pareja.

Esta etapa ha ido creciendo en duración conforme el paso del tiempo. Situándonos en la actualidad, pleno siglo XXI, se ha prolongado por lo menos tres veces más a comparación otros siglos. Un joven que hizo una carrera universitaria, es probable que recién para los 30 años de edad se esté afianzando profesional, laboral y económicamente, lo cual implica, probablemente, una salida más tardía del hogar paterno.

Este tiempo también es conocido como *noviazgo*, que implica un tiempo de preparación para la unión y convivencia estable con el otro. Es la consolidación del holón conyugal, donde se logra intercambiar información acerca de sí mismo, sus experiencias, sus expectativas, historia de vida y se establecen pautas transaccionales básicas para la convivencia.

La formación de la pareja, ya sea a través de rituales o no, no implica solo la unión de dos personas, sino la conjunción de dos familias que ejercen su influencia y van creando una compleja red de subsistemas. (Haley, 2003:37). Las familias de origen de sus miembros influyen en el proceso de desarrollo de manera tal que establecen ritmos de funcionamiento para matrimonio, maternidad, paternidad e incluso crianza y educación de los hijos. (Vargas Ibañez 1996 citado en Garrido Garduño,).

Existen diversos factores que intervienen en la manera en que se relacionarán los miembros de la familia a partir de la pareja que se conforma. Cuando se crea un hogar propio, los miembros de la pareja se enfrentan a diferentes situaciones donde su bagaje histórico se hace presente ya sea para facilitar o entorpecer la nueva relación, ya que los gustos, valores, normas, etc., están influidos o formados a partir de la familia de origen y se busca que la pareja concuerde con tales ideas y cubra las necesidades, generando cercanía, compañía y fusión. (Estrada 2003, citado en Garrido Garduño, 2007)

Cuando se consolida una relación y se toma la decisión de vivir con otra persona, creando un proyecto de vida en común, ambos miembros de la pareja deben aprender su nuevo papel de cónyuges,

encarando cambios importantes en su estilo de vida y en el sistema de seguridad emocional de cada uno a fin de lograr un acoplamiento entre ambos. La pareja debe tener la capacidad de negociar para comenzar a establecer las nuevas pautas de comportamiento, valores y creencias que ayuden al desarrollo personal y familiar. (Pineda, 2005, citado en Garrido Garduño 2007).

2.2 El matrimonio y sus consecuencias:

El arte del matrimonio implica alcanzar la independencia mientras se conserva al mismo tiempo la involucración emocional con los respectivos parientes. (Fernández Moya, 2010:234)

El acto simbólico de contraer matrimonio tiene un significado diferente para cada uno. Pero, es ante todo, un acuerdo que implica que la pareja se compromete mutuamente de por vida.

El ritual del matrimonio, por superfluo que parezca a veces, puede constituir un hito importante entre una etapa y otra, que ayuda a todos los involucrados a modificar las formas de relación mutua. Es un momento que implica la redefinición de nuevas pautas relacionales, no solo entre los cónyuges, sino también con sus familias de origen, política, con los grupos de amistades, etc.

En esta etapa, se organiza un movimiento que lleva a una intimidad sin límites entre los cónyuges. En la convivencia, deben elaborarse una serie de acuerdos que atañen a la asociación, a las relaciones con las respectivas familias de origen, a aspectos cotidianos, prácticos, de la vida en común y también las diferencias que existan entre ellos, como individuos.

Así como la pareja va generando acuerdos, también pueden surgir los desacuerdos, para los cuales, también deben diseñar modos de encararlos. Sin embargo, puede haber temas que no pueden discutirse, que se terminan evitando. Esos temas van quedando enquistados en el matrimonio y tal vez, salgan a la luz en momentos de crisis.

Estas son las tareas a cumplir en esta etapa: logro de la intimidad y la creación de formas de relación y comunicación satisfactorias, a través de los procesos de negociación.

2.3 El nacimiento de los hijos y el trato con ellos:

El nacimiento de un hijo plantea nuevas oportunidades que van desestabilizando el funcionamiento íntimo de la pareja. Hasta este momento vital, se ha elaborado un juego *de a dos*. Han aprendido a tratarse, han

encontrado modos de resolver muchas cuestiones. Con el nacimiento de un hijo, automáticamente este juego se convierte en uno de tres, en un triángulo. Las responsabilidades de la crianza exigen una nueva forma de compromiso. La llegada de los hijos, implica la convergencia de ambas familias de origen y va creando las figuras de los abuelos y tíos. El niño introduce a sus padres en la compleja red de parentela y va modificando viejos vínculos y formando nuevos.

Los hijos plantean al mismo tiempo tareas y conflictos potenciales a la pareja, que debe acomodarse, creando espacio para el nuevo miembro. De pronto, el padre debe compartir el amor y la atención de la madre con el hijo. La falta de privacidad en la actividad sexual y las restricciones en la misma, pueden crear tensiones en la pareja, colocando a uno de sus miembros, el hombre, en una actitud celosa.

Las mujeres pueden presentar un problema especial en esta etapa de cuidado de hijos. El ser madres puede ser anticipado como una forma de autorrealización, sin embargo el cuidado de los hijos también puede ser vivido como una fuente de frustración personal: los niños demandan una gran atención, pero también, la mujer puede tener proyectos personales o laborales a concretar. El doble anhelo, el de mujer-mama y mujer-trabajadora carga sobre las espaldas femeninas el peso de tener que cumplir correctamente y de manera competitiva con ambas tareas.

Por otra parte, los hombres no sienten ese peso que la cultura les ha designado a las mujeres, ya que la crianza de los hijos puede constituir una dimensión adicional de su vida, siendo el centro de la misma, las cuestiones laborales.

El período más común de crisis en esta etapa, es cuando los hijos comienzan su escolaridad, ya que la institución escolar representa la primera experiencia con el hecho de que los hijos, eventualmente, terminarán dejando el hogar paterno y ellos, los padres, quedaran frente a frente, retornando a la antigua *sociedad de a dos*. La salida del niño a la escuela, mide la capacidad de la familia de tolerar ese primer distanciamiento. Se mide la eficiencia de la familia en el proceso de socialización del niño, quien debe ser capaz de ser productivo y de integrarse en un grupo social.

2.4 Las dificultades matrimoniales del período intermedio:

En esta etapa, los padres siguen siendo responsables de sus hijos, continúan su vínculo con ellos mientras realizan la transición de tratarlos como niños a tratarlos cada vez como más adultos. Este ordenamiento obliga a los miembros de la familia a adaptarse a cambios en su relación mutua a lo largo del tiempo. Al paso que cambian las relaciones dentro de la familia, el vínculo matrimonial está sometido a una revisión constante (Haley, 1980).

Tanto hombres como mujeres alcanzan los años medios de sus ciclos vitales y este momento suele ser uno de los mejores períodos de la vida. El hombre puede estar disfrutando del éxito en su trabajo, al tiempo que la mujer se encuentra con más tiempo libre, debido a que los hijos plantean cada vez menos exigencias, por

lo que le es posible desarrollar sus talentos, continuar con su carrera o realizar actividades de su gusto. Una vez que los hijos ingresan a la escuela, ella puede sentir que debe introducir cambios en su vida.

La relación matrimonial se profundiza y amplía. Se han forjado ya relaciones estables con la familia extensa y el círculo de amigos. La crianza de los hijos pequeños ha dado paso al placer compartido de presenciar cómo los hijos crecen y se desarrollan. (Haley, 1980)

A medida que los hijos crecen y la familia cambia, las pautas relacionales previas pueden resultar inadecuadas, por lo que pueden surgir crisis. En estos años medios, la pareja puede decidir acerca de su futuro: si seguirán juntos o tomarán caminos separados. Ya que es una época en que los hijos, ya adolescentes pasan poco tiempo en el hogar, también los padres se ven obligados a comprender que sus hijos terminarán por irse del todo algún día, quedando, entonces, frente a frente con el cónyuge.

En muchas situaciones, ambos acordaron permanecer juntos por los hijos y al ver aproximarse el momento en que éstos se marcharan, se entra en un estado de turbulencia conyugal (Haley 1980). Siguiendo esta idea, podemos citar a Jorge Fernández Moya, quien explica: *“Quizás estuvieron muchos años juntos mirando a los hijos, viéndose a través de la relación con ellos y sin haberse detenido a mirar cuánto y cómo ha sido necesario cambiar, actualizarse o en el peor de los casos, no habiéndose mirando.”* (2010:325).

2.5 El destete de los padres:

Esta etapa de emancipación de los hijos puede tener consecuencias variadas para las familias. Se trata de un período de crisis, que como tal requiere de una adaptación y una aceptación de la partida de los hijos del hogar paterno.

El **pareja parental** entra en un estado de turbulencia, que va cediendo progresivamente, a medida que el nido va quedando vacío y se van elaborando nuevas pautas de la relación en la **pareja conyugal**. Es el momento de transición, también, hacia la condición de *abuelos*. Así como en un momento dado tuvieron que crear modos de resolución y negociación de conflictos, ahora deben ponerlos en práctica, nuevamente, para permitir que los hijos puedan tener y elegir sus propias parejas, carreras, una vida independiente y autónoma.

A veces, la turbulencia entre los padres, llega cuando el hijo mayor deja el hogar. En otras familias, puede empeorar progresivamente, conforme los demás hijos van dejando el nido. En otras, aparece cuando es el turno del hijo menor. Puede ocurrir, también, llegado el momento de partida de algún hijo en particular, surjan las dificultades. Este hijo, tal vez, tuvo alguna importancia especial en el matrimonio: siendo a través de quien se comunicaban los padres, o por el que presentaron mayores preocupaciones, etc.

Implica, claramente, un duelo. El que pueda superar este período como una parte de un proceso *normal*, depende hasta cierto punto, de cuán severo sea para ellos y también de cómo intervenga una ayuda externa en este momento crucial, que permitirá una demarcación más clara de las funciones y redes de sistema.

En muchas culturas, esta etapa se ve asistida por algún rito o ceremonia que define al adolescente como un adulto, donde se le otorga un nuevo status y requieren que los padres los traten de otro modo a partir de ese momento. Un ejemplo de estas ceremonias o ritos, pueden ser las graduaciones de la escuela secundaria o universidad o el mencionado acto de contraer matrimonio.

Como en cualquier etapa del ciclo vital, pueden surgir dificultades a nivel de la pareja conyugal. Siendo este el momento en que se encuentran solos, después de tanto tiempo de compartir y compartirse con otros, puede ocurrir que sientan que no tienen nada que decirse. Pueden comenzar a discutir por las mismas cosas que peleaban antes de la llegada de los hijos, cosas que quedaron sin discutir, aquellos temas que quedaron enquistados, aquello que simplemente se dejó de lado en otro momento vital, puede resurgir ahora. Estos conflictos pueden llegar a la decisión de separarse o divorciarse.

En esta transición, en este pasaje de *ser padres a ser abuelos*, los cónyuges deben aprender cómo ser buenos abuelos, deben elaborar nuevas reglas que les permitan participar de la vida de sus hijos pero también que les permita funcionar solos en su propio hogar. Muchas veces, también se ven afectados por la pérdida de sus propios padres, por lo que también deben realizar el duelo correspondiente.

Podemos concluir, entonces, que una de las tareas principales de esta etapa implica un redescubrimiento conyugal, el acercamiento del uno al otro y una renegociación de la relación conyugal, despojada ya del rol de padres.

2.6 El retiro de la vida activa y la vejez

Si la pareja pudo lograr la liberación de los hijos de manera que en este momento se encuentren menos involucrados con ellos, pueden llegar entonces, a un período de relativa armonía.

Siendo una etapa que suele coincidir con la jubilación de alguno o ambos cónyuges, hecho para el cual no siempre se está preparado, representa toda una tarea. Personas que se dedicaron exclusivamente al trabajo, pueden no soportar el tiempo libre que les representa el retiro de la vida laboral, creando sensaciones de vacío, inutilidad, desesperanza. Situación similar ocurre con las mujeres que decidieron dedicarse exclusivamente a la crianza de los hijos.

Sin embargo, existen opciones para llenar esos vacíos. El encuentro de intereses o actividades compartidas o individuales, mayor dedicación a la pareja, la realización de estudios o aprendizaje de nuevas habilidades, entre otras.

Esta etapa puede coincidir también con alguna enfermedad o muerte de uno o ambos cónyuges.

Como el ciclo familiar se renueva, es importante destacar que el modo en que los jóvenes cuiden de los adultos mayores de la familia, tendrá como consecuencia el modelo o libreto según el cual se cuidará de ellos llegado el momento.

3. CICLO VITAL Y CRISIS

A partir de lo expuesto anteriormente, podemos decir que las familias atraviesan por necesidades de cambios a través de su ciclo vital. Estos se manifiestan al redefinirse las relaciones entre los miembros del sistema. Estas exigencias también son descriptas como transiciones, pasajes y tareas evolutivas, sucesos de la vida familiar (Olson, 1991)

En todos los sistemas existen dos tendencias necesarias para su supervivencia: la tendencia a mantenerse estables y a tendencia a la transformación o cambio. Esto hace al equilibrio del sistema y se denomina *homeostasis*.

Cuando predomina la tendencia a la estabilidad, es decir, la tendencia de no-cambio y aparece una posibilidad de un cambio, ya que como se expreso anteriormente la evolución y renovación del ciclo vital es inevitable, esta situación generará estrés para quienes deseen mantener las cosas tal como están y para quienes deseen un cambio.

La naturaleza de la adaptación humana requiere que la familia, así como otros sistemas socioculturales, sea capaz de reestructurarse y cambiar espontáneamente. Si ponemos el énfasis en la noción de cambio, se plantea una dialéctica mantenimiento/cambio mucho más compleja, al incluir nociones de auto-organización en estados alejados del equilibrio, además que los cambios pueden producirse en distintos niveles. (Fried Schnitman, 1986:119)

En primer lugar, están los cambios que flexibilizan a la familia sin modificar su organización; son los cambios en que una familia procesa eventos. En este nivel, se eligen opciones dentro del repertorio habitual de la familia y se puede aumentar la flexibilidad para seleccionar dentro del repertorio la respuesta más adecuada a la circunstancias, sin haber aprendizaje o innovación. También se los denomina “cambios de primer orden”. En segundo lugar, están los cambios que se dan cuando el sistema se enfrenta a una situación no anticipada y tiene que aumentar su rango de alternativas, generando nuevas opciones. Se los denomina “cambios de segundo orden” (Fried Schnitman, 1986). Cada etapa del ciclo vital, representaría, entonces, un cambio de segundo orden, ya que a medida que la familia va evolucionando, va modificando las pautas y reglas de relación e interacción, que les permiten ir adaptándose a las necesidades y tareas que cada etapa propone.

Los períodos de reorganización requieren que las familias sean flexibles y capaces de incorporar lo novedoso en las interacciones. Las respuestas que tengan los sistemas dependerán de las relaciones entre:

- a) Las pautas de interacción existentes
- b) Recursos familiares para enfrentar los cambios
- c) El grado en que la familia pueda generar respuestas que se desvíen de la modalidad habitual
- d) Disponibilidad de recursos que impidan la rigidez en modalidades anteriores.

- e) Contextos facilitadores de nuevas alternativas
- f) Etapa del ciclo vital familiar que se esté atravesando.

La familia, y los sistemas que la componen (entre ellos el sistema de la pareja conyugal) tienen un cierto grado de plasticidad frente a cambios internos y/o externos, además de mecanismos para generar desviaciones que sirvan como reserva de soluciones, ideas, conductas. La fuerza adaptativa de una familia está basada en su habilidad para permitir la formación de un reservorio de nuevas transformaciones potenciales que puedan adoptarse frente a condiciones internas o externas cambiantes. Las nuevas alternativas no se establecen de una vez para siempre, sino que se inician en áreas limitadas y luego se expanden, si cobran suficiente fuerza. Se da la competencia entre las pautas habituales y las nuevas, pero el resultado dependerá de un conjunto de relaciones entre procesos estabilizadores y desestabilizadores del sistema y su contexto. (1986:125).

La adaptación requiere la habilidad para mantener la estructura dada pero esto debe complementarse con la habilidad para modificarse frente a los cambios internos o externos. Esta modalidad adaptativa tiene como requisito el desarrollo de desviaciones no patológicas manifestadas por ideas y conductas alternativas y también la capacidad de evolucionar espontáneamente. (1986:126).

La riqueza y flexibilidad de recursos de la pareja y familia como sistemas, consisten en la capacidad de producir diferentes soluciones alternativas sin cambiar los parámetros y premisas básicas que los sostienen, así como también la habilidad de modificar tales para alcanzar nuevos niveles de organización. Esto sería una alternancia entre cambios de primer orden y cambios de segundo orden.

La recursividad entre las pautas interaccionales y el paradigma familiar mantiene la dinámica de la organización del sistema. Es esta recursividad la que provee la trama que hace a la vida familiar, a la relación de ésta con sus contextos y a la regularidad, consistencia y coordinación de la misma.

Cuando la relación entre el paradigma y la práctica es relativamente congruente, los miembros del sistema actúan de forma coordinada, con un sentido de identidad basado en el consenso. Es decir, el sistema funciona implícitamente. Sin embargo, ningún sistema permanece inmutable con el paso del tiempo, ya que tanto el paradigma como las prácticas y pautas que regula se van modificando y reconstruyendo.

Tanto la generatividad del sistema, la capacidad de crear nuevas pautas de relación, como la habilidad de conservarlas, son importantes para poder comprender la dinámica de la organización de los sistemas. En este sentido, se destaca entonces *lo nuevo, lo que aparece como novedoso, aquello generador de tensión dentro de un sistema humano*. Cuando sucede esto, la congruencia entre el paradigma del sistema y su accionar, va disminuyendo, por lo tanto, disminuye el consenso entre los integrantes del sistema y la habilidad para actuar de forma coordinada. Disminuye, entonces, el sentido de identidad. A esto se lo conoce como desorganización, es decir, una situación en la que hay predominio de estados alejados del equilibrio y se va modificando la dialéctica de los procesos de mantenimiento y cambio en el sistema. El funcionamiento ya no es implícito y comienzan los cuestionamientos acerca de la naturaleza de las relaciones, las actividades cotidianas, los rituales e ideas que conformaban las pautas habituales del sistema. Al mismo tiempo que se va dando la posibilidad de generar nuevas pautas, nuevas reglas, de redefinir las relaciones, se va perdiendo en pertenencia (Fried Schnitman, 1986).

Esta autora citada (1986) presenta un esquema para analizar transformaciones espontáneas de los sistemas familiares, así como las dificultades de pasaje de una organización a otra. El esquema incluye tres estadios:

- ESTADIO I: caracterizado por una modalidad de funcionamiento implícito con niveles de tensión relativamente bajos. Esta modalidad se disloca en determinado momento y se modifica el ajuste entre el accionar coordinado como familia (sistema), el paradigma familiar y su relación con el contexto. A esto se lo denomina Crisis o Transición
- ESTADIO II: el sistema no funciona más implícitamente, hay pérdida de consenso y disminuye la congruencia entre el paradigma y la práctica. Aumenta la tensión y la desorganización e incluso puede presentarse una rigidez temporaria en las pautas interaccionales. Es una situación de no equilibrio, donde alternativamente hay oscilaciones entre procesos de mantenimiento y de cambio.
- ESTADIO III: el sistema encuentra un núcleo de premisas y patrones nuevos que le permiten modificarse y recuperar el consenso. Se entra en un proceso de nucleación, donde la nueva alternativa se va estableciendo progresivamente facilitando la reorganización del sistema, acompañada de modificaciones más o menos significativas en su accionar conjunto y en las premisas, reglas, pautas, básicas de interacción. El nuevo núcleo no se establece de una vez, sino que existe aún una competencia entre los procesos que tienden a la estabilización de patrones y premisas previas y aquellos procesos tendientes a la estabilización de lo nuevo. Una vez que se establece una nueva organización a través del proceso de nucleación, el sistema vuelve progresivamente a un funcionamiento implícito (estadio I).

Se plantean, a su vez, algunas dificultades de pasaje. Es decir, sistemas que tengan dificultades a la hora de hacer una transición que les permita encontrar nuevas alternativas, reorganizarse y mantener la viabilidad como sistema. La dificultad se plantea, entonces, en el estadio III, ya que por más que aparezcan nuevas alternativas de funcionamiento, nuevas pautas y reglas, éstas no pueden establecerse de manera dominante. En la resolución de las crisis, estas familias, parejas o el sistema que se analice, mantienen una situación particular, ya que expresan los intentos de reorganizarse así como la imposibilidad de consolidar nuevas premisas y patrones. Esta oscilación puede convertirse en una forma de funcionamiento estable en el cual coexisten patrones y premisas previas con intentos de reorganización

Un segundo tipo de resolución relativa de las crisis sería el pasaje a una forma rigidificada de funcionamiento, con consenso forzado, en la que se exagera una modalidad anterior. Un tercer tipo de resolución implicará un aumento de la desorganización que puede llevar a la disolución del sistema. Todas estas alternativas tienen en común las oscilaciones entre el mantenimiento de la organización previa y la búsqueda de formas nuevas.

Existe, entonces, una relación entre crisis y estrés. Se producen crisis cuando hay tensiones que afectan al sistema y se requieren cambios que se aparten del repertorio usual del mismo (Pittman, 1990). No es posible lograr ningún cambio sin crisis.

Este autor, define **crisis**, como “*un estado de cosas en el que es inminente un cambio decisivo en un sentido o en otro. Es un punto de viraje en el que las cosas mejoran o empeoran. Es el proceso fundamental para la comprensión del cambio*” (1990). La crisis constituye una oportunidad peligrosa.

Las tensiones son fuerzas que tienden a distorsionar. Son, de algún modo, específicas de cada familia, es decir, lo que provoca tensión en una, puede no provocarlo en otra. Esto depende de los valores y expectativas de la familia y de la naturaleza de las relaciones entre los integrantes.

David Olson y colaboradores llevaron a cabo un estudio en que centraron su atención en lados fuertes y atributos que ayudan a las familias a tratar con mayor eficacia las tensiones y situaciones de estrés. Una de las hipótesis del estudio era que las familias deben cambiar a medida que abordan las transiciones normales en la vida familiar. Plantean, también, que las familias tienen libertad para moverse en cualquier dirección, conforme a las exigencias de la situación, la etapa del ciclo vital o la socialización de sus miembros (1991). Descubrieron que las esposas declararon mayores demandas que los maridos en varias etapas del ciclo vital, entre las cuales se encuentran la de emancipación de los hijos y el nido vacío. Las tensiones que más se destacan en las últimas etapas del ciclo vital son las económicas, las relacionadas a enfermedades, pérdida de allegados, amigos, familiares y también aquellas relacionadas a las transiciones. Las tensiones conyugales aparecieron como un estresor principal en la etapa del nido vacío.

Las variaciones de frecuencia, tipo e intensidad de las demandas dificultan las tareas de ajuste familiar y resolución de problemas. La resistencia de las familias al estrés y la recuperación de la zozobra pueden verse facilitados por los lados fuertes de la familia y de la pareja conyugal: en el caso de las parejas que atraviesan la etapa del nido vacío y retiro, los lados fuertes son la comunicación y personalidades compatibles. (Olson, 1991). Los lados fuertes constituyen características positivas y muy significativas. Parejas y familias que contaban con estos lados fuertes parecían funcionar de una manera más adecuada a través de todo el ciclo vital y también tendían a sentirse más satisfechos con sus matrimonios. Estos lados fuertes actúan como amortiguadores o resistencias frente a sucesos estresantes de la vida.

Una buena comunicación en la relación es importante para que perdure y una pareja no debe temer a los conflictos porque muchas veces son necesarios para resolver los problemas que se generan en la vida cotidiana. Cuando las parejas riñen y esto las lleva a la búsqueda de una solución al conflicto, estas serán positivas y funcionales desde el punto de vista del desarrollo de la pareja. Pero también, puede suceder que por sus mecanismos de evasión, la pareja no resuelva esos conflictos y llegue al extremo de la separación. Si no se saben resolver los conflictos, es muy probable que la pareja se fracture. (Garrido Garduño, 2008). La negociación es esencial para la vida de la pareja, para la continuidad del vínculo. Es la posibilidad de exponer los puntos de vista, los sentimientos de cada uno para llegar a un punto en común, para llegar a los acuerdos que van a sostener al sistema conyugal. Si no existe la capacidad de negociar, es muy difícil que el sistema conyugal pueda subsistir.

3.1 TIPOS DE CRISIS

Según la naturaleza de las tensiones, se pueden describir: (Pittman 1990)

- Desgracias inesperadas
- Crisis de desarrollo
- Crisis estructurales
- Crisis de desvalimiento

3.1.1. **Desgracias inesperadas:** se trata de tensiones manifiestas, aisladas, reales, específicas y extrínsecas. Ejemplos de estas son, la muerte de algún familiar, incendios, accidentes graves, etc. Las tensiones surgen, claramente, de fuerzas externas al sistema y ante este tipo de situaciones, se debería poder concentrar toda la atención en el reagrupamiento necesario para mantener el funcionamiento del sistema. Como lo indica su nombre, no pueden prevenirse.

El peligro de las desgracias inesperadas es buscar, dentro o fuera del sistema, a quien culpabilizar por lo sucedido, encontrar algo que alguien podría haber hecho para evitar lo sucedido, llevando a que se utilicen mecanismos de defensa y ataque, pasando por alta la tarea real de hacer un esfuerzo común y adaptarse a la situación.

3.1.2. **Crisis de desarrollo:** son aquellas que ocurren en respuesta a etapas normales del desarrollo, por lo que se trata de tensiones reales, universales y previsibles. Pueden poseer algunos rasgos encubiertos, al mismo tiempo que deberían ser manifiestas. Pueden representar cambios permanentes en el status y función de los miembros de la familia.

Algunos de estos cambios evolutivos son graduales y sutiles, mientras que otros pueden ser abruptos y dramáticos, algunos son determinados por las etapas biológicas, otros por condicionamientos de la sociedad. Dependiendo de la estructura familiar, estos cambios pueden llevar a los miembros del sistema a reaccionar de diferentes maneras, adaptándose a ellos u ofreciendo cierta resistencia.

En cada estadio de desarrollo, es inevitable una crisis de algún tipo. Existe, entonces, la obligación de adaptarse a la cambiante capacidad funcional o al estado emocional de la persona que entra en la nueva etapa de desarrollo. La respuesta natural de la familia ante el cambio puede ser de demora o de castigo y evitación.

Cuando la etapa se puede superar sin problemas, es porque se ha podido realizar un cambio de reglas relacionales entre los miembros del sistema. Las tensiones han encontrado una adecuada forma de canalización. Se denomina, entonces, *crisis evolutiva normal*. (Fernández Moya, 2010)

3.1.3. **Crisis estructurales:** son aquellas crisis concurrentes en las que se exageran de manera regular algunas fuerzas dentro de la familia. Es decir, se trata de fuerzas internas exacerbadas. Las tensiones se manifiestan y surgen de la misma estructura familiar, antes que de fuerzas extrínsecas o etapas del desarrollo por las que debe atravesar el sistema.

No son crisis que tengan lugar para producir un cambio, sino son esfuerzos para evitar que el cambio tenga lugar. Son familias que funcionan así, que cada tanto como respuesta a fuerzas internas, repiten la vieja crisis familiar. Ejemplos de éstas son las familias con algún miembro con adicciones, con intentos de suicidio, etc. Por lo general, son familias que se resisten al cambio.

También existen estructuras familiares específicas que vuelven peligrosas ciertas etapas del desarrollo: según se trate de matrimonios más o menos unidos o distantes, formales, turbulentos, las etapas que involucran el retiro de la vida activa, la emancipación de los hijos y el envejecimiento o muerte de alguno de los cónyuges, pueden tener consecuencias diferentes

3.1.4 **Crisis de desvalimiento:** también conocida como **crisis de cuidado** (Fernández Moya, 2010). Éstas ocurren en familias en las que uno o más miembros son disfuncionales y dependientes (niños, ancianos, inválidos). Éste mantiene atada a la familia con sus exigencias de cuidado y atención. Los cuidados pueden provenir del interior de la misma familia, que puede agotar sus recursos, o del exterior. Cuando esto sucede, la familia está sujeta a tensiones impredecibles que surgen de fuerzas que escapan a su control.

Las crisis de desvalimientos más graves tienen lugar cuando la ayuda que se necesita es muy especializada o difícil de reemplazar. Las más típicas se originan en el trato con personas cuya incapacidad física o mental es reciente y aun no aceptada. Tal es el caso de la senilidad en los adultos mayores.

En el caso de los matrimonios, Pittman (1990) expresa que hay algunos que se basan en disposiciones acerca de quién cuida a quién. Hay matrimonios desiguales, por lo tanto, particularmente inflexibles y propensos a la crisis. En estas parejas no hay negociaciones ni trueques entre iguales: a uno de los dos le gustan las cosas de determinada manera y así se mantienen.

4. LAS CRISIS DE DESARROLLO EN EL MATRIMONIO

El matrimonio es propenso a la crisis. Hay ciertos momentos en el desarrollo de una relación que tornan inevitables las crisis.

Cuando surge una crisis de desarrollo en el matrimonio, debe negociarse todo. Emerge, entonces, un matrimonio completamente diferente.

4.1 **Enamoramiento:** en el capítulo anterior se hablo de los tiempos que atraviesan las parejas. El primer tiempo corresponde al enamoramiento. Se trata de los comienzos del vínculo en que existe un estado de no diferenciación del uno con respecto al otro y hay una dependencia mutua, en lo afectivo y en lo sexual.

A medida que los miembros de la pareja van conociéndose más profundamente y de una manera más madura, este enamoramiento va llegando a su fin, dando lugar a una nueva etapa en la relación, en el que el sentimiento de amor que se experimenta es más realista y se acepta tanto lo positivo como lo negativo del otro y de uno mismo, percibiendo que el otro no nos va a dar todo. Si esta nueva realidad no es aceptada por ambos miembros, pueden surgir conflictos que llevan al fin del vínculo y una búsqueda constante de la completud a través del cambio de pareja.

4.2 **Pánico prenupcial:** se caracteriza por un detenimiento en las relaciones de cortejo o noviazgo para considerar las implicaciones de un inminente matrimonio. Se tiende a enfriar la relación, manifiesta u ocultamente, durante un tiempo en un esfuerzo para comprobar si aún es dueño de sí, si aún puede controlar su vida y destino y la distancia que pone entre él y su pareja. Este comportamiento no es exclusivo de los hombres, pero ellos son los que más tienden a realizarlo.

Si ante esta situación, el otro miembro entra en pánico y fuerza a que la relación continúe funcionando como hasta ese momento, quien se encuentra inseguro, puede darse cuenta que se pierde en esa relación y continúe poniendo distancia.

4.3 **Fin del romance:** es una etapa en la que sobreviene la conciencia repentina de que la persona amada no es más que otro ser humano. Los rasgos idiosincráticos de esa otra persona se vuelven irritantes, las diferencias entre cónyuges se transforman en fuente de conflicto. (Pittman, 1991). Se advierte que el cónyuge no es lo que se esperaba, la intensidad sexual ya no es la misma que antes, puede surgir el aburrimiento, también, junto con planteamientos acerca de si se hizo bien al casarse con esa persona en particular.

Si la relación entre los dos es buena, podrán reconocer esta etapa como el *fin del romance* y considerarla como el *principio del matrimonio*.

4.4 **El comienzo de la familia:** Los cónyuges comienzan a percibir que forman parte de algo mayor que la relación de pareja. En este momento suelen aparecer los hijos, como fruto del amor entre ambos, quedando constituida *una familia*, en la cual cada uno desempeñara nuevos y

distintos roles y funciones y se crearán una serie de normas y leyes que deberán cumplirse para el funcionamiento adaptativo de la misma. No son sólo los hijos los que expanden la familia: también los cónyuges pueden tomar conciencia de sus familias de origen y su repercusión en distintos aspectos de la relación del nuevo matrimonio.

La nueva pareja debe diferenciarse como una familia nueva y no como una ramificación de la antigua. Debe poder anteponerse el matrimonio ante cualquier otra cosa, sin que se vuelva preciso romper con la familia de origen.

Puede suceder que las mencionadas familias de origen de los cónyuges sean muy diferentes entre sí en lo que respecta a pautas, valores, normas y en las expectativas puestas en la pareja. Esto puede ser generador de conflictos, por lo que es conveniente que esta pareja pueda independizarse y diferenciarse, estableciendo límites y fronteras que le permitan funcionar de manera autónoma.

4.5 Parentalidad: si bien convertirse en padres implica una estabilización y consolidación del matrimonio, también se registran una serie de cambios drásticos. La pareja conyugal, pasa a ser pareja parental, debiendo cumplir nuevos roles y tareas designadas.

La parentalidad se practica mejor de a dos. Sin embargo, es más probable que uno de los progenitores (por lo general la mujer) centre su vida en ella. La mujer que pasa a cumplir el rol de madre, luego de un tiempo, puede empezar a sentir el peso de las responsabilidades. Debe cumplir con determinados mandatos, como lo es el de la crianza y cuidado de los hijos, el ocuparse de las tareas del hogar, satisfacer a su pareja, desempeñarse laboralmente, etc. También hay mujeres que dejan de lado este aspecto para dedicarse exclusivamente a la familia, restando tiempo para dedicarse al cuidado de su persona y no logrando la independencia que necesita para crecer.

En estas mujeres puede darse la creencia de que se ha convertido en “sólo una madre”, que ha perdido las demás facetas de su identidad. El conflicto en el matrimonio puede centrarse acá, en el reconocimiento por parte de uno o de los dos cónyuges de esta creencia.

4.6 El sexo decae: en el matrimonio, el sexo es muy importante, ya que puede ser visto como un adhesivo cuando las cosas no funcionan bien, un lubricante para puntos ásperos, un amortiguador de golpes. El sexo cumple todas estas funciones cuando existe una exclusividad sexual entre los cónyuges.

Por lo general, el sexo es más intenso al principio de la relación, pero a medida que esta progresa, la sexualidad también se va modificando. Hay etapas en las que se registra mayor nivel de estrés o de menos satisfacción, menor deseo y expresión sexual, lo cual ejerce influencia sobre la sexualidad.

Cuando los hijos han dejado el hogar paterno, han logrado su independencia y autonomía, las parejas se reencuentran cara a cara, como hacía mucho tiempo no se encontraban. Es posible pensar, entonces, en un aumento de la sexualidad e intimidad conyugal, debido a que disponen de más tiempo para compartir juntos.

4.7 Alcanzar la cumbre: esta crisis se manifiesta en la mediana edad, sobre todo en los hombres, que descubren que cuentan con tiempo limitado para lograr los objetivos que se han propuesto a lo largo de su vida. Erikson la denominó “crisis de generatividad”.

Se trata de un tiempo en que hace un inventario de la trayectoria personal, se revisa lo vivido hasta ese momento. A esta introspección, le sigue un cambio que puede consistir en un nuevo brote de ambición o en un nuevo cambio de rumbo hacia actividades más conectadas con el mundo real.

“Alcanzar la cumbre” implica una idea de que a partir de ese momento, todo irá cuesta abajo. En la actualidad, es la más frecuente. En los hombres, también es conocida como “menopausia masculina”, en analogía al cese de la etapa de producción ovárica que pone fin a la fertilidad de la mujer, como si a partir de esta edad no se pudiera producir nada más.

Probablemente, los hombres que se encuentren en esta etapa, se vuelvan egoístas y cueste mucho convivir con ellos. Tal vez han orientado su vida al triunfo, siguiendo patrones de éxito, y en este momento les sea difícil aceptar el fracaso.

La menopausia en la mujer implica una etapa de liberación, en la que se disfruta libremente del sexo, se tiene una nueva oportunidad para continuar o comenzar con una carrera universitaria o para llevar a cabo cualquier ambición que tuvo que ser postergada en tiempos anteriores. Si esta mujer menopáusica continúa con su vida con menos presiones y se encuentra frente a un hombre menopáusico, luchando contra los efectos de la edad, se produce una crisis, dado que estas personas, en estos momentos vitales son incompatibles.

4.8 Los hechos de la vida: esta crisis puede coincidir o no con la anterior. Implica un reconocimiento de realidades que pueden ser angustiantes: la vida matrimonial no es perfecta, el cónyuge y los hijos tampoco lo son, pasa el tiempo y uno va envejeciendo, los padres fallecen y todos vamos hacia el mismo destino. Hasta ahora, el camino ha sido ascendente pero ahora se comprende que la plenitud de la vida ha pasado. A partir de ahora, muchas cosas cambiarán.

Esta crisis implica una identificación con el envejecimiento, con la muerte de los propios padres y el reconocimiento del destino que aguarda. Advertir esto, puede producir angustia. Scher (1992, citado en Carmona Gonzalez, 2009) retoma a Freud, quien dice que “toda la vida es una preparación para la muerte”. Esto, en palabras del autor, se vuelve algo dolorosamente obvio para el progenitor que atraviesa la etapa del nido vacío, debido a que debe incorporarse esa realidad y

seguir adelante, llevando una vida plena. La partida gradual de los hijos, en algunos casos, que también se encuentra involucrada con el envejecimiento, facilita la aceptación de la mortalidad humana. La presencia de los hijos informa a los padres sobre su propia mortalidad. La partida hace que se contemple cuánto tiempo ha pasado ya y cómo la nueva generación se enfrenta a los mismos problemas a los que se enfrentaron los progenitores en épocas anteriores.

El efecto de esta crisis en el matrimonio puede ser drástico, sobre todo si uno de los cónyuges sobrevalora la juventud. Reconocer que se está casado con alguien que ha comenzado a envejecer, que sus energías ya no son las mismas de antes, puede llevar a temer que *los efectos de la edad sean "contagiosos"* y se prefiera tomar distancia ante esa realidad (por ejemplo, a través del divorcio, de mantener una relación con un/una amante más joven, con la adopción de una vestimenta y una actitud más juvenil).

4.9 Envejecimiento: llega un momento en la vida en que no podemos seguir haciendo las mismas cosas. El cuerpo no responde igual, la energía y fuerzas ya no son las mismas. Tarde o temprano, todos debemos envejecer.

Ya sea por enfermedades o por circunstancias de la vida, tal vez uno de los cónyuges termina cuidando al otro, siendo la ayuda un factor de gran importancia para ellos y causante de resentimientos si éstos no colaboran o se hacen presentes de alguna manera esperada por los padres.

Puede ser una época en la que uno pasa a ser el centro de su propia atención, liberándose de luchas, expectativas, competencias. Pero también, puede ser una época de tristeza. Erikson la denomina "etapa de la integridad en contraposición a la desesperanza", cuando la gente mira su vida en retrospectiva ya sea con orgullo o con resentimiento (Pittman, 1990).

En esta parte de la vida, es cuando se registra mayor contento en relación al matrimonio, se da la mayor intimidad marital, ya que los hijos ya han crecido, ya han armado sus vidas fuera del hogar paterno y la pareja ha quedado sola. Se registra un período de calma, en el que ya no hay preocupaciones por la atracción sexual, el desempeño sexual, el éxito en la pareja, en los hijos. Parecen detenerse en cuestiones del día a día, de encontrarse vivos y acompañados en el último tramo de la vida en común. Muchas parejas esperan con ansias estos años, haciendo planes para ellos, como individuos y como pareja. Puede desatarse una crisis si alguno de los dos cónyuges fallece antes.

CAPÍTULO 3

“Nido Vacío”

“Sí grito, porque ahora se puede gritar. Hace años que quiero gritar pero como no se puede porque los chicos duermen (...) ¿No te parece llamativo que los 3 hayan elegido carreras que solo se estudian a 10000 km de la casa de sus padres? ¿Qué hicimos mal?”

Escena de la película “El Nido Vacío”

En los capítulos anteriores, se hizo referencia al concepto de pareja y sus características, pasando también por los cambios que este sistema ha atravesado en el tiempo, los parámetros y funciones que la definen. También se hizo referencia a las etapas que atraviesan todas las parejas, también dentro de un marco más amplio, como lo es la familia.

En el presente capítulo, se intentará realizar una descripción del Síndrome del Nido Vacío, tal como es presentado en la bibliografía encontrada.

1. LA EMANCIPACIÓN DE LOS HIJOS. EL COMIENZO DEL FIN

Llegado el momento, los padres deberán atravesar la etapa de emancipación de los hijos. Tarde o temprano, bajo la forma que sea, los hijos dejan el hogar paterno y la casa, el nido, queda vacío. No se trata de una pérdida humana. Bajo ningún modo *se pierden* los hijos, si no, se trata más bien del natural desarrollo de las personas.

Cuando el último de los hijos se independiza y se va de casa, todo vuelve al punto cero. La pareja queda a solas, frente a frente. En ese momento hay tiempo suficiente para hablarse, amarse y disfrutar. Es la etapa de consolidación final de la pareja, que implica volver a elegirse, o no, definitivamente.

Cuando los hijos se van, cuando llega la jubilación, cuando vuelve la calma y solo queda verse frente a frente, muchas relaciones se quiebran en mil pedazos porque ya no hay nada que las sostenga. Cada uno de los miembros de la pareja se desconoce. Ni siquiera se toleran en muchos casos. Sin embargo, esta debiera ser una de las etapas más felices e íntimas de la relación. Es el momento de descansar juntos y disfrutar.

Al principio de una relación la pareja comienza sola. Después vienen los hijos, las costumbres, las obligaciones que constituyen una vida familiar. Pero no hay que confundir la pareja con la familia. Al final del camino serán los ojos del otro los que estén ahí y todo lo demás es transitorio.

El término “Síndrome del Nido Vacío” fue acuñado por Rose Oliver en la década del 1970, para referirse a la depresión que suele afligir a las mujeres que dedicaron su tiempo a la crianza de los hijos y al cuidado del hogar. Lo define como una profunda inhabilidad para enfrentar el estrés a partir del sentimiento de pérdida del rol maternal. (1976)

Carmona González y colaboradores (2009), utilizan el término *transición* en lugar de *síndrome*. La transición del nido vacío es considerada como una fase normal del desarrollo de la vida en pareja y consiste en la partida del último hijo del hogar. Gran parte de los estudios realizados con respecto al tema, se centran en la característica de *síndrome o trastorno*, que afecta en su mayoría a mujeres y está asociado al inicio del climaterio o el periodo de descenso de la producción de estrógenos a partir de la menopausia, entre los 40 y 60 años.

El síndrome del nido vacío ha sido descrito también como un factor que afecta el bienestar psicológico de la mujer por haber sido asociado a la depresión que causa el sentimiento de pérdida del rol parental. No obstante, también ha sido calificado como un período productivo y feliz en la mujer, debido a que puede invertir todo su tiempo en algo más que el rol parental.

Sotillo (citado en Carmona Gonzalez y col., 2009) afirma que es una desadaptación, un mal afrontamiento de una situación social actual y que puede etiquetarse como un trastorno afectivo enmascarado, de características depresivas, donde reinan los sentimientos de tristeza y pérdida. Muchas veces, las personas que lo padecen no son concientes de lo que les pasa, pero suelen delatarse con expresiones como “la casa está vacía”, “me falta algo”, “hay un silencio deshabitual”. El ser conciente de la situación es un paso hacia la adopción de medidas correctivas que supongan el afrontamiento de la situación.

Bates (1978, citada en Carmona Gonzalez y col., 2009) plantea que aunque la transición involucra tanto a hombres como mujeres, es a las mujeres a quienes les causa más angustia, depresión y estrés, debido a la pérdida de varios componentes en el rol de madres, que en algunos casos es el rol más importante en la vida de algunas mujeres. Por esta razón, esta etapa es vista como un cambio perjudicial en el bienestar físico y psicológico de la mujer.

El estudio realizado por esta autora plantea que los efectos del nido vacío sobre el bienestar son bastante ligeros y por lo general, desaparecen dos años después de producido el acontecimiento. En segundo lugar, no hay efectos de la transición sobre el bienestar físico pero sí un efecto positivo sobre el bienestar psicológico. En tercer lugar, plantea que atravesar esta etapa a destiempo, parece tener efectos adversos. (Bates, 1978)

Se refiere a esta etapa como un período de inmediata adaptación, seguido de un reajuste y finalmente, una elaboración de nuevos roles y patrones de interacción. Podría haber un efecto fuerte pero temporal en el comportamiento de las personas.

A nivel de la pareja, encontramos que esta etapa, en opinión de Sotillo (2000, citado en Carmona Gonzalez, 2009) es el momento de mayor vulnerabilidad en la pareja ya que, al partir los hijos surge un instante muy frágil para aquellas mujeres que han construido su proyecto vital sobre la base de la familia. La etapa del nido vacío y su transición, por más que afecte tanto a hombres como mujeres, por lo general, implica más a las últimas, sobre todo si ella se dedicó al cuidado del hogar y crianza de los hijos, siendo éstos sus papeles principales, olvidando tal vez, otras dimensiones de su vida.

Estas madres pueden sentir el “nido vacío” como un vacío en su identidad, al no haber construido otros espacios en su vida y no haber desarrollado otras situaciones personales. En este momento pueden surgir sentimientos de tristeza e inutilidad al no ser más responsables por los hijos. La relación fundamental se da con los hijos, lo que constituye una parte fundamental en la identidad femenina. Por el contrario, los hombres tienen un rol masculino basado en otros pilares, como por ejemplo, lo laboral. Es por esto, que si se da el caso de coincidir esta etapa de nido vacío con la etapa de jubilación, podría existir el riesgo para que los padres sientan más esta transición.

Algunos padres también sienten tristeza ante la partida de los hijos, pero también otros toman con alegría la nueva independencia de los hijos ya que implica la liberación de las responsabilidades materiales y psicológicas, pero también la satisfacción de ver realizados a los hijos.

Por otro lado, Silvestre (1996, citado en Carmona González y col., 2009) refiere que existe un reforzamiento de la pareja en la edad adulta, producto de la libertad que otorga el alejamiento de los hijos, la renovación de la sexualidad, el aumento de la intimidad y una valoración diferente de la relación, aunque esto parece más satisfactorio en los hombres que en las mujeres.

Hoffman (1996, citado en Carmona Gonzalez y col., 2009) afirma que en la mayoría de los casos la transición de la etapa del nido vacío resulta bien acogida por las parejas, ya que es vista como un período de independencia en el cual pueden retomar actividades que quedaron suspendidas por la llegada de los hijos.

Cornachione (2006, citado en Carmona Gonzalez y col., 2009) plantea que la transición también genera un desequilibrio en la pareja, debido a la ausencia de los hijos y la satisfacción que se supone genera su presencia. Ante la situación, los padres deben plantear ajustes en su relación a fin de evitar el vacío emocional.

Las vidas de las mujeres de mediana edad han cambiado y si bien, el síndrome sigue presentándose en algunos casos, ya no es tan común. Actualmente, la mujer ha asumido nuevos roles que le han permitido desarrollar su identidad personal más allá de la idea de la realización personal a partir de la maternidad. Además de ser madres, son profesionales, son mujeres que salen al mundo y ocupan lugares antes ocupados solo por hombres. (Pittman, 1991)

Esta situación difiere de aquellas mujeres que han desarrollado un escaso sentido de identidad personal. Se trata de aquellas mujeres que dedicaron su vida a la crianza de los hijos y al cuidado del hogar, aquellas que son “sólo madres”. Es en este momento evolutivo cuando comienzan los sentimientos de soledad, de inutilidad, pues ya no se tiene a nadie a quien cuidar. En palabras de Rose Oliver (1976), el problema no es el nido vacío, sino la *mujer vacía*.

Frank Pittman sostiene que “una mujer sentada en un nido vacío esta en un pequeño aprieto. La solución obvia sería acercarse más a su esposo y/o dedicarse más a su propia profesión u otros intereses” (1991:264). Cualquiera de los dos caminos puede implicar un conflicto marital o en el mejor escenario, una reestructuración del vínculo marital que ayude a atravesar esta etapa.

Sin embargo, es una época donde actúan muchas fuerzas. Pittman la denomina “los años peligrosos” (1991:264), coincidiendo con la menopausia, tanto femenina como masculina. Existe mayor riesgo de infidelidad, por parte de los hombres. En el capítulo anterior se hizo referencia a este momento (Ver “Crisis del Desarrollo en el Matrimonio”, capítulo 2). El hombre advierte que sus fuerzas declinan pero espera lanzarse a una última aventura en busca del éxito o de la juventud que se escapa.

Como toda crisis, este momento puede significar una oportunidad o una catástrofe. Oportunidad de reencontrarse en lo que los unió en un primer momento, en lo que los une ahora, en la realidad que los rodea, que les plantea un plus de tiempo libre y espacio privado, para ambos y para uno mismo. Un reencuentro que es una acomodación de dos individuos en transición. Un reencuentro que si no es posible, deriva en separaciones o divorcios, ya que lo que antes le dio continuidad a la pareja, ya no tiene sentido ante la ausencia de los hijos.

Esta etapa del ciclo vital, también puede coincidir con la jubilación, con el retiro de la vida activa. Pittman (1991) la considera como el punto de cambio más dramático. Una persona que fue productiva, activa, competitiva, ambiciosa, que fue útil a los demás, se comprometió con otros, ahora sin horarios ni las mismas ocupaciones. Se obtiene una libertad que no siempre es bienvenida. Si existe una buena relación de pareja de fondo, algo por lo que valga la pena quedarse en el hogar, la jubilación puede implicar un período muy satisfactorio. A partir de ahora, los miembros de la pareja pasaran más tiempo juntos, lo cual puede ser maravilloso o no. Pero también la jubilación puede ser un peligro para quienes no saben jugar, aprender o amar. El jubilado corre el riesgo de quedarse inactivo, aburrido, conservador, deprimido. Tal vez no haya nadie con quien divertirse.

Marido y mujer han atravesado ya muchas de las etapas del ciclo vital, han pasado muchos años juntos y han invertido tiempo, energía y recursos en la relación y en la familia que formaron. Han atravesado numerosos conflictos, pero han elaborado modos de interacción, reglas que les han permitido resolver o evitar resolver esos conflictos, para así mantener la estabilidad familiar y conyugal.

La partida de los hijos implica un nuevo ajuste del sistema familiar y conyugal. En muchas sociedades existen ceremonias que demarcan el destete de los padres y la definición del niño/adolescente como un adulto. Ejemplos de estas son las ceremonias de graduación de la escuela o universidad, la ceremonia de casamiento.

A partir de este momento, los padres deben aprender a relacionarse de otra manera con sus hijos. Pero también deben hacerlo entre ellos y con el cuerpo que va envejeciendo. Esto puede derivar en una acentuación en la rigidez de las pautas relacionales o cuestionamientos que las hagan cambiar.

1.1. CRISIS DE LA EMANCIPACIÓN

En algunos casos, la partida de los hijos se realiza de manera armónica, de común acuerdo. Pero también puede ocurrir lo contrario. En este sentido Pittman, plantea **“Crisis de la emancipación”** (1991:266). Refiere que en algunas familias en que los jóvenes no se van del hogar o fracasan en sus intentos de emancipación, sobreviene una crisis que puede superar a la del nido vacío:

- Nidos acogedores: sucede cuando el/los hijos no se van del hogar, pero esta situación no plantea ninguna incomodidad para los padres. La pauta del nido acogedor es característica de ciertas patologías (alcoholismo, esquizofrenia) pero no necesariamente debe ser así, pues existen ciertos grupos étnicos y culturales donde no existen patologías y esta pauta se presenta. También debe tenerse en cuenta la coyuntura económica en que la familia tiene su existencia. Los vaivenes de la economía, en nuestra sociedad, dificultan muchas veces la independencia de los hijos, lo cual retarda la salida del hogar.
- Nidos atestados: en estas familias, el hijo ya cronológicamente adulto pero no se va del hogar y ahí radica la tensión. El hijo es perfectamente competente para llevar una vida independiente pero se queda en casa, mientras sus padres se enfurecen contra el hijo o entre ellos. Tal vez los dos padres lo incitan a marcharse, pero si realmente los dos quisieran su partida, esta ocurriría. Tal vez uno o ambos padres lo están reteniendo, ya sea de manera manifiesta o encubierta. En el caso más típico, la madre se siente desdichada con su matrimonio y necesita del hijo para desactivar esa insatisfacción.
- Vuelos fatales: los hijos levantan vuelo pero pronto se desploman. Pueden registrarse suicidios, hechos delictivos que los llevan a la cárcel o internaciones psiquiátricas. Por lo general, se trata de madres exigentes, a las que nada las complace y sus maridos e hijos se ocultan de ellas. Se trata de familias dominadas por la infelicidad marital o posmarital de la madre, igual que en los nidos atestados pero con la diferencia que los hijos no pueden convivir con estas mujeres y los padres no ofrecen refugio alguno.

2. EL DUELO POR UNA ETAPA

En aquellas situaciones en las que algo considerado propio, queda sin posibilidad de ser o continuar de igual modo, la ausencia será conocida y sufrida como una **pérdida**. La pérdida es aquel período que se inicia ante una falta de algo valioso y valorado. Se pone en evidencia por una extensa gama de pensamientos, sentimientos o emociones y se expresa en conductas, que expresan de qué manera, cuánto, cómo afecta la pérdida producida. También puede manifestarse en la ausencia de las mismas. La pérdida implica algo que fue, pero ha dejado de ser (Fernández Moya, 2012).

La pérdida da lugar a un proceso, el **duelo**, que permite aceptar lo que ya no será posible. Al mismo tiempo, implica la adaptación a esa situación, muchas veces no deseada. Es importante destacar que la pérdida tiene un carácter definitivo.

Se denomina **Duelo** al “proceso (tiempo y adaptaciones necesarias) que deben realizar las personas, cada vez que de manera definitiva, se pierde aquello que ha sido y es valioso, desde un ser amado (por muerte, abandono o separación) hasta lo que uno cree que se trata de una oportunidad irrepetible” (Fernández Moya, 2012:30). Rupturas amorosas, mudanzas, despidos laborales, la muerte de un ser querido, hijo/s que se van del hogar, son situaciones, entre otras, que implican pérdidas, por lo tanto, procesos de duelo que deben atravesar las personas.

La pérdida, real o imaginaria, de la relación entre dos personas, puede producir en quien la experimenta, sentimientos, ideas, pensamientos, emociones diversas que conducen a conductas identificables que mantienen una relación con la pérdida experimentada. Son conductas identificables, también, con un cuadro de características depresivas. Sin embargo, el duelo no es una enfermedad, si no, un proceso por el cual, las personas deben reacomodarse a la nueva situación, sin contar ya con el objeto o ideal querido, deseado.

William Worden (citado en Fernández Moya, 2012) describe una serie de comportamientos en quienes consultan por pérdidas. Las divide en cuatro categorías:

- Sentimientos: tristeza, enojo, culpa y autorreproche, ansiedad, soledad, fatiga, impotencia, alivio, etc.
- Sensaciones físicas: vacío en el estómago, opresión en el pecho y garganta, hipersensibilidad al ruido, despersonalización, falta de aire, debilidad muscular, falta de energía, etc.
- Cogniciones: incredulidad, confusión, preocupación, sentido de presencia, alucinaciones
- Conductas: trastornos del sueño, trastornos alimentarios, conductas distraídas, aislamiento social, suspirar, hiperactividad desasosegada, llanto, etc.

El proceso de duelo facilita encontrar un nuevo sentido, una nueva identidad, un cambio de coordenadas. No es sólo un trabajo de emociones y sentimientos, sino que también exige una reorganización del sistema en los roles, límites y pautas de funcionamiento. Es un proceso gradual, que supone avances y retrocesos, fases entremezcladas, ya que la persona puede pasar por distintas etapas en las que experimenta shock, físico y psicológico, un proceso de negociación con la nueva realidad, sentimiento de depresión, culpa (hacia sí mismo, hacia otros), miedo, entre otros. Finalmente, la persona o sistema que atraviesa un proceso de duelo, puede llegar a una reintegración que le supongan nuevos intereses y relaciones, sueños y proyectos a futuro.

El duelo es una posibilidad de crecimiento personal y familiar. Cuando hemos vivido con una persona y nos hemos vinculado estrechamente a ella, parte de ella la hemos incorporado dentro, por lo tanto no se pierde. Lo recibido de ese vínculo seguirá en nuestra vida y dará frutos.

Como se dijo al comienzo del capítulo, es importante destacar que en esta etapa del ciclo vital lo que se pierde no son los hijos, ni la relación con ellos. Lo que ocurre es un proceso de transformación, de modificación de la relación entre padres e hijo/s, y también hay modificaciones en la relación entre los cónyuges.

El duelo por la partida de los hijos, es un proceso que debe atravesarse. Implica el cierre de una etapa y el paso a otra, nueva, diferente, con numerosas posibilidades. No debe ser negado porque permanecer más tiempo del adecuado en el mismo lugar, resulta disfuncional. La clave radica en comprender que la transición del nido vacío no es una catástrofe, ni un peligro, sino una posibilidad, una oportunidad para desarrollar otros aspectos, que quedaron en un segundo plano ante la llegada de los hijos o desarrollar nuevas habilidades, capacidades e intereses. También una oportunidad para reencontrarse con el otro, para aferrarse al compañero o para tomar caminos separados. Recordar aquello que los unió en el pasado y traerlo al presente para poder transitar juntos lo que resta del camino.

CAPÍTULO 4

Metodología

1. OBJETIVOS

Las preguntas de investigación que guiaron y dieron forma a los objetivos de trabajo de la presente tesina fueron las siguientes: ¿Cómo vive cada miembro de la pareja la partida de los hijos?, ¿cómo es el proceso de reestructuración conyugal? ¿Existen diferencias de género? ¿Cómo afecta a la pareja?

A partir de las mismas, se plantearon los siguientes objetivos que guiaron la investigación:

3) Objetivos generales:

- a) Describir cuáles son las crisis y cambios por los que atraviesa la pareja a través del ciclo vital

4) Objetivos específicos:

- a) Indagar acerca de cómo es la vivencia del nido vacío en cada miembro de la pareja conyugal y si existen diferencias de género.
- b) Evaluar diferentes experiencias frente a esta etapa del ciclo vital en función de distintas configuraciones familiares.

2. DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Para la presente investigación se propone un enfoque cualitativo, siendo éste inductivo, basado en el proceso mismo de recolección y análisis de los datos; es interpretativo, ya que el investigador hace su propia descripción y valoración de los datos (Hernández Sampieri, 2006). Este tipo de investigación busca explorar, describir y analizar, para luego generar perspectivas teóricas, que lleven a un entendimiento del comportamiento humano.

El diseño será de tipo Narrativo, en el cual se obtienen datos sobre las historias de vida y experiencias de ciertas personas para describirlas y analizarlas. Este diseño analiza a los individuos en sí mismos y en su entorno. Se usa cuando el objetivo es evaluar una sucesión de acontecimientos. Los datos se obtienen de autobiografías, biografías, entrevistas, documentos, entre otros y pueden referirse a toda la historia de vida de una persona o grupo, un pasaje o época de dicha historia o uno o varios episodios.

El investigador reconstruye la historia de la persona o cadena de sucesos desde los primeros hasta los últimos, de forma cronológica y luego los narra bajo su óptica y describe e identifica categorías y temas emergentes en los datos para su análisis. El elemento clave de los datos narrativos lo constituyen las experiencias personales, grupales y sociales de los actores. Cada uno cuenta su historia (Hernández Sampieri, 2006).

3. MUESTRA

Los participantes de la muestra fueron seleccionados a partir de ciertos criterios:

- Mayores de 50 años
- 30 años o más en pareja
- No convivir con ningún hijo

La muestra está conformada por 4 parejas, tres de ellas residentes en la Ciudad de Mendoza y una en la Ciudad de San Juan. Se tomo contacto con ellas de manera telefónica, explicándoles los objetivos y metodología de trabajo y se concertó un día para la toma de las técnicas. Las mismas fueron realizadas en el domicilio de los entrevistados.

Los participantes tienen entre 56 y 63 años (mujeres) y 59 y 64 años (hombres). Cuentan con un nivel socio económico de clase media.

En la totalidad de parejas, la mujer se dedicó exclusivamente a la crianza de los hijos y cuidado del hogar. Dos de ellas, tienen título universitario, aunque una de ellas nunca lo ejerció, mientras que la otra participante, alternó ambos roles. La tercera participante, al momento de la realización de las técnicas, se encontraba realizando su tesis de grado para la obtención del título universitario. Con respecto a los hombres, tres de ellos son profesionales, que han ejercido sus carreras y actualmente siguen ejerciéndola, con excepción de uno de ellos, recientemente jubilado.

4. INSTRUMENTOS:

Se utilizará como técnica de recolección de datos, la **entrevista semi dirigida**, a fin de poder abarcar distintas temáticas. Si bien se realizan preguntas ya establecidas, el entrevistado puede explayarse sobre puntos que desee o crea necesarios, mientras que el entrevistador puede profundizar sobre puntos que no han quedado claros. Esta técnica se aplicará a los miembros de la pareja en conjunto y será realizada por la autora del presente trabajo. Las preguntas serán formuladas según los objetivos del mismo y a partir del desarrollo teórico. A grandes rasgos, se indagará acerca de los cambios que han sufrido como pareja y como individuos, una vez que sus hijos dejaron el hogar, preguntando sobre sus proyectos de vida (individuales y de pareja), la resolución de conflictos, la división de tareas, cómo experimentaron la partida de los hijos, cómo fue el proceso de adaptación, etc.

También se utilizará la técnica de las **redes semánticas naturales**, con el objetivo de evaluar el significado psicológico de ciertos conceptos de manera válida y confiable y dar una explicación acerca de las relaciones entre los nodos conceptuales que componen la red (Figuroa 1980, citado por Valdez, 2004). Dicha técnica se aplicará de manera individual, pidiéndole a cada miembro que, en un lapso no mayor a los 5 minutos defina una serie de palabras-estímulo. En segunda instancia, se le solicitará que, a las definiciones proporcionadas, les dé una jerarquía. La flexibilidad de la técnica permite que las palabras presentadas para ser definidas no sean únicamente palabras sueltas o conceptos aislados, sino que se permite la utilización de preguntas o afirmaciones.

5. PROCEDIMIENTO METODOLÓGICO

La administración de la entrevista semi dirigida se hizo de forma conjunta a los dos cónyuges. Antes de comenzar con las preguntas, se les otorgó un formulario de consentimiento informado donde se explican los objetivos de la presente tesina y el procedimiento a seguir. Asimismo, se les pidió autorización para grabar el encuentro.

Para el procesamiento de datos obtenidos de la entrevista, se agrupó la información en categorías estructuradas y clasificadas en relación a la información expuesta en el marco teórico. Estas categorías fueron establecidas con anterioridad, el denominado “Procedimiento por casillas” (Bardin, L. 1996) y fueron las que delimitaron las preguntas a realizar:

- Proyecto vital: compartido e individual
- Cotidianeidad: acuerdos y pactos
- Relaciones sexuales: intimidad
- Comunicación. Proceso de negociación. Las discusiones enriquecen a la pareja
- Ciclo vital: destete de los padres
- Crisis de desarrollo: envejecimiento
- Trabajo
- En la pareja es esencial que cada uno mantenga y conserve su propia vida. Uso del tiempo libre
- Lados fuertes

Una vez finalizada la entrevista, se aplicó, de forma individual, la técnica de las redes semánticas naturales. Se les explicó la consigna a fin de evitar errores de comprensión.

En dicha técnica se les solicitó que definieran con una serie de palabras el siguiente estímulo: “¿Qué significó para usted como **HOMBRE** la partida de los hijos del hogar?”; “¿Qué significó para usted como **MUJER** la partida de los hijos del hogar?”.

En un segundo momento, se les pidió que a las palabras proporcionadas, se les diera una jerarquía.

El análisis de los resultados se lleva a cabo a través de la obtención de cuatro valores esenciales:

- Valor J: Indica la riqueza semántica de la red, ya que a mayor cantidad de palabras definidoras, mayor es dicha riqueza.
- Valor M: Señala el peso semántico obtenido para cada palabra definidora.
- Valor FMG: Indica en términos de porcentaje, la distancia semántica que hay entre las diferentes palabras del conjunto SAM.
- Conjunto SAM: Constituido por las quince palabras definidoras que obtuvieron mayores valores M totales. Se trata del núcleo central de la red, el centro del significado del concepto.

CAPÍTULO 5

Análisis y Presentación de resultados

De acuerdo a la finalidad del presente trabajo, teniendo en cuenta los objetivos y preguntas de investigación, es que se procederá a la presentación de los resultados obtenidos en ambas técnicas.

Los resultados obtenidos en las entrevistas realizadas, serán evaluados en función de las categorías propuestas en el capítulo anterior. Se presentarán de una en una, acompañadas de las viñetas más relevantes de cada entrevista, aquellas que han reflejado los puntos más importantes para el análisis de la temática propuesta.

Luego, se presentarán los resultados obtenidos a partir de la técnica de las redes semánticas naturales, con su correspondiente análisis. Primero se presentarán los resultados correspondientes a las mujeres y luego, a los hombres.

1. PRESENTACIÓN DE RESULTADOS CORRESPONDIENTES A ENTREVISTAS

1) Proyecto vital: compartido e individual

“Y uno se siente realmente pleno. Pero no es que deje de hacer, porque hicimos todo lo que debíamos hacer cuando quisimos hacerlo... Yo ya no compro proyectos ajenos, ahora hago lo que quiero hacer, lo que me gusta y acompaño a lo que quiero acompañar...”

“Tengo el rumbo en el cual direcciono, pero no tengo proyectos a largo plazo, porque la vida siempre me ha sorprendido llevándome más lejos de lo que yo me ha había propuesto. No son proyectos, son proyecciones...”

“Intelectualmente, seguir evolucionando, trabajando en la Universidad. Económicamente, seguir desarrollando, no porque necesite más, sino porque me divierte hacer cosas...”

“Mi proyecto real es disfrutar a través de los nietos lo que no disfrute de mis hijos, porque yo me perdí de mucho, esto de estar ocupado para proveer...”

“Yo permanentemente me siento bien y desarrollado. La satisfacción mía es llegar a la noche fundido y dormir 10 horas, si es que puedo... y también con la relación de pareja, levantarme y estar con una persona que disfruto. Disfruto de mis hijos, de mis empleados. Disfrutar es una actitud gozosa de la vida”

“Mi meta principal ahora es llegar a un transplante de pulmón para sobrevivir y seguir...”

“Tenemos proyectos a corto, mediano y largo plazo. Y si no sale este, hago este otro...”

“Hemos tenido siempre mucha plasticidad y creatividad. Hemos hecho de todo...”

“Nosotros tenemos un proyecto concreto de ir a conocer a nuestro nieto a Buenos Aires, que nace en Octubre...”

“... yo acabo de terminar un proyecto, lo estoy terminando... en el 2001 cuando estaban todos en la universidad, menos el menor (...) empecé a estudiar la Licenciatura en Literatura Moderna, en la Facultad de Filosofía y Letras. Se me alargo un poco, porque fueron años complejos y este año, por fin, hace 15 días, entregue el borrador de mi tesis... Así que ahora estoy haciendo la plancha... y con mis amigas, que también añosas han estado en la facultad, que algunas se han recibido y otras están ahí, estamos viendo cuál es el proyecto a seguir”

“Me gustaría seguir estudiando Portugués, me interesa, me gusta (...) Seguir atendiendo a mis nietos, a mis hijos y nueras. Aprender a coser, también, para mi nieta. Ahora tengo un motivo...”

“En lo personal... he vuelto a la construcción (...) Yo soy arquitecto y antes tenía una empresa constructora. (...) Estamos con una obra. Quiero que se agrande eso (...). También soy docente en la Universidad de Congreso, soy tutor y titular de la cátedra de Construcciones y ahora estoy interesado en ver de qué manera le podemos imprimir una dinámica distinta a la enseñanza en función de estos nuevos acontecimientos que estamos viviendo, las normas... me han hecho responsable ante la CONEAU del nuevo perfil del arquitecto...”

“en lo posible, cuando los nietos estén más crecidos, llevarlos a Disney...”

“... el mirarse permanentemente puede agotar, pero si vos miras en una misma dirección, siempre se renueva, siempre hay proyectos nuevos, hay vidas nuevas. A nosotros nos ha pasado, siempre hemos tenido entre manos una vida nueva en la cual proyectarnos, porque nos reconocemos... hasta en los nietos. Primero en los hijos, ahora en los nietos...”

“la vamos haciendo sobre la marcha”

“lo que quería, ya lo tiene”

“si hay un superávit, lo aprovechamos. Nos vamos por ahí, fuimos a las Cataratas, a Buenos Aires...”

“Sí nos gustaría a los dos ver la manera de estar más cerca de las chicas por un periodo más largo, unos seis meses, por ahí. Y ver si podemos terminar los arreglos de la casa, del jardín... eso que ves ahora, bueno... no nos gusta pero de a poco vamos haciéndolo”

El proyecto vital implica una representación de logro en un tiempo futuro. Son metas, intenciones, planes. Es un trayecto pensado *hacia adelante*. Existen dos aspectos del proyecto vital, lo individual y lo social, lo compartido.

En tanto proyecto vital individual, se registra en estas personas las ganas de seguir desarrollándose en la profesión que cada uno ejerce pero también, por ejemplo, desarrollar nuevas habilidades.

El aspecto compartido del proyecto implica tener una imagen organizada de un futuro compartido. Es el deseo de los miembros de la pareja de planificar una vida juntos, de realizar actividades juntos, tener objetivos y metas en común que puedan ser alcanzadas en un futuro, a partir de normas y pautas que se van estableciendo con el transcurso del tiempo. Uno de los proyectos compartidos más importantes de las parejas, son los hijos.

En estas parejas, existe este deseo mencionado anteriormente. Permanecer juntos, disfrutando el uno del otro, realizar viajes, compartir tiempo, proyectarse en su descendencia y en las próximas generaciones. El proyecto de crianza y cuidado de los hijos ha pasado a la cotidianidad, ha llegado a su fin. En este momento, entonces, es de crucial importancia la creación de un nuevo proyecto para poder continuar con el desarrollo y poder seguir teniendo metas en común, que son las cosas que motivan a continuar juntos. Aparecen entonces, como mencionan ellos, los deseos de viajar, de comprar un auto, de continuar desarrollándose en la profesión, de continuar los estudios, etc.

De las viñetas anteriores, se desprende también que en este momento vital que atraviesan las parejas, existe cierta tranquilidad con respecto a la concreción de los proyectos. Se trata de un “*querer*” hacer. Van viendo que es lo que se presenta en el camino y tratan de adaptarse a ello, lo cual requiere de cierta plasticidad y flexibilidad.

2) Cotidianidad: acuerdos y pactos

“Él es dominante, es el dominante de los dos, en las propuestas, la economía, los planes. Yo soy más complementaria...En la casa las directrices siempre las marca y marcó él. Yo voy más a los detalles, yo acompaño, me interiorizo en el tema, opino”

“Yo me levanto todos los días haciéndole bromas, ella me hace mimos. Todos los días es así. Si alguien nos viera... es muy divertido”

“Mi límite es que no me haga infeliz ningún día de mi vida, sea en la condición que sea, en la salud, riqueza, pobreza. Nadie tiene el derecho de arruinarte ningún día de tu vida...”

“No es que no nos permitimos, si no... Nosotros hace 14 años tuvimos una gran crisis de pareja. Nos separamos durante un año y medio, por ahí. Cuando firmamos el divorcio decidimos ir a festejar y el hecho es que todavía estamos festejando. La consigna es “la vida es un festejo”, a la relación de pareja hay que cuidarla y honrarla. Si uno no tiene una relación de pareja como si fuera un noviazgo, no existe. Se degrada. La intención nuestra es justamente esa...”

“Halagarnos mutuamente, todo el día, todos los días”

“Si estamos juntos hace 14 años es porque queremos, no porque tenemos niños, no tenemos contrato, nada... y el día que cualquiera de los dos se equivoque, bueno.... El otro tomará las medidas necesarias”

“ella es más teórica, investiga, estudia. Yo más en la práctica. Entonces, tiene una idea, me la tira, yo la ejecuto y ella la mejora. Nos divertimos con eso. Entre el aporte intelectual y lo práctico se van logrando los resultados y nos divertimos muchísimo...”

“Nosotros sentamos bases muy fuertes y principios que no eran negociables. En el sentido de que primero me recibo, después tengo trabajo, después nos casamos. Hasta que no tenga trabajo, no tengo familia...”

“Yo también ponía mis pautas. Nos vamos a casar y nos mantenemos nosotros, no nuestros padres. Hemos tenido que corregir muy poco, lo esencial. El noviazgo te da mucho para el futuro, lo trascendente...”

“...el grupo de matrimonios en Schoenstatt. También las salidas a comer... en la semana, dos o tres veces por semana salimos a comer. Solos, sí. A ver vidrieras...”

“buscamos cualquier motivo... los matrimonios amigos los tenemos para alguna salida eventual, que vamos al teatro...”

“lo habitual es que salimos los dos juntos”

“Él trae el dinero y yo me encargo de las compra”

“es más productivo mi trabajo acá en la casa, que he podido supervisar”

“es la función tradicional. Esa figura... el sistema es elegido. Porque nuestras madres, ambas, trabajaban. La madre de él tenía un negocio en el centro y mi mamá fue Asistente Social. El perfil que tenemos de familia es de madres que trabajaban fuera de casa.”

“Hemos crecido juntos, tenemos una visión de futuro... te diría, casi espontáneamente igual, porque no ha sido pensada. Ese compañerismo tanto tiempo ya nos hace pensar igual...”

“yo no hago un carajo... yo no estoy en todo el día en la casa, no se cocinar... se me muere la vieja y me muero de hambre”

“me elige la ropa, las medias, los calzoncillos porque si me pongo la ropa que a mí me gusta, no combina, entonces para que no me cague a pedos...”

“parezco un pollerudo, pero soy lógico”

“nos funciona”

“no fue un acuerdo pre matrimonial (...) Va ocurriendo con el tiempo. Van ocurriendo cosas que hay que solucionar de alguna manera van apareciendo estas maneras de actuar de cada uno...”

“mientras convivamos juntos, tratemos de hacer que las cosas salgan bien, busquémosle la vuelta. Lo que está malo, solucionarlo. Lo que esta bueno, mantenerlo y potenciarlo”

“almorzamos, cenamos, dormimos y andamos por ahí”

“la pasamos bien solos, aunque estemos mirando una película”

“Después que se fueron los hijos, solucionamos los problemas de que se fueron y todo eso y ahora estamos de 10. Le digo, “¿vamos a comer afuera? Y agarramos el auto y nos vamos, “¿vamos a tomar un helado al centro?” y nos vamos. Lo que no pudimos hacer de jóvenes, lo hacemos ahora”

“hace 15 años que estamos de luna de miel”

“Lo que pasa es que yo ahora... empecé a roncar de noche. Entonces, para no molestarnos, para poder descansar, nos dimos cuenta que habían dos habitaciones más en la casa, libres, asique ahora dormimos cada uno por su lado y santo remedio. ¡Si es solamente dormir! Alguna que otra persona nos dice que estamos locos, que cómo vamos a hacer eso... pero a ver, es solo para dormir... nos hacemos algunas visitas de vez en cuando, pero si hay que dormir, hay que descansar, ¿cuál es el problema?”

“No sé si es que somos muy aññados nosotros o qué... pero funcionamos así. Nos hacemos chistes, algún mimo...nos reímos mucho”

“Ella cocina, lava, ordena y yo quiero ayudarla, pero no me deja. Ella lo quiere hacer, asique la dejo...”

“Es que él no entiende que yo disfruto de hacer esas cosas, no lo hago porque tengo que hacerlo. Lo disfruto, me gusta, son mis actividades... Ojo, eso no quita que a veces quiera llevarme el desayuno a la cama y que lo haga, o que lave los platos o ayude con la limpieza alguna que otra vez...”

El parámetro de la cotidianeidad tiene que ver con “lo de todos los días”, aquello que no tiene que ser definido día a día. Se relaciona también con los lugares que ocupa cada miembro de la pareja, lugares mentales y vinculares, además de gustos, intereses, tiempos que comparten. Actúa como organizador de encuentros de desencuentros. Son cuestiones que son compartidas a partir de la creación de pactos y acuerdos, ya que cada miembro de la pareja proviene de una familia de origen en la que se manejan códigos propios. Por lo tanto en necesario ir armonizando lo que cada uno trae de su familia de origen, dando lugar a lo nuevo, lo propio de este nuevo sistema conyugal (“no fue un acuerdo pre matrimonial (...) Va ocurriendo con el tiempo. Van ocurriendo cosas que hay que solucionar de alguna manera van apareciendo estas maneras de actuar de cada uno...”; “mientras convivamos juntos, tratemos de hacer que las cosas salgan bien, busquémosle la vuelta. Lo que está malo, solucionarlo. Lo que esta bueno,

mantenerlo y potenciarlo”; “es la función tradicional. Esa figura... el sistema es elegido. Porque nuestras madres, ambas, trabajaban. La madre de él tenía un negocio en el centro y mi mamá fue Asistente Social. El perfil que tenemos de familia es de madres que trabajaban fuera de casa”; “Nosotros sentamos bases muy fuertes y principios que no eran negociables. En el sentido de que primero me recibo, después tengo trabajo, después nos casamos. Hasta que no tenga trabajo, no tengo familia...”; “Yo también ponía mis pautas. Nos vamos a casar y nos mantenemos nosotros, no nuestros padres. Hemos tenido que corregir muy poco, lo esencial. El noviazgo te da mucho para el futuro, lo trascendente...”).

Estas parejas tienen roles bien definidos, además de las tareas que cada uno realiza en el hogar y fuera de él. Por lo general, se trata de mujeres que se han dedicado a la crianza de los hijos y el cuidado de hogar, mientras que los hombres han desempeñado el rol de proveedor (“*Él trae el dinero y yo me encargo de las compras*”; “*es más productivo mi trabajo acá en la casa, que he podido supervisar*”; “*yo no hago un carajo... yo no estoy en todo el día en la casa, no se cocinar... se me muere la vieja y me muero de hambre*”; “*me elige la ropa, las medias, los calzoncillos porque si me pongo la ropa que a mí me gusta, no combina, entonces para que no me cague a pedos...*”).

La cotidianidad también nos habla de una estabilidad, ya que al ser establecida a través de pactos y reglas, determinan formas de hacer las cosas, maneras de comportarse. Esta estabilidad, fuente de encuentro entre los miembros de la pareja, también puede convertirse en cercenante, siendo repetitiva, rutinaria. Es por esto, que es importante que la pareja vaya introduciendo novedades en lo que respecta a su rutina, buscando lo divertido, lo nuevo. Esto puede darse, por ejemplo, a través de los tiempos y actividades que comparten ambos cónyuges. Esto se ve en estas parejas que a pesar de sus obligaciones y tareas diarias, se hacen un espacio para compartir en pareja ciertas actividades y hábitos, así como tener gestos cariñosos el uno con el otro (“*Yo me levanto todos los días haciéndole bromas, ella me hace mimos. Todos los días es así. Si alguien nos viera... es muy divertido*”; “*Halagarnos mutuamente, todo el día, todos los días*”; “*...el grupo de matrimonios en Schoenstatt. También las salidas a comer... en la semana, dos o tres veces por semana salimos a comer. Solos, sí. A ver vidrieras...*”; “*buscamos cualquier motivo... los matrimonios amigos los tenemos para alguna salida eventual, que vamos al teatro...*”; “*lo habitual es que salimos los dos juntos*”; “*la pasamos bien solos, aunque estemos mirando una película*”; “*hace 15 años que estamos de luna de miel*”; “*No sé si es que somos muy aññados nosotros o qué... pero funcionamos así. Nos hacemos chistes, algún mimo... nos reímos mucho*”).

Es posible pensar en una modificación abrupta de la cotidianidad de las parejas al encontrarse solos, una vez que los hijos partieron del hogar (“*Después que se fueron los hijos, solucionamos los problemas de que se fueron y todo eso y ahora estamos de 10. Le digo, “¿vamos a comer afuera? Y agarramos el auto y nos vamos, ¿vamos a tomar un helado al centro?” y nos vamos. Lo que no pudimos hacer de jóvenes, lo hacemos ahora*”). Muchas de las reglas y pautas anteriores, ya no sirven, por lo que es necesario introducir nuevas, a fin de poder encontrarse nuevamente y poder seguir creciendo y desarrollándose en el vínculo. Siendo parejas que han pasado muchos años juntos, que han compartido tantas cosas y a partir de la salida de los hijos, se encuentran solos, mirándose el uno al otro, es necesario encontrar una nueva modalidad de pareja, despojada ya del rol activo como padres. Una modalidad que les pertenezca a ellos, reglas que los haga funcionar en la intimidad de su hogar, que los haga únicos y les otorgue una estabilidad para sobrellevar la salida de los hijos y afrontar las siguientes etapas del ciclo vital, teniendo como proyecto en común, el deseo de permanecer juntos.

3) Relaciones sexuales: intimidad

“Frecuencia, menos”

“Quizás no estamos tan pegoteados como antes. En el sentido que... antes... yo siempre he sido muy manosero, ahora no tanto, pero sí, menos frecuencia. Mas amistad, menos pasión”

“También hay una cuestión orgánica mía, no es afectivamente, si no físicamente, la declinación. Hay declinaciones en ambas partes, son distintas en el hombre y en la mujer y las tratamos de solucionar de alguna forma o acordarlos...”

“Pero estamos en armonía, yo creo... dentro del ritmo”

“Yo me siento mejor ahora. Me siento con más libertad de decir sí o no. Cuando era más joven, estaba más obligada. Yo pensaba que si no era buena como sexualmente, en la cama...él se iba a ir con otra. Yo me sentía obligada muchas veces a sus demandas, a sus requerimientos. Ahora es más libre, más natural, más sincero también. Antes era como un deber-ser, obvio que nos gustaba pero... Por ahí estas cansada, no tenes ganas. A mí me importa mucho el clímax, la previa, y en el matrimonio con los chicos, no hay previa... como que te sentís obligada. Ahora, no. Si queremos hacer previa, la hacemos. Si no, no”

“cuando nosotros éramos jóvenes... es muy distinto. A mi particularmente me cambio bastante la vida... Yo tuve una operación de cáncer de endometrio en el 2010, me sacaron todo. Ahí uno tiene una diferencia, se nota uno... te sacan todo y bueno... hay una variación. Es lo que he notado... no es lo mismo cuando uno es joven, que tenes otro tipo de actividad física a después cuando uno va siendo mayor y después con la operación, que tiene sus consecuencias...”

“pero se complementa con otras cosas. Ahora vemos el noticiero juntos, vemos películas... No tiene importancia, veras que a través de los años hay cosas que se diluyen y quedan... la salud de ella es prioritario ante cualquier otra situación. La vida te va enseñando a qué darle importancia y a qué no”

“El trabajo de saber dar prioridades se hace también en la relación de la intimidad... yo hoy, me siento muy feliz si nos vamos a comer afuera, por ejemplo”

“somos Gardel nosotros... les pasamos la escoba a todos”

“está buenísimo. Como esta...esta buenísimo como estamos. Estamos bien, bien, bien en pareja. Esta espectacular”

“el sexo hace bien a la pareja. Es lo que mantiene unidos...”

“En eso nos llevamos muy bien. Por suerte tenemos siempre casi las mismas ganas de tener sexo. Ahora tal vez que estamos solos, hay más libertad...”

“Todo sigue funcionando perfecto. Tenemos más precauciones por la edad, ya no es como en la juventud que éramos pura hormona...”

Las relaciones sexuales dentro del vínculo de una pareja crean lazos de dependencia no solo sexual, sino amorosa y económica, también. Una relación sexual estable entre los miembros de la pareja está relacionada también con la tendencia monogámica, lo cual permite asegurar la confianza en la paternidad, asegurar el compromiso de la pareja, surgiendo características como la protección y la fidelidad.

En palabras de una de las parejas *“el sexo hace bien a la pareja...es lo que mantiene unidos...”*, ya que puede ser visto como un adhesivo cuando las cosas no funcionan bien, un amortiguador de golpes. Hay etapas en las que se registra un mayor deseo sexual, una mayor intensidad y frecuencia en las relaciones, pero a medida que el vínculo avanza en el tiempo, se registran también etapas de mayores niveles de estrés, menos satisfacción, deseo y expresión sexual.

Es posible pensar en un aumento en la intimidad de pareja una vez que los hijos dejaron el hogar paterno. Los cónyuges se encuentran cara a cara, disponen de mucho más tiempo que en etapas anteriores y la satisfacción ya no pasa por el rendimiento sexual, sino por el compartir con el otro y poder seguir conectados íntimamente.

Para estas parejas, la partida de los hijos les ha significado una mayor libertad a la hora de mantener relaciones. Ya no deben preocuparse por los ruidos, por la presencia de los hijos, por ocuparse de ellos ni atenderlos. Así como la *responsabilidad* que implica criar a los hijos ya no está, la *responsabilidad*, el *tener-que-tener* relaciones, ya no existe. Ahora son encuentros más libres, más naturales, más despojados de prejuicios, temores o inseguridades. (*“Yo me siento mejor ahora. Me siento con más libertad de decir sí o no. Cuando era más joven, estaba más obligada. Yo pensaba que si no era buena como sexualmente, en la cama...él se iba a ir con otra. Yo me sentía obligada muchas veces a sus demandas, a sus requerimientos. Ahora es más libre, más natural, más sincero también. Antes era como un deber-ser, obvio que nos gustaba pero... Por ahí estas cansada, no tienes ganas. A mí me importa mucho el clímax, la previa, y en el matrimonio con los chicos, no hay previa... como que te sentías obligada. Ahora, no. Si queremos hacer previa, la hacemos. Si no, no”; “En eso nos llevamos muy bien. Por suerte tenemos siempre casi las mismas ganas de tener sexo. Ahora tal vez que estamos solos, hay más libertad...”*).

Refieren también un mayor cuidado y conciencia de las limitaciones físicas por la edad, no obstante, no es un impedimento para ellos (*“Todo sigue funcionando perfecto. Tenemos más precauciones por la edad, ya no es como en la juventud que éramos pura hormona...”*; *“También hay una cuestión orgánica mía, no es afectivamente, si no físicamente, la declinación. Hay declinaciones en ambas partes, son distintas en el hombre y en la mujer y las tratamos de solucionar de alguna forma o acordarlos...”*; *“Pero estamos en armonía, yo creo... dentro del ritmo”*). En una de las parejas entrevistadas, la salud sí ha resultado un impedimento, ya que la mujer fue sometida a una operación por cáncer y partir de ahí, el parámetro de las relaciones sexuales se vio afectado. Sin embargo, los cónyuges lograron un acuerdo al respecto, en el que no importa la intimidad física, sexual, no es prioritaria para ellos, sino que pasa también por otro lado, por el acompañarse, por saberse cuidado, por el compartir actividades y tiempo juntos (*“cuando nosotros éramos jóvenes... es muy distinto. A mí particularmente me cambió bastante la vida... Yo tuve una operación de cáncer de endometrio en el 2010, me sacaron todo. Ahí uno tiene una diferencia, se nota uno... te sacan todo y bueno... hay una variación. Es lo que he notado... no es lo mismo cuando uno es joven, que tienes otro tipo de actividad física a después cuando uno va siendo mayor y después con la operación, que tiene sus consecuencias...”*; *“pero se complementa con otras cosas. Ahora vemos el noticiero juntos, vemos películas... No tiene importancia, veras que a través de los años hay cosas que se diluyen y quedan... la salud de ella es prioritario ante cualquier otra situación. La vida te va*

enseñando a qué darle importancia y a qué no”; “El trabajo de saber dar prioridades se hace también en la relación de la intimidad... yo hoy, me siento muy feliz si nos vamos a comer afuera, por ejemplo”).

4) Comunicación. Proceso de negociación. Las discusiones enriquecen a la pareja

“...Veo que nosotros tenemos muy buen diálogo, después de tantos años...conversamos y sabemos muy bien focalizar los temas...”

“Somos muy pensantes, muy críticos. Hacemos un ejercicio de frontón de ideas entre los dos. Siempre jugamos al policía bueno y al policía malo, en el sentido de tener una actitud positiva y negativa ante las cosas y nos vamos intercambiando los roles de “bueno y malo”...”

“Después lo charlamos, más tranquilos. El me pide perdón porque normalmente es él el que se las manda. En el sentido que es como que avanza para uno solo lugar, mirando hacia un solo punto y como que no entiende que hay otras cosas. Después cuando yo le digo las cosas cuando estoy enojada, es como que no me escucha. Escucha una sola cosa y mira una sola cosa... Niega, se cierra, va para un solo lado (...) Entonces es cuando tengo que armar el escándalo para que me escuche y entienda. Cuando se queda solo, me parece que se pone a recordar y a pensar en lo que le dije y yo ya le puedo decir no importa tanto, sigamos para donde vos vas, está bien. Un poco como que... vuelvo al sometimiento, a la historia, al que sea lo que él quiera. Ahí nos volvemos a encontrar...”

“Yo sí... soy bastante terco, pero las discusiones empiezan por un lado y terminan por otro. Lo dejo hasta que las cosas decantan (...) He descubierto que soy bastante perverso en el sentido que se cuales son los disparadores, como puedo desestabilizarla en lo que yo quiera. Cuando me doy cuenta que he usado una de esas estrategias, rebobino. Trato de ser bastante analítico. Me gusta ponerme en el traje del otro, porque pensó, porqué actuó, porqué dijo y así se puede ser más reflexivo (...) Hay que ser flexible en el pensamiento...”

“La idea es que si con posturas distintas podemos llegar a un acuerdo, hemos encontrado los mecanismos para no echarle nafta al fuego, sino esperar a que la nafta se consuma y ver que pasa... y eso es lo que normalmente pasa”

“Sabes lo aburrida que sería la vida sin una discusión, sin un entredicho...”

“Así como uno nunca se vio la nuca más que en el espejo, hay cosas que uno nunca ve en el otro y tenes que seguir descubriendo. Tampoco es un objeto, va a cambiar. Todos los días es una cosa nueva la pareja. Y uno también...”

“el tema es que tenemos dos temperamentos distintos. Él es más pasional, yo soy más reflexiva. No tengo explosiones... cuando era más joven, sí las tenía... Con los años, uno ha ido aprendiendo a acomodar las

cosas para que la convivencia sea armoniosa y que sea también agradable para los hijos y nietos. Antes, quizás uno estaba más... había más cuidado. Lo fundamental que buscamos es allanar el camino con nuestros hijos y nuestras nueras... eso es importantísimo, que entre ellos tengan una buena relación. No podemos andar teniendo berrinches nosotros.”

“yo creo que es una cuestión de objetivos en común. Mientras tengas objetivos en común... todo lo discutimos, lo charlamos a los efectos de compatibilizar intereses, donde están presentes nuestros hijos y nietos”

“y las crisis las hemos pasado y las hemos asumido, discutido, padecido a lo largo... no es que haya estado tapado, y de pronto explotan. No... Nosotros hemos ido explotando a medida que ha ido pasando y ha explotado en formas muy violentas, muchas veces. Violenta en el sentido de producir rupturas, fuertes. Rompimientos abruptos. Creo que eso ha servido para que a esta altura de la vida no tengamos esos procesos que algunas parejas tienen, que han estado postergando y de pronto se explota algo que ha estado tapado durante mucho tiempo...”

“nosotros hablamos, discutimos y listo. Centralizamos el problema, lo arreglamos y chau”

“lo importante es cómo te comunicas”

“hay que hablar, comunicarse, voy a hacer esto, lo otro...”

“hay cosas que se pueden conversar y llegar a una solución. Otras, que no...”

“en la pareja tiene que haber onda de las dos partes. Si vos sos discutidora y sos mi pareja, yo te voy a probar hasta dónde vas a discutir. Si me vas a pasar por encima, no te voy a discutir...”

“uno tiene que aflojar en algún momento, si no, me parece que es como una guerra todos los días...”

“Hablar, sí. Enriquece a la relación porque te pones de acuerdo. Si somos socios...”

“No tenemos así... discusiones grandes. Hablamos... tampoco es que bueno, nos sentamos y hasta que el tema no se soluciona, no te vas de acá...”

La pareja es un vínculo de intercambio, una relación de mutualidad donde las diferencias son reconocidas, por lo tanto no se intenta cambiar al otro, sino que se lo reconoce como distinto.

Se trata de un vínculo que se ve enriquecido por las diferencias y las similitudes. Además de complementariedad, en la pareja, debe existir cierta concordancia, cierta armonía entre dos diferentes que permita tener una base en común, acuerdos acerca del sentir, pensar, actuar. En este momento es en donde la negociación debe hacerse presente, a fin de poder establecer acuerdos, pactos, reglas que provean de un marco estable desde donde situarse. Un encuadre desde donde pararse a la hora de resolver situaciones, atravesar momentos de crisis, que otorgue armonía y estabilidad. La negociación implica la confrontación de las posturas de ambos miembros; la misma es un modo de enriquecimiento de la concordancia, una forma de encontrar una

síntesis entre pensamientos diferentes. Conlleva, a su vez, la capacidad de escuchar al otro y de tolerar la frustración de una existencia de una postura diferente a la propia. (*“La idea es que si con posturas distintas podemos llegar a un acuerdo, hemos encontrado los mecanismos para no echarle nafta al fuego, sino esperar a que la nafta se consuma y ver que pasa... y eso es lo que normalmente pasa”*).

La comunicación es, por esto, un aspecto fundamental en el vínculo de pareja. Hablar, escuchar, negociar, compartir y confrontar, proporciona la oportunidad de desarrollarse en el vínculo y con el mismo. De lo contrario, permanece solo lo formal, lo concreto, lo propio de cada uno, siendo esto enemigos de la armonía y compañerismo. (*“Así como uno nunca se vio la nuca más que en el espejo, hay cosas que uno nunca ve en el otro y tenes que seguir descubriendo. Tampoco es un objeto, va a cambiar. Todos los días es una cosa nueva la pareja. Y uno también...”*).

En las viñetas, aparecen la comunicación y la negociación como factores para el enriquecimiento y resolución de conflictos. En una de ellas, se plantea como esencial en su historia de pareja, aquello que les ha servido para poder pasar momentos de crisis muy importantes, crisis que podrían haber desestabilizado al sistema (*“y las crisis las hemos pasado y las hemos asumido, discutido, padecido a lo largo... no es que haya estado tapado, y de pronto explotan. No... Nosotros hemos ido explotando a medida que ha ido pasando y ha explotado en formas muy violentas, muchas veces. Violenta en el sentido de producir rupturas, fuertes. Rompimientos abruptos. Creo que eso ha servido para que a esta altura de la vida no tengamos esos procesos que algunas parejas tienen, que han estado postergando y de pronto se explota algo que ha estado tapado durante mucho tiempo...; “Hablar, sí. Enriquece a la relación porque te pones de acuerdo. Si somos socios...”*).

5) Ciclo vital: destete de los padres

“para nosotros el nido no está vacío. No es que se fueron los pollos. Nosotros los empujamos a que se fueran. Los armamos para el futuro, para la supervivencia. Siempre fue así. Ninguna planta crece al lado de un árbol... crece más allá”

“...hoy en día, aumento la expectativa de vida, entonces disminuye la etapa del nido vacío. Cuando los hijos se van del hogar, de pronto te das cuenta que te quedan 30 años, 40 años de vida...y puedes seguir haciendo cosas. Yo sufrí el nido vacío cuando fueron a jardín de infantes. Ahí te desprendes, te alejas. Ya empiezan a contar con otra persona más, que es la maestra...”

“Nosotros a su vez lo replanteamos y dijimos...perfecto, nuestro compromiso de pareja fue mantener, cuidar y estar al frente de los hijos hasta que se fueran, se recibieran. Ahora...cuando los chicos ya no estaban en la casa, si había alguna atadura que significaran los hijos, se rompía. De ahí en adelante, el funcionamiento de la pareja es en función de la pareja y no de los chicos o de los compromisos...”

“Desde mi punto de vista, hay mucha más armonía, más apoyo, mas solidaridad, porque antes siempre estaba la excusa de los chicos, que actuaban como tercer elemento. Ahora es ella o yo, no hay vuelta que darle. Para mí el estado actual es bastante bueno. Me preocuparía el día que no podamos disentir en algo...”

“A mí se me complica, me cuesta visualizarlo como que “no están los chicos”. Para mí, siguen estando. Son parte de...por ejemplo, en lo simple, lo cotidiano, yo muchas veces he tenido que interactuar en el medio para amortizar, para explicar a los chicos y al padre, los permisos y esas cosas...lo cotidiano. Eso se me ha simplificado, la labor...diplomática. Ahora digo lo que quiero, hago lo que quiero, pienso lo que quiero. Soy más directa. Tengo menos compromisos. No soy diplomática ahora. Si están los chicos, no peleas. Si están los chicos no hablas de economía, sexo...Pero estaba bueno ser un poco diplomático, no es tan malo. No podría decir si bueno o malo, es otra cosa...”

“Yo me siento mucho más vinculado ahora con mis hijos que cuando estaban acá. Porque acá era quien les imponía normas, era el ogro... y en este momento paso a ser el confidente, la persona que puede analizar desde un punto de vista distinto... Me hizo mucho bien. Me siento mucho más integrado que antes. Antes sentía el compromiso de estar... y no podía. Ahora, sin compromiso, estoy más vinculado afectivamente que antes. Los chicos me demuestran más cariño que antes, mas afecto, mejor trato. Yo me siento realmente feliz en este momento con los chicos y con la familia...”

“Lo más shockeante para nosotros... fue el fallecimiento de nuestro hijo de 21 años, que en 3 días se enfermó y se murió. Eso fue muy conmovedor y muy duro para toda la familia y seguimos adelante justamente por los hijos... A mí, que siempre lo digo, el sentimiento que me da es de misión cumplida, cuando parten. En el caso mío, en esta etapa de la vida estoy viviendo el futuro. Durante muchísimo tiempo, hubo que estar abocado a la formación, a la educación, a la independización de esos hijos y ahora es como ver esa realidad. No me da sensación de vacío, quizás sea porque al año de nacer el segundo hijo, yo dejé de trabajar, porque se pusieron complicadas las cosas y el trabajo mío no equiparaba la persona que podía tener acá para que asistiera el rato que no estaba, asique yo estuve acá en la casa, dedicada al cuidado de la casa y educación de ellos. Esa cosa impregnada que tengo de los chicos... de chiquititos... lo tengo asumido como misión cumplida, en esta altura.”

“yo... sinceramente, como todo lo hemos vivido en un proceso, no ha sido nada que se han retirado en forma inconciente o repentina, yo te diría que al ser proceso en todos los casos... han cumplido su noviazgo, han cumplido su etapa de presentación a los padres por parte de las chicas, hemos participado en todos sus problemitas de noviazgo...”

“para mi, algo esperado. Natural”

“tenemos más libertad”

“yo te digo que como proceso... a mí no me ha cambiado la vida. A mí personalmente no me ha cambiado, al contrario, creo que en este momento tenemos más unión, estamos más atentos el uno al otro”

“si, más atentos el uno al otro. Que si tomo las pastillas, que salimos o no”

“Como diría mi hijo más grande “Uuh el pá ahora debe estar más aliviado porque somos varios menos para comer”... viste la etapa esa... durante mucho tiempo, la presión del gasto que tenes que llevar, el sustento diario. La comida, la vestimenta, el colegio... son muchas cosas que a esta altura de la vida, estamos más aliviados en eso.”

“Lo que me costó sacar a flote a esta mujer...”

“de un día para otro, quedarme sola...”

“Después nos acostumbramos. Ya no sé si los recibiríamos de vuelta, vivimos muy cómodos”

“nos afectó a los dos”

“yo lo superé más porque estoy más tiempo afuera”

“te sentís triste, abandonado”

“sentimiento de dolor”

“es una cosa muy lógica... Tiene que ser así. Una semilla no germina al pie del árbol, tiene que ir más lejos del árbol”

“Yo no quería que se fueran, a mi no me molestaban, pero bueno...”

“Para mí, la partida de las chicas fue algo bueno. No cambiamos en nada. Ellas solitas vinieron y dijeron... nos vamos. Juntaron la plata, se ayudaron entre ellas... La mayor vino directamente con los pasajes y nos dijo que se iba. ¿Qué le íbamos a decir?...”

“es que... no sé... No sé qué sentimientos me produjo. Es que al criarlas con esta independencia, con libertad, era como... Bueno, vayan, vean el mundo, viajen, conozcan. Y cuando pasó lo de G... bueno, eso fue muy duro y fue otra cosa en realidad. Ella ya vivía con el novio, venía a comer acá a la casa. Tenía planes para irse también con el novio... pero bueno, pasó lo que pasó”

“G ya vivía con el novio. Acá venía a comer, sobre todo los domingos. Estaba. No dormía acá, pero estaba. Cuando falleció, ahí fue el “vacío”. Ahí realmente nos quedamos solos. Las otras chicas lejos... Nos quedamos solos”

La etapa del destete de los padres implica un período de crisis y como tal, requiere de una adaptación y aceptación de la partida de los hijos del hogar. Es el momento en que la pareja parental debe dar paso a la pareja conyugal.

En las viñetas presentadas, se ve reflejada la noción de ser “un momento esperado, natural, lógico” de la vida (“es una cosa muy lógica... Tiene que ser así. Una semilla no germina al pie del árbol, tiene que ir más lejos del árbol”; “para mí, algo esperado. Natural”; “yo... sinceramente, como todo lo hemos vivido en un proceso, no ha sido nada que se han retirado en forma inconciente o repentina, yo te diría que al ser proceso en todos los casos... han cumplido su

noviazgo, han cumplido su etapa de presentación a los padres por parte de las chicas, hemos participado en todos sus problemitas de noviazgo...”).

Siendo el redescubrimiento conyugal, el re-acercamiento del uno al otro y la renegociación de la relación, las tareas más importantes de esta etapa del ciclo vital, los cónyuges deben reelaborar reglas y pautas de relación, para poder atravesar esta transición y salir fortalecidos de la misma. (“*Nosotros a su vez lo replanteamos y dijimos...perfecto, nuestro compromiso de pareja fue mantener, cuidar y estar al frente de los hijos hasta que se fueran, se recibieran. Ahora...cuando los chicos ya no estaban en la casa, si había alguna atadura que significaran los hijos, se rompía. De ahí en adelante, el funcionamiento de la pareja es en función de la pareja y no de los chicos o de los compromisos...*”; “*Desde mi punto de vista, hay mucha más armonía, más apoyo, mas solidaridad, porque antes siempre estaba la excusa de los chicos, que actuaban como tercer elemento. Ahora es ella o yo, no hay vuelta que darle. Para mí el estado actual es bastante bueno. Me preocuparía el día que no podamos disentir en algo...*”)

Implica un duelo para los padres, especialmente para las madres. Como tal, conlleva sentimientos de tristeza, abandono, dolor, soledad, tal como se refiere en las viñetas (“*de un día para otro, quedarme sola...*”; “*nos afectó a los dos*”; “*te sentís triste, abandonado*”; “*sentimiento de dolor*”; “*Yo no quería que se fueran, a mi no me molestaban, pero bueno...*”; “*Lo que me costó sacar a flote a esta mujer...*”). No obstante esto, estas parejas refieren sentirse aliviados, libres de muchas responsabilidades, sobre todo las económicas, además de sentirse más unidos y acompañados por el otro (“*A mí se me complica, me cuesta visualizarlo como que “no están los chicos”. Para mí, siguen estando. Son parte de...por ejemplo, en lo simple, lo cotidiano, yo muchas veces he tenido que interactuar en el medio para amortizar, para explicar a los chicos y al padre, los permisos y esas cosas...lo cotidiano. Eso se me ha simplificado, la labor...diplomática. Ahora digo lo que quiero, hago lo que quiero, pienso lo que quiero. Soy más directa. Tengo menos compromisos. No soy diplomática ahora. Si están los chicos, no peleas. Si están los chicos no hablas de economía, sexo...Pero estaba bueno ser un poco diplomático, no es tan malo. No podría decir si bueno o malo, es otra cosa...*”; “*Yo me siento mucho más vinculado ahora con mis hijos que cuando estaban acá. Porque acá era quien les imponía normas, era el ogro... y en este momento paso a ser el confidente, la persona que puede analizar desde un punto de vista distinto... Me hizo mucho bien. Me siento mucho más integrado que antes. Antes sentía el compromiso de estar... y no podía. Ahora, sin compromiso, estoy más vinculado afectivamente que antes. Los chicos me demuestran más cariño que antes, mas afecto, mejor trato. Yo me siento realmente feliz en este momento con los chicos y con la familia...*”; “*tenemos más libertad*”; “*yo te digo que como proceso... a mí no me ha cambiado la vida. A mí personalmente no me ha cambiado, al contrario, creo que en este momento tenemos más unión, estamos más atentos el uno al otro*”; “*si, más atentos el uno al otro. Que si tomo las pastillas, que salimos o no*”; “*Como diría mi hijo más grande “Uuh el pá ahora debe estar más aliviado porque somos varios menos para comer”... viste la etapa esa... durante mucho tiempo, la presión del gasto que tenes que llevar, el sustento diario. La comida, la vestimenta, el colegio... son muchas cosas que a esta altura de la vida, estamos más aliviados en eso.*”). En pocas palabras, a pesar de lo negativo que pueda implicar esta etapa, este desprendimiento de los hijos, las parejas evaluadas han podido encontrar aspectos positivos que ayudan a sobrellevar la fase, a fortalecer a la pareja y a cada uno de los miembros.

Existe la conciencia de tener mucho tiempo por delante para disfrutar de a dos, entienden que todavía pueden realizar numerosas actividades y que la partida de los hijos no es el fin del ciclo, sino el fin de una etapa y el principio de otra. (“*...hoy en día, aumento la expectativa de vida, entonces disminuye la etapa del nido vacío. Cuando los hijos se van del hogar, de pronto te das cuenta que te quedan 30 años, 40 años de vida...y puedes seguir haciendo cosas. Yo sufrí el nido vacío cuando fueron a jardín de infantes. Ahí te desprendes, te alejas. Ya empiezan a contar con otra persona más, que es la maestra...*”).

Dos de estas parejas sufrieron la pérdida de un hijo. En ambos casos fue un suceso totalmente inesperado. En una de las parejas, se trato de la hija menor, que a pesar de ya no convivir con ellos, estaba muy

presente en el día a día. A partir de su fallecimiento, es que ellos sintieron el peso de la etapa. (*"G ya vivía con el novio. Acá venía a comer, sobre todo los domingos. Estaba. No dormía acá, pero estaba. Cuando falleció, ahí fue el "vacío". Ahí realmente nos quedamos solos. Las otras chicas lejos... Nos quedamos solos"*).

6) Crisis de desarrollo: envejecimiento

"a mí me preocupaba el tema del mantenimiento de todo. El físico, la casa, los autos y yo dije... bueno, vos te construiste un castillo de arena y viene una ola y te lo derrumba. Pero viene otra ola y te trae cosas del océano. La vida está también ahí, en lo que viene y va... Los castillos siempre se van a derrumbar pero te tenes que divertir mientras haces el castillo y no llorar porque se derrumban. Es lo que te va a suceder. El mantenimiento va a llegar un momento que no lo vas a poder mantener, se te va a caer la casa, el físico... pero es así. Hay que aceptar los ciclos."

"nos vamos deteriorando..."

"ay... primero que empezás a perder dientes, la vista, tonicidad... es como tener un auto viejo... yo soy creyente y uno lleva el cachivache y lo que tracciona es el alma... El sostén espiritual es muy importante para todas las vicisitudes que nos ha tocado vivir. El envejecimiento uno... reconoce que es el deterioro físico, sobretodo. Si vos tenes el empuje interior hacia lo espiritual, lo intelectual, en la medida que tenes ese entusiasmo, el envejecimiento... es parte de la vida. Particularmente, no me niego a la vejez"

"Lo que no me gusta y hago esfuerzos para no llegar al final, deteriorada. Hago esfuerzo para mantener buena salud, estar activa y no deprimirme porque en buena hora que cumplo años".

"yo entiendo que envejecer pasa por no tener objetivos y no generar nuevos. Esta el deterioro físico y si uno lo comprende, lo dimensiona y lo sabe llevar con madurez e inteligencia, no es trascendente. Pero sí creo que es muy deteriorante el no tener objetivos..."

"la vejez es un estado mental, más que nada. Como dice él, de perder la capacidad de hacer proyectos, perder la capacidad de disfrutar, de tener ganas de reunir"

"la imagen es de 60 pero tengo el alma de 25..."

"el espejo te delata..."

"no me molesta. Es el precio que hay que pagar por estar vivos..."

"yo le tengo un poco de miedo. Miedo de que uno no se pueda movilizar, que tenga que depender pero... yo me siento de 20 años. Voy a hacer lo que hago en el gimnasio y estoy con las pibas que tienen 16, 17 años que no podían creer que tuviera 55 años"

“cuando llega la noche te das cuenta que no tienes 20 años, el cuerpo ya no es el mismo, ya no rendís igual”

“Le tengo miedo al dolor, a envejecer con dolor, que tengas alguna enfermedad que te cause dolor... lo demás no me representa problema.”

“A mí tampoco... es lo natural. Vamos haciendo en la medida que podemos. Cuando no podamos más, bueno... veremos. Yo me cuido, hago en la medida que el cuerpo me lo permite. Por ejemplo, tengo problemas en la rodilla. Si estoy mucho tiempo agachado, o sentado o le pongo mucha fuerza, siento dolor y me cuesta caminar un poco... a mí que me gusta salir a andar en bicicleta, eso a veces me juega en contra”

Envejecer es difícil. Aceptar la progresiva pérdida de capacidades físicas, corporales, mentales puede implicar una crisis para quien lo vive.

Las viñetas anteriores refieren una conciencia acerca del paso del tiempo y las consecuencias que esto trae. Pueden expresar sus miedos con respecto al envejecimiento, las cosas que no desearían que pasaran. (*“Le tengo miedo al dolor, a envejecer con dolor, que tengas alguna enfermedad que te cause dolor... lo demás no me representa problema.”*; *“yo le tengo un poco de miedo. Miedo de que uno no se pueda movilizar, que tenga que depender pero... yo me siento de 20 años. Voy a hacer lo que hago en el gimnasio y estoy con las pibas que tienen 16, 17 años que no podían creer que tuviera 55 años”*).

No obstante esto, aceptan este proceso como algo natural de la vida y por lo tanto, lo viven así, a pesar de los miedos. Reconocen que hay cosas que ya no pueden hacer las mismas cosas que épocas anteriores, que les acarrearán distintas dolencias, físicas, por ejemplo. (*“cuando llega la noche te das cuenta que no tienes 20 años, el cuerpo ya no es el mismo, ya no rendís igual”*; *“A mí tampoco... es lo natural. Vamos haciendo en la medida que podemos. Cuando no podamos más, bueno... veremos. Yo me cuido, hago en la medida que el cuerpo me lo permite. Por ejemplo, tengo problemas en la rodilla. Si estoy mucho tiempo agachado, o sentado o le pongo mucha fuerza, siento dolor y me cuesta caminar un poco... a mí que me gusta salir a andar en bicicleta, eso a veces me juega en contra”*).

Envejecer no implica dejar de producir. Se pueden seguir llevando a cabo proyectos, formulando objetivos, desarrollando capacidades, siempre teniendo en cuenta las limitaciones que se van presentando. Para una de estas parejas, el envejecer no pasa principalmente por lo físico, que lo toman como algo natural, sino por la pérdida de la capacidad de generar objetivos nuevos. (*“Yo entiendo que envejecer pasa por no tener objetivos y no generar nuevos. Esta el deterioro físico y si uno lo comprende, lo dimensiona y lo sabe llevar con madurez e inteligencia, no es trascendente. Pero sí creo que es muy deteriorante el no tener objetivos...”*; *“la vejez es un estado mental, más que nada. Como dice él, de perder la capacidad de hacer proyectos, perder la capacidad de disfrutar, de tener ganas de reunir”*).

Reconocer el paso del tiempo, aceptarlo como algo natural, permite también, liberarse de expectativas, de luchas, de competencias, pasar a ser el centro de la propia atención, no teniendo que demostrar nada a nadie. Las preocupaciones por el rendimiento sexual, el éxito de la pareja, los logros laborales, pasan a un segundo plano y pueden concentrarse en otras cosas, más relacionadas al día a día y al sentirse acompañados. (*“No me molesta. Es el precio que hay que pagar por estar vivos...”*; *“la imagen es de 60 pero tengo el alma de 25...”*)

7) Trabajo

“ella es arquitecta, yo soy ingeniero, entonces hemos compartido trabajo”

“Hemos trabajado juntos, lo seguimos haciendo. Las mismas cátedras, juntos durante 25 años...”

“Vos nos hablas del nido vacío y para mí el nido vacío es algo que no tuve. Siempre estuve trabajando. Lo siento como algo que no tuve...”

“Esa antigua idea del “nido vacío”... en realidad nosotros fuimos lo que dejamos primer el nido porque salimos a trabajar. No sabes cómo nos reclaman ahora, que los dejábamos solos, que los mandábamos solos a la escuela, o M.S nos dice que ella tenía que llevar al dentista a M, que ella le retiraba las libretas de la escuela...”

“trabajo más tranquilo, trabajo menos y con iguales recursos. En este momento estoy con la constructora, que la estamos armando, con la Universidad y soy director del EPAS, tengo un cargo público. Atiendo las tres cosas... te diré con grandes gratificaciones porque las cosas se cumplen, con satisfacción. Tengo tiempo para dedicarle a la familia, tengo muchas preocupaciones, es cierto... pero no las transmito acá”

“Trabajé de administrativa en el Instituto de Vitivinicultura y después en Arredo, trabaje un tiempo como vendedora... Y ahora, este último tiempo he dado clases preparando alumnos para el ingreso a la Universidad, por el tema de lectura y comprensión de textos”

“...Yo no estoy en todo el día en la casa. Trabajo por mi cuenta...”

“...tengo un taller de chapa y pintura. Vengo en las noches, al mediodía a almorzar y ella estaba todo el día y estaba con los chicos, con los amigos de los chicos...”

“trabajo más tranquilo ahora, ya no tengo que pagar la facultad de nadie, ni la escuela, ni el auto...”

“no es una cosa que me urja la plata”

“por ahí me falta tiempo para hacer lo que quiero...”

“una amiga de ella le ofreció un trabajo informal, ad honorem. Ella me consulto, me dice “¿qué te parece?” Dale, metele, vamos. Para mi resultado perfecto porque era la idea de sacarla de la casa...”

“A partir del trabajo y la independencia, empecé a moverme más, a trabajar todos los días”

“El trabajo... sí... igual, sin cambios. Es que la ida de las chicas, no cambió en nada nuestra rutina, nuestras cosas... tuvimos que acostumbrarnos a cosas nuevas en realidad, pero lo básico no cambió. Ahora, con la jubilación... tengo más libertad, puedo dedicarme a los hobbies. Hay mas disfrute. Tengo la libertad de saber que si empiezo algo, lo puedo terminar mañana, o pasado o cuando sea.”

“Él no es de esas personas que se jubilan y no saben qué hacer, que siguen trabajando para no deprimirse. No, él es multiuso, entonces, arregla el jardín, agarra un pedazo de madera y lo trabaja, acá en el barrio hay muchas mujeres solas, así que lo llaman para que les ayude en algo o para que les arregle cosas y allá va...”.

El trabajo, además de ser fuente de ingresos económicos, es también fuente de desarrollo personal. Se puede pensar en una modificación de la dimensión laboral una vez que los hijos dejan el hogar. Esta modificación puede tratarse de un aumento o disminución en la cantidad de horas trabajadas, también una modificación en los propósitos por los cuales se trabaja.

En el caso de una de las parejas, una vez que quedaron solos, el trabajo se volvió un recurso para llenar el vacío que dejó la partida de los hijos. Esto, tanto para el hombre como para la mujer. Ella comenzó a trabajar a partir de la salida de los hijos, hecho que la marcó negativamente y fue para ella una crisis muy difícil de atravesar. Encontró en su actividad un lugar y un recurso para mantenerse ocupada y para poder obtener cada vez más independencia, ya que le significa dinero que puede invertir en ella misma y también relacionarse con personas, fuera del hogar. Le significó una oportunidad para reconstruir su identidad, ya que su rol principal había sido el de madre y ama de casa. (*“una amiga de ella le ofreció un trabajo informal, ad honorem. Ella me consulto, me dice “¿qué te parece?” Dale, metele, vamos. Para mi resultado perfecto porque era la idea de sacarla de la casa...”*; *“A partir del trabajo y la independencia, empecé a moverme más, a trabajar todos los días”*). Una situación similar, ocurrió con otra de las mujeres, que también se desempeñó principalmente como ama de casa y se dedicó a la crianza de los hijos. Al partir los hijos, tomó la decisión de comenzar una carrera universitaria y a partir de los conocimientos adquiridos, actualmente da clases para el ingreso universitario (*“Trabajé de administrativa en el Instituto de Vitivinicultura y después en Arredo, trabajé un tiempo como vendedora... Y ahora, este último tiempo he dado clases preparando alumnos para el ingreso a la Universidad, por el tema de lectura y comprensión de textos”*). La diferencia entre ambas es que la primera mujer, tuvo su primer trabajo remunerado una vez que los hijos partieron del hogar, mientras que la segunda, ya había tenido experiencias laborales, pero por circunstancias familiares, decidió dedicarse a los hijos y al hogar. La identidad de la primera mujer estaba basada exclusivamente en ser madre-esposa-ama de casa.

En el caso de otra de las parejas, tanto hombre como mujer, se han desarrollado como profesionales y hasta el día de hoy, lo siguen haciendo. El trabajo les ha funcionado como lugar de encuentro, ya que comparten las clases, equipos de trabajo, etc. Es un punto en común para ambos miembros de la pareja. Ellos refieren no haber sentido tanto el impacto de la etapa del Nido Vacío porque siempre estuvo el trabajo presente, con las obligaciones que ello implica. (*“ella es arquitecta, yo soy ingeniero, entonces hemos compartido trabajo”*; *“Hemos trabajado juntos, lo seguimos haciendo. Las mismas cátedras, juntos durante 25 años...”*; *“Vos nos hablas del nido vacío y para mí el nido vacío es algo que no tuve. Siempre estuve trabajando. Lo siento como algo que no tuve...”*; *“Esa antigua idea del “nido vacío”... en realidad nosotros fuimos lo que dejamos primer el nido porque salimos a trabajar. No sabes cómo nos reclaman ahora, que los dejábamos solos, que los mandábamos solos a la escuela, o M.S nos dice que ella tenía que llevar al dentista a M, que ella le retiraba las libretas de la escuela...”*). Hoy sienten que el haber dedicado tanto tiempo al trabajo, les quito tiempo para otras cosas y reciben los reclamos de los hijos.

A partir de la salida de los hijos, estas personas registran una modificación en la dimensión laboral. Sienten una liberación de responsabilidades materiales y económicas, por lo tanto, el ingreso económico no es una cuestión de urgencia. Se trabaja con otros fines (*“trabajo más tranquilo, trabajo menos y con iguales recursos. En*

este momento estoy con la constructora, que la estamos armando, con la Universidad y soy director del EPAS, tengo un cargo público. Atiendo las tres cosas... te diré con grandes gratificaciones porque las cosas se cumplen, con satisfacción. Tengo tiempo para dedicarle a la familia, tengo muchas preocupaciones, es cierto... pero no las transmito acá”; “trabajo más tranquilo ahora, ya no tengo que pagar la facultad de nadie, ni la escuela, ni el auto...”; “no es una cosa que me urja la plata”)

La etapa del destete de los padres también puede coincidir con el retiro de la vida activa, la jubilación. Puede ocurrir que una persona no esté preparada para asumir este gran cambio, por lo tanto, representa toda una tarea a cumplir, especialmente, si el tiempo que se le dedicó al trabajo, fue mayor al dedicado a otros ámbitos de la vida.

En una de estas parejas, el hombre, había obtenido recientemente su jubilación. A partir de este momento, refiere sentir mayor libertad, lo siente como una etapa de satisfacción en la que puede ocuparse de distintas tareas, sin tener la presión de cumplir con tiempos estipulados. (“El trabajo... sí... igual, sin cambios. Es que la ida de las chicas, no cambió en nada nuestra rutina, nuestras cosas... tuvimos que acostumbrarnos a cosas nuevas en realidad, pero lo básico no cambió. Ahora, con la jubilación... tengo más libertad, puedo dedicarme a los hobbies. Hay más disfrute. Tengo la libertad de saber que si empiezo algo, lo puedo terminar mañana, o pasado o cuando sea.”; “Él no es de esas personas que se jubilan y no saben qué hacer, que siguen trabajando para no deprimirse. No, él es multiuso, entonces, arregla el jardín, agarra un pedazo de madera y lo trabaja, acá en el barrio hay muchas mujeres solas, así que lo llaman para que les ayude en algo o para que les arregle cosas y allá va...”). Para ellos, la partida de los hijos no significó ninguna modificación en la dimensión laboral, ya que habían educado a sus hijas para ser independientes económicamente desde jóvenes, por más que convivieran todos bajo el mismo techo.

8) En la pareja es esencial que cada uno mantenga y conserve su propia vida. Uso del tiempo libre

“el hecho de haber formado a los chicos, desde nosotros mismos habernos formado muy independientes... Yo no necesito de ella y ella no necesita de mí. No hay dependencia. Y al no haber dependencia hay amistad, compañerismo, afecto”

“cuando ella tiene que salir, supongamos, al club del libro, con las amigas... yo me siento abandonado. Es un nido destruido porque no me deja ni comida...”

“siempre le dejo la cena... hace 16 años que tengo un grupo de amigas que les gusta la lectura, son reuniones una vez al mes. Nos juntamos una vez en cada casa... hemos formado una biblioteca que pertenece al club del libro...”

“ella va al gimnasio. Yo no tengo tiempo para ir y no me gusta...”

“me gusta hacer muchas cosas de manualidad y me gusta trabajar en mi casa, entonces me queda la noche nada más para eso...”

“por ahí me dan ganas de irme a tomar mate o te con mis amigas y me voy...”

“Yo me juntaba con mis amigas, primero en la tarde, después en la noche y a mí me daba vergüenza que la gente me viera salir sola de noche, que le dijera que salía de noche y por ahí no me gusta que él se quede solo...”

“No es que no me dejara ir. Yo no quería ir para no dejarlo solo y no me gustaba que la gente me viera salir sola de noche. Pero ahora... ya le dejo todo preparado, todo listo y me voy...”

“Ahora sale, vuelve a las 3 de la mañana... se juntan cada tanto, y yo le digo que vaya, ¿qué se va a quedar haciendo acá? Vuelve con otros aires.”

“Él me espera, conversamos, nos reímos...”

“La verdad es que no tenemos ninguna actividad en común, más que alguna que otra salida de noche, que tampoco son tantas porque no nos gusta salir de noche.”

“Mmm.... No... la verdad es que a mí me gusta el campo, la montaña, irme a pescar y a ella, no le gusta absolutamente nada de eso. Entonces yo ya sé que no cuento con ella. Agarro mis cosas y me voy. Ella tiene un par de amigas con las que viaja...”

En estas viñetas se hace visible que los miembros de las parejas evaluadas realizan actividades de manera individual, independiente a la vida en pareja. Estas actividades que realiza cada uno, hacen al crecimiento individual, también al vincular. No es necesario hacer las mismas actividades, ni estar todo el tiempo juntos para demostrarse los sentimientos ni para ser considerados “pareja”. (*“ella va al gimnasio. Yo no tengo tiempo para ir y no me gusta...”*; *“por ahí me dan ganas de irme a tomar mate o te con mis amigas y me voy...”*; *“cuando ella tiene que salir, supongamos, al club del libro, con las amigas... yo me siento abandonado. Es un nido destruido porque no me deja ni comida...”*; *“siempre le dejo la cena... hace 16 años que tengo un grupo de amigas que les gusta la lectura, son reuniones una vez al mes. Nos juntamos una vez en cada casa... hemos formado una biblioteca que pertenece al club del libro...”*; *“No es que no me dejara ir. Yo no quería ir para no dejarlo solo y no me gustaba que la gente me viera salir sola de noche. Pero ahora... ya le dejo todo preparado, todo listo y me voy...”*; *“Mmm.... No... la verdad es que a mí me gusta el campo, la montaña, irme a pescar y a ella, no le gusta absolutamente nada de eso. Entonces yo ya sé que no cuento con ella. Agarro mis cosas y me voy. Ella tiene un par de amigas con las que viaja...”*).

Mantener una vida social, o realizar diversas actividades de gusto personal, implica una cierta independencia, libertad de poder hacer lo que uno desea hacer, lo que le trae gratificación o le significa crecimiento. En estas parejas de larga data, esto funciona como factor de diversidad, les trae temas de conversación, los aleja un poco de las responsabilidades diarias, haciendo que se sientan más unidos.

9) Lados fuertes

“nuestra pareja está sustentada en el compañerismo. Siempre hemos sido compañeros, en todo...”

“Tenemos confianza total en el otro. Nunca dude de él... para nada”

“Somos amigos, confidentes, la lealtad con el otro... eso es muy importante. Somos muy honestos”

“sí... la tolerancia. Como recurso, la tolerancia. Y como necesidad, el compañerismo”

“Nosotros tenemos a la pareja como recurso. Nosotros hemos tenido problemas a bolsadas en estos 37 años y cuando más mal hemos estado, económicamente o lo que fuera... hemos estado muy bien los dos en pareja”

“siempre nos hemos tenido confianza uno en el otro. Nunca, nunca celos”

“nosotros mismos tenemos mucha confianza en nosotros. Ella siempre me ha tenido muchísima confianza y eso que yo trabajaba en los colegios, con chicas, con mujeres... y nunca un reclamo, celos. Nada. Eso es lo bueno de nosotros, que yo sé que puedo irme sin tener que pedir permiso. Y la realidad es que me voy pero siempre tengo ganas de volver. Ella me da motivos para volver.”

“Te diré que yo soy más práctico, tengo el empuje necesario para hacer las cosas y en eso se apoya ella, vamos para adelante. Lo más importante entre nosotros es la confianza y el ser realista con las cosas...”

Los lados fuertes son aquellos recursos identificados que se utilizan para resolver dificultades, para poder sobrellevar el estrés, las crisis que se van presentando a lo largo de la vida.

En estas parejas, se enumeran como lados fuertes la confianza, el compañerismo, la lealtad, la honestidad, la tolerancia. También se destaca como recurso al mismo vínculo de pareja, al compañero de vida.

Las situaciones que pueden presentarse a lo largo del ciclo vital son innumerables, de distintas naturalezas. Estas parejas, cada una con sus características particulares, llevando más de 30 años juntos, han sabido identificar estos recursos y ponerlos en funcionamiento cuando se han detectado situaciones de tensión o crisis que debieron sortear para poder seguir adelante y poder encontrarse en este momento de sus vidas, unidos, juntos, planeando objetivos y proyectos en común.

2. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS CORRESPONDIENTES A REDES SEMÁNTICAS NATURALES

MUJERES

Valor J: 22. Número total de palabras obtenidas.

Valor M: multiplicación de la frecuencia de aparición por la jerarquía asignada a cada palabra.

Conjunto SAM: Conjunto determinado por las 15 palabras con los mayores Valores M

Valor FMG: porcentaje que indica la distancia de cada una de las palabras definidoras con respecto al núcleo de red (palabra representada con el 100%)

CUADRO N °1: Resultados obtenidos de las Redes Semánticas Naturales aplicadas a MUJERES.

¿QUÉ SIGNIFICÓ PARA UD. COMO MUJER LA PARTIDA DE LOS HIJOS DEL HOGAR?			
<i>Definidoras</i>	<i>Valor M</i>	<i>Valor FMG</i>	<i>Categoría</i>
TRISTEZA	14	100%	NÚCLEO DE RED
DOLOR	12	85%	ATRIBUTO ESENCIAL
DESPRENDIMIENTO	11	78%	ATRIBUTO SECUNDARIO
FELIZ	10	71%	
PUNTO	10	71%	
SATISFACCIÓN	10	71%	
VACÍA	10	71%	
ACOMODAMIENTO	9	64%	
CAMBIO	9	64%	
DISFRUTAR	9	64%	ATRIBUTO PERIFÉRICO
ALEGRÍA	8	57%	
EXPECTATIVA	8	57%	
LOGRO	8	57%	
ÉXITO	7	50%	
MIEDOS	7	50%	

Se puede observar que el núcleo de la red semántica para las mujeres se define por la palabra “**Tristeza**”. Lo que más representa al estímulo presentado es este sentimiento. A partir de esta palabra, se desprende el atributo o significado esencial al núcleo: aparece **Dolor (85%)**. Luego, como atributos secundarios aparecen **Desprendimiento (78%), Feliz (71%), Punto (71%), Satisfacción (71%), Vacía**

(71%), **Acomodamiento (64%), Cambio (64%), Disfrutar (64%)**. Por último, en la zona de atributos periféricos, se observan las palabras **Alegría (57%), Expectativa (57%), Logro (57%), Éxito (50%), Miedos (50%)**.

No se observan significados personales.

HOMBRES

Valor J: 18. Número total de palabras obtenidas.

Valor M: multiplicación de la frecuencia de aparición por la jerarquía asignada a cada palabra.

Conjunto SAM: Conjunto determinado por las 15 palabras con los mayores Valores M

Valor FMG: porcentaje que indica la distancia de cada una de las palabras definidoras con respecto al núcleo de red (palabra representada con el 100%)

CUADRO N °2: Resultados obtenidos de las Redes Semánticas Naturales aplicadas a HOMBRES.

¿QUÉ SIGNIFICÓ PARA UD. COMO HOMBRE LA PARTIDA DE LOS HIJOS DEL HOGAR?			
<i>Definidoras</i>	<i>Valor M</i>	<i>Valor FMG</i>	<i>Categoría</i>
SATISFACCIÓN	19	100%	NÚCLEO DE RED
ESPERANZA	17	89%	ATRIBUTO ESENCIAL
ALEGRÍA	17	89%	
TRISTEZA	16	84%	
ORGULLO	14	73%	ATRIBUTO SECUNDARIO
MADUREZ	10	52%	ATRIBUTO PERIFÉRICO
CRECIMIENTO	9	47%	
SOLEDAD	9	47%	
ABANDONO	8	42%	
RESPONSABILIDAD	8	42%	
VACÍOS	8	42%	
VIDA	7	37%	SIGNIFICADO PERSONAL
INQUIETUD	6	31%	
NATURALEZA	6	31%	
NIETOS	6	31%	

Para los hombres, lo que más representa al estímulo presentado es la sensación de **“Satisfacción”**. A partir de este núcleo de red se desprenden los atributos esenciales al mismo: **Esperanza (89%), Alegría (89%), Tristeza (84%)**. Como atributo secundario, con el 73% aparece **Orgullo**. En la zona de atributos periféricos, surge **Madurez (52%), Crecimiento (47%), Soledad (47%), Abandono (42%), Responsabilidad (42%), Vacíos (42%)**.

Por último, en la zona de significados personales, es decir, aquellos significados no compartidos por los sujetos, aparecen las palabras **Vida (37%), Inquietud (31%), Naturaleza (31%), Nietos (31%)**

Comparando los resultados obtenidos en las mujeres y en los hombres, se puede observar que las mujeres fueron quienes dieron más palabras definidoras para el estímulo presentado. En otras palabras, la red correspondiente a las mujeres tiene mayor riqueza semántica.

El núcleo de red para este grupo está dado por la palabra **“tristeza”**, mientras que los hombres definen el núcleo con la palabra **“satisfacción”**. De esto se desprende que para ambos grupos la partida de los hijos les provoca sensaciones o sentimientos contrapuestos. Si tenemos en cuenta lo expuesto en el marco teórico, esto puede deberse a las concepciones de maternidad y paternidad arraigadas en la cultura y los roles atribuidos, históricamente, tanto para hombres como mujeres.

Para las mujeres, aparece como atributo esencial al núcleo la palabra **“dolor”**. La partida de los hijos es una experiencia triste que les causa sentimientos de dolor, ya que en la mayoría de los casos, el rol principal que ocuparon fue el de madre/ama de casa, por lo que verse despojada de ese rol, les provoca estos sentimientos ya mencionados.

En los hombres, como atributos esenciales, se registran sentimientos de **“tristeza”**, pero está precedido en los resultados por las definidoras **“esperanza” y “alegría”**, es decir que la partida de los hijos del hogar paterno implica sentimientos positivos, en franca contraposición a las mujeres. Podría pensarse que éstos surgen a partir de ver y presenciar la realización de los hijos, que pueden seguir su propio camino y que para los padres, representa también un momento de liberación de responsabilidades, tanto económicas como materiales. Es una experiencia triste, pero este sentimiento no les impide ver al mismo tiempo, el lado positivo de la misma.

Como atributos secundarios al núcleo de red para las mujeres, aparece el **“desprendimiento”, “feliz”, “punto”, “satisfacción”, “vacía”, “acomodamiento”, “cambio”, “disfrutar”**. Para estas mujeres, la partida de los hijos del hogar representa un momento de cambio en su historia personal y familiar, una experiencia que las hace sentirse vacías, tal vez, porque dedicaron muchos años de su vida al cuidado de los hijos, siendo este rol de madre, un pilar fundamental en su identidad como mujeres. Las palabras **“cambio”, “acomodamiento”, “desprendimiento”**, hablan del proceso que estas mujeres han tenido que atravesar y aceptar como natural de la vida, para poder, luego referirse al hecho con palabras como **“satisfacción”, “feliz”, “disfrutar”**. Podría pensarse, entonces, en el proceso de duelo, que tuvieron que atravesar para poder elaborar y aceptar finalmente la partida de los hijos del hogar paterno, viendo el lado positivo y los beneficios que esto puede traerles.

Por otro lado, vemos que como atributo secundario al núcleo, en los hombres aparece la palabra **“Orgullo”**, sumando a la noción de satisfacción, alegría, esperanza y tristeza que la partida y realización de los hijos provoca en ellos.

En la zona de atributos periféricos para las mujeres, se observa la aparición de **“alegría”, “expectativa”, “logro”, “éxito” y “miedos”**. Para ellas, la partida de los hijos también es un momento alegre, con sentimientos de éxito, logro por la tarea realizada durante tantos años. Es un momento que genera incertidumbres y expectativas por lo que vendrá a partir de este cambio, a partir del desprendimiento de los hijos del nido paterno. Expectativas también dadas por las posibilidades que les otorga el momento de cambio, tanto de desarrollo personal, como vincular.

Para el grupo conformado por los hombres, los atributos periféricos al núcleo implican **“madurez”, “crecimiento”, “soledad”, “abandono”, “responsabilidad”, “vacíos”**. Estas palabras se encuentran alejadas semánticamente de aquella ubicada en primer lugar. Aparecen los vacíos que los hombres sienten ante la partida de los hijos, la soledad que esto implica, que puede generar sentimientos de tristeza, mencionados anteriormente. La madurez, el crecimiento podrían tratarse de ganancias que los hombres ven en el proceso de partida de los hijos del hogar.

En la zona de significados personales para los hombres, es decir, aquellos significados no compartidos por los sujetos, aparecen **“vida”, “inquietud”, “naturaleza”, “nietos”**. La partida de los hijos es un proceso natural, lógico y esperable de la vida, que entre otras cosas, implica para las generaciones mayores, el pasaje a un nuevo rol, el de abuelos, a partir de la aparición de los nietos.

3. DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Retomando el trabajo realizado por Carmona González y colaboradores (2009), teniendo, también, en cuenta los datos recolectados en las entrevistas y las redes semánticas naturales, la etapa del Nido Vacío efectivamente es un factor que afecta el bienestar psicológico de la mujer, ya que se encuentra asociado a los sentimientos que genera la pérdida del rol parental.

Siguiendo a Sotillo (citado en Carmona González y col, 2009), es una época donde reinan los sentimientos de tristeza y pérdida. En las viñetas relatadas por mujeres y en su correspondiente análisis de las redes semánticas, esto último fue muy claro, ya que “Tristeza” fue aquella definidora con más peso, es decir, se instaló como núcleo de la red. A partir de esta palabra, de este sentimiento, se desprenden las restantes. Muy cerca de ella, se ubicó “Dolor” y “Desprendimiento”. Estas tres palabras, se puede pensar que están asociadas a la experiencia de la pérdida del rol y que son consecuencias del trabajo de duelo que debieron realizar.

También se encontraron coincidencias con los aportes realizados por Elizabeth Bates (1978), ya que esta autora plantea que la transición del Nido Vacío afecta tanto a hombres como mujeres, pero a estas últimas es a quienes les provoca mayores sentimientos de angustia, depresión, estrés, por la pérdida de varios componentes en su rol de madres. En las parejas entrevistadas, el rol de madre se presentaba como el más importante en la vida de esas mujeres, siendo una parte fundamental en su identidad como mujer, por lo que

verse liberadas de las responsabilidades que conlleva ese rol, y no teniendo, por ejemplo, otras actividades fuera del hogar, o proyectos personales que realizar, les provocó cambios perjudiciales en su bienestar físico y psicológico. De acuerdo con lo expresado por Bates, los efectos del nido vacío sobre el bienestar son ligeros y desaparecen progresivamente, acompañados de la elaboración de nuevos roles y patrones de interacción, ya sea con el medio que las rodea o con la pareja. Tomando en consideración las viñetas expresadas por las mujeres en las entrevistas, a partir del momento en que los hijos dejaron el hogar tuvieron que replantearse su vida y cómo la habían vivido hasta ese momento y pensar en las modificaciones que debían llevar a cabo para poder seguir adelante. En una de ellas, los efectos se presentaron con mucho peso, ya que para esta mujer fue muy duro aceptar la partida de los hijos, ya que toda su vida se encontraba centrada en ellos y el cuidado del hogar, en detrimento de otras áreas de la vida. Pasado cierto tiempo y gracias a la ayuda de su entorno, consiguió salir adelante y encauzar su deseo en otras actividades fuera del hogar que, actualmente, las sigue cumpliendo con mucha satisfacción.

A partir de los resultados de las entrevistas y redes semánticas, se encontró que, para las mujeres, también representa un período feliz y productivo, dado que pueden dedicar más tiempo a otros ámbitos de su vida que pueden haber quedado relegados, como por ejemplo, comenzar o retomar su vida laboral, para empezar una carrera universitaria, de desarrollarse en algún ámbito de su deseo. A pesar de la tristeza y dolor que pudo significarles la partida de los hijos del hogar, de las dificultades que tuvieron que atravesar para acomodarse a la situación, pueden ver el lado positivo de la etapa y ver las oportunidades que esta etapa les trae. Estos resultados coinciden con lo expresado por autores citados en el trabajo de Carmona González y col. (2009).

En la investigación de David Olson (1991) se expresa que las mujeres alcanzan el puntaje más bajo de satisfacción con respecto a la familia en la etapa de Emancipación de los hijos, lo cual refuerza lo expuesto anteriormente. Una vez que pueden atravesar la transición, que pueden ir aceptando progresivamente la salida de los hijos del hogar, aceptar que han quedado solas con su pareja y que es el comienzo de una nueva etapa, cargada de nuevas oportunidades y horizontes, es que comienzan a sentirse más satisfechas, tanto con la familia como con la pareja.

Con respecto a los hombres, se encontraron coincidencias en lo expresado en Carmona González y col. (2009), ya que los hombres que participaron de la muestra refieren haber sentido dolor y tristeza por la separación de los hijos, es decir, también sufrieron esta transición. Sin embargo, lo toman, principalmente, como un momento de satisfacción y esperanza, además de verlo como un momento lógico y esperable. La partida de los hijos del hogar, les implicó para ellos la liberación de muchas responsabilidades tanto económicas como materiales, ya que en todos los casos el hombre fue el principal sustento del hogar. Para ellos, es un momento de alegría, ya que los hijos siguen su propio camino, tal como hicieron ellos en algún momento.

Siguiendo esta línea, los resultados de esta tesina coinciden también con lo que expresa David Olson (1991), quien expone que existen mayores niveles de satisfacción con respecto al matrimonio y la familia en las últimas etapas del ciclo vital, es decir, en la etapa del “nido vacío” y la etapa del “retiro”, cuando los cónyuges ya se encuentran solos. Los hombres se sienten más satisfechos que las mujeres con la calidad global de la propia vida en estas etapas del ciclo vital. Ellos, teniendo otros pilares en su vida, como por ejemplo, la vida laboral, no sintieron los efectos de la transición de manera brusca, sino que este recurso los ayudó a sobrellevarlo con más facilidad.

La etapa del destete de los padres implica la entrada en un período de crisis, como en toda etapa de transición del ciclo vital de la familia. No implica sólo la noción de dejar ir a los hijos, aceptando que deben hacer su vida, lejos del hogar paterno, sino también implica un re-encuentro en el vínculo de pareja. Es una crisis que como tal, requiere de una adaptación y una revisión de las reglas y pautas hasta el momento, mantenidas.

La pareja parental debe dar paso a la pareja conyugal, poniendo en práctica los mecanismos de negociación y resolución de conflictos y en ciertos casos, reformulándolos. Retomando a Puget y Berenstein (1989), la pareja matrimonial, designa una estructura vincular entre dos personas. La pareja tiene elementos definitorios que permiten referirse a ella como una estructura con un alto grado de especificidad. Es alrededor de estos parámetros que se establecen relaciones contractuales. Los parámetros, a su vez, van sufriendo modificaciones a través del tiempo, dadas por el hecho que la pareja no permanece estática, sino que va modificando su funcionamiento, sus reglas, sus pautas de la relación a medida que pasa el tiempo y las distintas circunstancias de vida, como lo es por ejemplo, la partida de los hijos del hogar.

Este hecho plantea una modificación del parámetro de la Cotidianeidad. Muchas de las reglas y pautas de relación ya no son funcionales por lo que es necesario introducir nuevas, teniendo como proceso base, la negociación y la confrontación. A partir de este momento, cuentan con más tiempo para poder pasar juntos, para compartir actividades y gustos, aspectos que hacen también al parámetro ya mencionado. Esta modificación sirve para encontrar y poner en marcha una nueva modalidad de pareja, ya despojada del rol activo de padres. Esta modalidad debe contar con nuevos lugares, nuevas reglas y pautas que permitan que la pareja pueda funcionar en la intimidad de su hogar, pero también que les permitan participar de la nueva vida de los hijos. La cotidianeidad como aquella fuente de estabilidad que les permite encontrarse, pero que también puede convertirse en fuente de desencuentros, si no se introducen pautas que impliquen la novedad, lo divertido, modificaciones en su rutina. Después de haber pasado tantos años al lado del compañero, de conocerse tanto, de compartir, es posible que aparezca el tedio, el aburrimiento, la rutina. Si a esto se le suma el hecho de los hijos partiendo del hogar, puede resultar en rupturas de vínculo, ya que no hay nada que los mantenga unidos, nada que les provoque continuar en él. Sin embargo, en las parejas entrevistadas, se refleja una constante introducción de novedades en la cotidianeidad. Esto, a través de salidas juntos, de actividades en común, viajes planeados, simples gestos, como caricias, chistes, charlas. Después de tanto tiempo, estas parejas entrevistadas todavía encuentran motivos para volver al compañero y seguir apostando a la relación.

Una pauta novedosa también pueden ser las actividades que cada miembro de la pareja realiza por separado. Estos tiempos que cada uno invierte en actividades, salidas, proyectos o intereses individuales, también son fuente de enriquecimiento para el vínculo de pareja. Con los cambios que han ido modificando a las parejas a través del tiempo, hoy en día se pone en valor que cada miembro mantenga una vida por separado de la vida en pareja. Y esto, no es señal de desamor. Esto permite que cada uno pueda desarrollarse individualmente, pueda tener actividades y salidas de su elección e interés, cambiando, tal vez, la rutina establecida en la vida hogareña, que muchas veces puede volverse tediosa.

Teniendo más tiempo para invertir en otras actividades diferentes de las relacionadas a la crianza de los hijos, el parámetro del Proyecto Vital también se ve modificado. Es momento de encontrar nuevos objetivos de vida, de retomar planes y actividades que quedaron relegadas a un segundo plano durante tanto tiempo. En

tanto pareja, es momento de buscar nuevas actividades y deseos que quieran llevar a cabo. Reestructurando las pautas de la relación, es que se puede reformar el proyecto vital compartido que une a ambos cónyuges: el vínculo de pareja. A partir de este momento, es posible pensar en un nuevo proyecto vital a realizar, que es el disfrutar y compartir con el compañero de vida lo que resta de camino. Con la partida de los hijos, las parejas modificaron su “*tener que*” hacer por un “*querer*” hacer. Ya no se trata de obligaciones, si no de libertad, de elegir y encauzar sus deseos donde más quieran, con la plasticidad y flexibilidad necesarias para poder ir modificando sus nuevos proyectos o creando nuevos.

Si hablamos de libertad, hay que destacar la liberación que sienten estas parejas a la hora de tener relaciones sexuales. Existe una mayor libertad para encontrarse y amarse sin restricciones, sin la presencia de los hijos, sin obligaciones que cumplir. También aparece la conciencia que tienen estas personas sobre el paso del tiempo y las limitaciones físicas que van surgiendo. Sin embargo, esto no les impide mantener un encuentro sexual satisfactorio, que además de placer, les otorga mayor unión y conocimiento de sí mismo y del cónyuge. Teniendo en consideración que estas parejas han pasado más de 30 años juntos, puede decirse que existe una dependencia sexual, amorosa y económica, existiendo también sentimientos de protección entre ellos.

Retomando a Beyebach y Rodríguez Morejón (1995), con los cambios suscitados a través del tiempo en el ciclo vital de las familias, se dieron ciertas modificaciones en lo que respecta a la duración, características e importancia de las distintas fases del ciclo. Teniendo en consideración la mayor expectativa de vida de las personas, más la disminución del número de hijos por familia, una vez que éstos se independizan, los padres tienen mucho por vivir. Y esto mismo, fue reflejado en las parejas evaluadas, ya que ellos aún sentían la vitalidad necesaria para poder alcanzar proyectos personales o conyugales, disfrutar de la pareja como antes no habían podido hacerlo, retomar actividades que habían dejado de lado ante la llegada de los hijos o poder emprender nuevas. En pocas palabras, no significó para ellos el fin. Solo fue el fin de una etapa y el principio de una nueva.

La salida de los hijos del hogar paterno implica para los padres un punto nodal en la historia familiar, también conyugal, ya que después de tantos años de compartir y compartirse con otros, finalmente llegó el momento en que todo volvió a cero, se encuentran cara a cara y en ese encuentro pueden suceder numerosas situaciones. La vuelta al sistema conyugal implica que ambos cónyuges sean capaces de negociar, de confrontar sus vivencias, sus sentimientos, que puedan revisar los acuerdos y pactos que funcionaron hasta ese momento y modificar los que sean necesarios. Estos acuerdos y pactos sirven de base a la relación, no puede darse un vínculo de pareja sin los mismos y más importante aún, sin la capacidad de negociar para establecerlos. Recordemos que la pareja es un vínculo de intercambio, una relación de mutualidad, donde se reconocen las diferencias y no se intenta cambiar al otro, distinto, sino que se intenta llegar al consenso. Las diferencias también enriquecen al vínculo, ya que hacen a la concordancia, a la armonía entre las diferencias de dos personas, provenientes de dos familias de origen diferentes.

Asimismo, estos pactos, acuerdos, reglas son los que darán sustento en las épocas difíciles, ya que son la base del encuadre que les otorga estabilidad a los cónyuges. Con la salida de los hijos y la revisión de este encuadre, las parejas entrevistadas tuvieron que encontrar una modalidad nueva, distinta que les permitiera poder participar de la vida de los hijos, ya crecidos, pero también les permitiera vivir en su intimidad de pareja, en su hogar. Una vez que se quedaron solos y habiendo ya tramitado el duelo que les generó la pérdida del rol

parental, las parejas experimentaron sensaciones de satisfacción, además de sentirse más unidos el uno con el otro, con buena capacidad de diálogo y con deseos de acompañarse en lo que resta de camino. De esto, se desprende que la comunicación y la negociación son aspectos fundamentales de los vínculos de pareja, ya que proporcionan la oportunidad de desarrollarse en el mismo.

David Olson (1991) descubrió que los lados fuertes de la pareja conyugal constituyen características positivas y muy significativas, a partir de las cuales las parejas parecían funcionar de manera más adecuada a través del ciclo vital, tendían a sentirse más satisfechos con su matrimonio y la vida familiar. Además, estos lados fuertes actúan como amortiguadores o resistencias frente a los estresores de la vida. En el caso de las parejas entrevistadas, aparecieron factores como la confianza, compañerismo, la lealtad, la honestidad y tolerancia, etc., identificados para resolver dificultades y atravesar situaciones de crisis. Teniendo en cuenta que las parejas entrevistadas llevan más de 30 años juntos, que han sorteado numerosas dificultades y situaciones estresantes, dolorosas, desestabilizantes en algunos casos, se puede pensar que la posesión de estos recursos es lo que los ha sostenido y los ha ayudado a seguir adelante con su pareja y la familia que han construido.

CAPÍTULO 6

Conclusiones

Teniendo en consideración las preguntas de investigación y objetivos que guiaron este trabajo, es que se llegaron a las siguientes conclusiones.

Con respecto al primer objetivo de la presente tesina, que buscaba describir cuáles son las crisis y cambios por los que pasa la pareja a través del ciclo vital, se puede afirmar que existen ciertos cambios y crisis normativas, estipuladas para todas las familias y parejas. De esto se trata en realidad el concepto de “Ciclo Vital Familiar”, es decir, que existe un patrón previsible en término de etapas, transiciones o crisis: éstas son las denominadas “Crisis de desarrollo”, como lo implica el pasaje de ser novios a ser esposos, el nacimiento de los hijos, la salida de ellos del hogar, el envejecimiento, etc. Son etapas esperables, propias del desarrollo humano. Sin embargo, cada una de estas crisis y cambios se atraviesa de manera diferente para cada hogar. Teniendo diferentes historias, recursos, estrategias para afrontar las situaciones que se van presentando, además de contextos facilitadores para el cambio, entre otros factores, es que cada sistema familiar o conyugal, revela un registro propio de la crisis, del cambio, de la transición hacia otra etapa.

Dichos acontecimientos plantean una reformulación del sistema completo. No solo se modifica al individuo sino también a cada miembro del sistema. No solo implica cambios instrumentales, creación de nuevas habilidades, etc, sino también es un replanteo al contrato relacional que une al sistema. Cada familia, cada pareja, según su historia y los recursos que dispongan, deberán buscar nuevas modalidades que les permitan seguir funcionando con estabilidad a lo largo del ciclo y también que les permita ir cambiando a medida que sea necesario, es decir, que también se necesita de plasticidad. Se habla, entonces, de la etapa del destete de los padres como un Cambio de Segundo Orden, necesario para que el sistema familiar y conyugal pueda buscar nuevas alternativas y agregarlas al repertorio habitual, a fin de continuar con la evolución propia del ciclo vital.

Es esperable, entonces, un período de inestabilidad y pérdida de funcionamiento implícito, para luego retornar al consenso y estabilidad del sistema.

En torno al segundo objetivo de la tesina, que implicaba indagar acerca de cómo es la vivencia del nido vacío en cada miembro de la pareja conyugal y si existen diferencias de género, se afirma que existen claras diferencias entre hombres y mujeres en cuanto a cómo atraviesan dicha etapa. Puede pensarse que el origen de estas diferencias reside en los roles que cada miembro de la pareja desempeña en la familia, además de las concepciones acerca de la maternidad y paternidad que, a pesar de haber sufrido modificaciones a través del tiempo y los cambios sociales, tienen raíces profundamente arraigadas en los orígenes de la familia nuclear. Las madres aún son aquellas personas que permanecen en el hogar, cuidado de los hijos y el marido, mientras que ellos son los que salen a la calle a trabajar y son los principales sustentos económicos del hogar. Las mujeres, en muchos casos, siguen manteniendo su identidad a partir de la ecuación mujer = madre, olvidando a veces, muchos otros aspectos de su vida. La partida de los hijos del hogar, es una oportunidad para revisar esa ecuación y encontrar nuevos intereses y actividades. En el caso de los hombres, también implica una oportunidad para el disfrute y el reencuentro con actividades dejadas de lado, tal vez por obligaciones laborales y económicas que antes apremiaban. En otras palabras, para las mujeres puede significar una oportunidad para salir del hogar, mientras que para los hombres sea una oportunidad para volver al mismo.

Probablemente las mujeres continúen viviendo esta etapa como un momento de tristeza, dolor y desprendimiento, en el que deben procesar los sentimientos y sensaciones negativas, asociadas a una experiencia de pérdida y duelo, ya que el rol de “madre” sigue siendo, hoy en día, uno de los roles más importantes en la vida de la mujer, por más que puedan desarrollar otros, como el de “ser profesionales”, o tener alguna ocupación. Recordando que la sociedad y su evolución hace a la formación de la pareja y sus avatares, y viceversa, sumado a las modificaciones que experimentan los roles que tanto hombres como mujeres desempeñan, que hacen a la vivencia del ciclo vital y sus etapas, cabe preguntarse si pueden registrarse resultados diferentes en una futura réplica del presente estudio.

El tercer objetivo, que planteaba evaluar diferentes experiencias frente a esta etapa, según distintas configuraciones familiares, tiene una relación con el primer objetivo. Dos de estas parejas habían sufrido la pérdida de un hijo, es decir, que a partir de esta crisis inesperada, la configuración familiar se vio alterada. En uno de estos casos, fue un hecho clave para la comprensión de la etapa vital que estaban atravesando los cónyuges. Fue el momento en el cual, tomaron conciencia de la partida de los hijos del hogar.

Las respuestas que tuvieron estas parejas ante semejantes acontecimientos tuvo relación con la historia que los unía a ellos como pareja, los recursos existentes para enfrentar los cambios, como por ejemplo, la fe y la religión, el apoyo entre ellos, el compañerismo, la plasticidad con la que pudieron generar nuevas pautas relacionales fuera de las habituales, más contextos facilitadores, como la familia extensa, las amistades, etc.

Otra de las parejas evaluadas, había firmado su divorcio muchos años atrás, pero al poco tiempo se reconciliaron y desde ahí que viven su relación como un noviazgo, sabiendo que solo los une el sentimiento y las ganas de compartir la vida con el otro. A partir de la salida de los hijos, la premisa fue priorizar la relación de pareja y así es como pudieron llevar adelante esta etapa vital.

Teniendo en cuenta las distintas formas que puede adoptar un sistema familiar, más las circunstancias en las cuales la configuración familiar puede modificarse, es factible preguntarse de qué manera se daría, entonces, el nido vacío en familias monoparentales, o en familias de tres generaciones, por ejemplo.

La salida de los hijos del hogar plantea una clara modificación en la cotidianeidad del vínculo de pareja, lo que, entonces, plantea a su vez modificaciones en los parámetros restantes. Se erige como una novedad para el sistema conyugal que, para poder continuar y sobrevivir, debe ajustarse a la situación, modificando las pautas vinculares que sean necesarias para restablecer la estabilidad del sistema y para poder transitar la vuelta a la figura de la pareja conyugal, dejando atrás la pareja parental. De este cambio, de esta vuelta a mirar al cónyuge, o también de la no modificación del contrato, del no-cambio, puede surgir la disolución del vínculo. Si los cónyuges, pueden encontrar recursos que los mantengan unidos, si pueden proyectar un futuro en común, si pueden ver la oportunidad en la crisis, el vínculo podrá sortear las dificultades y continuar su camino.

Para que esto suceda, la comunicación y la capacidad de negociar con el otro surgen como elementos esenciales de toda relación de pareja, para su continuidad y crecimiento. Es a partir de estos que los miembros del sistema pueden encontrarse a mitad de camino, cada uno confrontando su postura con la del otro, pudiendo llegar a acuerdos y pactos que serán la base que sustente la relación y los ayude a atravesar todas las etapas del ciclo vital además de los sucesos que puedan ir aconteciendo en el transcurso del mismo. Con la ayuda de estos elementos, es que también se van descubriendo aquellos recursos que serán útiles en momentos de crisis, tanto las esperadas, las crisis de desarrollo, como aquellas que no lo son, como por ejemplo, enfermedades, muertes,

etc. Estos lados fuertes sirven para enriquecer y fortalecer a la pareja y ayudarla a afrontar las dificultades y problemas que surgen permanentemente. No existiendo una comunicación clara y efectiva en la pareja, se pierde la mutualidad, el vínculo se vuelve rígido y no permite el crecimiento de los miembros.

El desarrollo de la presente tesina se vio limitada por momentos por la escasez de bibliografía actualizada e investigaciones en el tema, por lo que este trabajo se presenta como una actualización en el mismo. A partir del desarrollo de este trabajo, quedan preguntas sin responder que constituyen líneas de investigación futuras: ¿El nivel y estrato socio-económico influyen en cómo se vive esta etapa?; ¿Cómo se vive esta etapa en familias o parejas problemáticas?

Asimismo, se sugiere para investigaciones futuras, ampliar la muestra a fin de obtener resultados más representativos que den cuenta de la realidad particular de la población en estudio.

CAPÍTULO 7

Bibliografía

Bates Harkins, E. (Agosto, 1978). Effects of Empty Nest Transition on Self-Report of Psychological and Physical Well-Being. *Journal of Marriage and Family*, 40(3), 549-556

Beyebach, M y Rodríguez Morejón, A. (1995). Ciclo vital de la familia: Crisis evolutivas. En A. Espina, B. Pumar y M. Garrido (eds)., *Problemáticas familiares actuales y terapia familiar* (pp 57-99). Valencia: Promolibro

Biscotti, O. (2007) *Terapia de pareja: Una Mirada Sistémica*. Buenos Aires: Editorial Lumen.

Cabic Borland, D. (Febrero 1982) A Cohort Analysis Approach to the Empty-Nest Syndrome among Three Ethnic Groups of Women: A Theoretical Position. *Journal of Marriage and Family*, 44(1), 117-129. Recuperado de <http://www.jstor.org/stable/351267>

Carmona González, E., Martínez Suárez, G.F., Niño Jiménez, L.A., Rodríguez Barragán, A.J, Sierra Puerto, P.S y Uribe Valdivieso, C. (2009) Estilos Vinculares y Afrontamiento de la Pareja en la Transición del Nido Vacío. Recuperado de <http://www.contextos-revista.com.co/>

Casado, Lluís (1991). *La Nueva Pareja*. Barcelona: Ediciones Kairós

Fernández, S. (2010) *La Pareja*. Material obtenido de bibliografía propuesta para el curso “Introducción a la Terapia de Pareja”. Fundación Puentes de Cambio, Mendoza, Argentina.

Fernández Moya, J (2010). *En busca de resultados*. Mendoza: Editorial Universidad del Aconcagua

Fernández Moya, J. (2012). *Después de la pérdida. Una propuesta terapéutica para el abordaje de los duelos*. Mendoza: Universidad del Aconcagua.

Fried Schnitman, D. (Mayo 1987). Dialéctica estabilidad-cambio: ópticas de la dinámica familiar. En *Terapia Familiar: Estructura, patología y terapéutica del grupo familiar*. Año X:16, 115-128.

Fried Schnitman, D. (Abril 1986). Constructivismo, evolución familiar y proceso terapéutico. En *Sistemas Familiares*. Año 2:1, pp 9.13.

Garrido Garduño, A., Reyes Luna, G., Ortega Silva, P. y Torres Velásquez, L. (Julio- Diciembre 2007). La vida en pareja: Un asunto a negociar. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 12 (2), 385-396

Garrido Garduño, A., Reyes Luna, G., Torres Velásquez, L y Ortega Silva, L. (Julio- Diciembre 2008) Importancia de las expectativas de pareja en la dinámica familiar. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 13 (2), 231-238.

Haley, J. (2003) *Terapia no convencional: Las técnicas psiquiátricas de Milton H. Erickson*. Buenos Aires: Editorial Amorrortu.

Hiedemann, B., Suhomlinova, O., O’Rand, A.M (Febrero 1998). Economic Independence, Economic Status, and Empty Nest in Midlife Marital Disruption. *Journal of Marriage and Family*. 60(1) 219-231

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., y Baptista Lucio, P., (2006). *Metodología de la Investigación (4ª edición)* México: Editorial McGraw-Hill

Liu, L., Guo, Q. (2008). Life satisfaction in a sample of empty-nest elderly: a survey in the rural area of a mountainous county in China. *Quality of Life Research*, 17(6), 823-830

Minuchin, S y Fischman H.Ch. (1984). *Técnicas de Terapia Familiar*. Buenos Aires: Editorial Paidós.

Mónaco, N. (2009). *La llegada del primer hijo a la pareja* (Tesina de grado). Mendoza, Universidad del Aconcagua. Facultad de Psicología.

Oliver R. (1977). The Empty Nest Syndrome As A Focus of Depression: A Cognitive Treatment Model, Based On Rational Emotive Therapy. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 14(1), pp 87-94

Olson, D.H. (1991) Tipos de familia, estrés familiar y satisfacción con la familia: Una perspectiva del desarrollo familiar. En Falicov, C.J (comp), *Transiciones de la familia. Continuidad y cambios en el ciclo familiar*, (pp.99-129). Buenos Aires: Ed. Amorrortu

Páramo, M. A. (2012) *Normas para la presentación de citas y referencias bibliográficas según el estilo de la American Psychological Association (APA) tercera edición traducida de la sexta en inglés*. Documento de cátedra de Taller de Tesina. Facultad de Psicología, Universidad del Aconcagua, Mendoza, Argentina.

Pérez Tronado, M. *El proceso de duelo y la familia*. Consultado el 24/6/2014. Disponible en www.paliativossinfronteras.com

Pittman, F.S (1990) *Momentos Decisivos: Tratamiento de familias en situaciones de crisis*. Barcelona: Editorial Paidós

Pittman, F.S (1991). Crisis familiares previsibles e imprevisibles. En Falicov, C.J (comp), *Transiciones de la familia. Continuidad y cambios en el ciclo familiar*, (pp). Buenos Aires: Ed. Amorrortu

Puget, J. y Berenstein, I. (1989). Pareja Matrimonial. Definición. Semejanzas y diferencias con otros tipos de relaciones diádicas. En *Psicoanálisis de la pareja matrimonial. Introducción a la pareja*. Buenos Aires: Editorial Paidós

Puget, J. *Constitución y Proceso del vínculo conyugal*. Documento de cátedra de Teoría y Técnica de Grupos. Facultad de Psicología, Universidad del Aconcagua. Mendoza, Argentina.

Raup, J., Myers, J. (Noviembre-Diciembre, 1989). The Empty Nest Syndrome: Myth or Reality? *Journal of Counseling & Development*. 68, 180-183

Salgado Lévano, A.C (2007). *Investigación cualitativa: Diseños, evaluación del rigor metodológico y retos*, 13: 71-78.

Torres, A. y Fittipaldi, S. (2004). *Ella y Él en el siglo XXI. Un diálogo renovado sobre sexo, género, roles, pareja y futuro*. Buenos Aires: Libros del Zorzal

Valdez Medina, J. L. (2004). *Las redes semánticas naturales, uso y aplicaciones en psicología social*. México: Universidad Autónoma del Estado de México.

Wu, Z., Sun, L., Sun, Y., Zhang, X., Tao, F., Cui, G. (2010). Correlation between loneliness and social relationship among empty nest elderly in Anhui rural area, China. *Aging & Mental Health*, 14(1), 108-112

ANEXOS

ENTREVISTAS

Pareja 1:

¿Cuánto llevan de casados?

Él: 37 años juntos, 30 de casados. Nuestra pareja está sustentada en el compañerismo. Siempre hemos sido compañeros... en todo. Ella es arquitecta, yo soy ingeniero, entonces hemos compartido trabajo.

Ella: hemos trabajado juntos, lo seguimos haciendo. Las mismas cátedras, juntos durante 25 años.

Ella: él es dominante... es el dominante de los dos, en las propuestas, la economía, los planes. Yo soy más complementaria.

Él: yo soy práctico, ella teórica.

Ella: en la casa, las directrices siempre las marca y marcó él. Yo voy más a los detalles, yo acompaño, me interiorizo en el tema, opino

Él: somos amigos, confidentes, la lealtad con el otro... eso es muy importante. Somos muy honestos.

Ella: tenemos confianza total en el otro. Nunca dude de él... para nada

Él: yo me levanto haciéndole bromas, ella me hace mimos. Todos los días es así. Si alguien nos viera... es muy divertido.

Ella: los chicos siempre fueron mi función. Pero mi función primaria es y fue la de ser pareja.

Él: vos nos hablas de Nido Vacío y para mí el Nido Vacío es algo que no tuve. Siempre estuve trabajando. Lo siento como algo que no tuve.

Ella: yo les di todo, sin deudas. Estoy en paz. Sigo organizando pequeñas cosas con ellos... pero ahora son con chicos que están lejos. Hablamos con ellos casi o todos los días. Yo leo mucho sobre lo que hacen...

Él: para nosotros el nido no está vacío. No es que se fueron los pollos. Nosotros los empujamos a que se fueran. Los armamos para el futuro, para la supervivencia. Siempre fue así. Ninguna planta crece al lado de un árbol... crece más allá del árbol

Ella: además... hoy en día, aumento la expectativa de vida, entonces se disminuye la etapa del nido vacío. Cuando los hijos se van del hogar... de pronto te das cuenta que te quedan 30 años, 40 años de vida... y puedes seguir haciendo cosas. Yo sufrí el nido vacío cuando fueron a jardín de infantes. Ahí te desprendes, te alejas. Ya empiezan a contar con otra persona más, que es la maestra. El hijo escolarizado, ya no te escucha...

Él: esa antigua idea del "nido vacío"... en realidad, nosotros fuimos los que dejamos primero el nido, porque salimos a trabajar. No sabes cómo nos reclaman ahora, que lo dejábamos solos, que los mandábamos solos a la escuela o M.S nos dice que ella tenía que llevar al dentista a M, que le retiraba las libretas de la escuela...

Él: para mí... el nido nunca se vacía. Siguen los vínculos, lo afectivo, la comunicación. Nosotros vivimos para nuestros hijos. Seguimos, hoy en día, siendo una patota. Juntos, pero no mezclados

Ella: la figura del “padre” o “madre” ya quedaron desdibujadas. Hoy los hijos son mas como consultores, tienen otra perspectiva. Son pares.... Hoy por hoy se les consulta, se los escucha más

Él: el hecho de haber formado a los chicos, desde nosotros habernos formado nosotros mismos muy independientes, haber formado a los chicos independientes y ser independientes nosotros. Yo no necesito de ella y ella no necesita de mí. No hay dependencia. Y al no haber dependencia hay amistad, compañerismo, afecto...

Ella: yo te diría que es un nido cibernético... donde cada uno es un sistema y funciona. Tiene su energía propia, tiene sus relaciones, sus vínculos e interactúa. Somos independientes, hijos y los padres y todos interactuamos y...

El: son todos independientes pero hay convergencia en montones de cosas. En formas de ser, de pensar, en acciones... nosotros disfrutamos no tener a los pollitos en la casa y malograrlos

Ella: yo considero que si algún hijo se queda en la casa con los padres, es por algún problema grave, de salud, económico, psicológico...

Él: las antiguas costumbres españolas decían “dejar una hija para el gasto de la casa”

Ella: pero eso es absolutamente patético

Él: nosotros decimos “ni el mayor ni el menor”. Somos todos independientes, logren todo lo que quieran, después nos juntaremos a divertirnos y a charlar como locos

Ella: yo lo que me lamento con el nido... es que tuvo un nivel, un piso, una altura... y uno quisiera que ellos vuelen más allá y a veces la altura de vuelo es la que le diste en el nido... como un techo. Y eso es como una piedra que te cae, que vos... te hubiera gustado tener un nido más alto, ser un cóndor, un águila... porque mientras más alto vuelan, más perspectiva tienen del mundo, mas gozan del mundo. Eso es lo que lamento que el nido hubiera estado tan bajo

Él: la plataforma de lanzamiento...

Ella: en todo hay que hacer el nido más alto

Él: y eso que considero que este nido, esta plataforma no es tan baja, desde todo punto vista, pero siempre se puede mejorar. Siempre instamos a que “¿en qué se puede mejorar?”, “¿en qué podemos ir más adelante?”. Y ese es el desafío.

Ella: y en eso se plantea la nueva forma del próximo ciclo, que yo me lo planteo bastante clarito, lo visualice muy bien. Yo sentía que había cerrado un círculo y tenía que abrir otro. Lo pensé y repensé durante dos años, el nuevo ciclo que quiero. Así como vos pensas con quién me voy a casar, con quien voy a estar, cuántos hijos voy a tener, donde quiero vivir, también el nuevo círculo, con quien voy a estar, donde voy a vivir...

Él: nosotros a su vez lo replanteamos, dijimos... perfecto, nuestro compromiso de pareja fue mantener, cuidar y estar al frente de los hijos hasta que se fueran, se recibieran. Ahora... cuando los chicos ya no estaban en la casa, si había alguna atadura que significaran los hijos, se rompía. De ahí en adelante, el funcionamiento de la pareja es en función de la pareja y no de los chicos o de los compromisos

Ella: ese fue uno de los compromisos. Pero también es un replanteo que tenes que hacer individualmente...

Él: no, claro... claro, individualmente, lo hicimos también nosotros.

Ella: las decisiones propias, de cada uno... es como cuando te jubilas... cuando me jubile, voy a hacer lo mismo...

Él: es el cambio de estado...

Ella: decís... llevo 30 años trabajando en un lugar, en la universidad por ejemplo, mis próximos 20, 30 años me los tengo que plantear, tengo que organizar y ser feliz en ese tiempo y ser lo mejor para la sociedad y para los que me rodean. Vos decís, desde el momento que me jubile, tengo que plantearme qué voy a hacer con ese tiempo, esas horas, esas capacidades aprendidas, adquiridas, las dejo, no las dejo, las uso, las reinvento, les doy otra vuelta, qué hago? Me parece que es muy importante, como labor individual. Y también a nivel pareja, por supuesto

Él: las parejas dicen... y no me llevo bien, pero no me voy por los hijos o tengo que hacer por los hijos... en un momento, si llegara a ser así, los chicos ya no están en la casa, que paso? ¿Qué hacemos? ¿Seguimos o no seguimos? Y esa es una decisión que tiene que tomar la pareja y cómo la van a seguir en el futuro. Nosotros tomamos una decisión particular que todas las parejas la toman. Cada cual... a uno se le da por hacer una actividad y cada vez se separan más o se unen más...

Ella: o se separan de habitación o se separan totalmente

Él: el caso nuestro... Más pegoteado

Ella: en nuestro caso, por ejemplos veo que nosotros tenemos muy buen dialogo, después de tantos años... conversamos y sabemos muy bien focalizar los temas, pero eh... creo que seguimos con límites y condicionamientos

¿Por ejemplo? Ella: mi límite es que no me haga infeliz ningún día de mi vida, sea en la condición que sea, en la salud, riqueza, pobreza. Nadie tiene derecho a arruinarte ningún día de tu vida. Es como que te quedan menos días, tenes que defenderlos mas, tenes que replantear tu patrimonio, darle valor a lo que tenes, a esa vida, a esa expectativa y decís... sí... estamos bien, todo lo que quieras, pero no me vas a hacer perder un día de felicidad de los que me quedan. Los que me quedan, tienen que ser bueno. Y la condición... la condición lógica de las capacidades que van a ir disminuyendo... en todo tipo, lo físico, el tiempo, lo económico. Estas un poco condicionado a tu estado, a tus capacidades, que van a ser menos.

¿Esto es algo que comparten o es más personal suya, lo han podido discutir? Ella: lo tenemos medio planteado. Yo no le permito a él que me haga pasar un mal día

Él: de hecho... no es que no nos permitimos, si no.... Directamente... nosotros hace 14 años tuvimos una gran crisis de pareja. Nos separamos durante un año y medio, por ahí. Cuando firmamos el divorcio decidimos ir a festejar y el hecho es que todavía estamos festejando. La consigna es “la vida es un festejo”, a la relación de pareja hay que cuidarla y honrarla. Si uno no tiene una relación de pareja como si fuera un noviazgo, no existe, se degrada. La intención nuestra es justamente eso...

Ella: pasarla bien

Él: halagarnos mutuamente, todo el día, todos los días

Ella: si no... el divorcio ya está firmado

Él: el contrato lo rompimos. Si estamos juntos hace 14 años es porque queremos, no porque tenemos niños, no tenemos contrato, nada. Es voluntad específica de hacerlo. Y el día que cualquiera de los dos se equivoque... bueno, el otro tomara las medidas que considere necesarias. No tenes comprado nada, ni la salud, ni los afectos, nada seguro. Sí tenes seguro que tenes una persona al lado, que tenes una familia, un entorno que te hace sentir bien y lo tenes que disfrutar a full. No sabes que va a pasar mañana. Ese disfrutar cada día nos hace sentir muy bien

Ella: ya a esta edad es muy fácil manejar el tema de la satisfacción, la propia y la del otro

Él: no hace falta decir “acá tenes un pasaje a Europa” para que el otro se sienta bien, sino simplemente una sonrisa. El pequeño gesto que hace las cosas grandes. Sos más feliz si te dicen “buen día”

Ella: las cosas simples, pequeñas empiezan a tomar otro valor. Son cada vez menos, entonces empiezan a funcionar con mucha relevancia. Más que lo estructural, que ya fue, ya se dio. Tarea cumplida. Es como el postre lo que nos queda...

Él: para nosotros... estamos teniendo un postre en la vida. No es una... no estás terminando un ciclo, estas gozando de lo que puede ser el final de un ciclo, pero no termina, porque después del postre, viene el café, después la charla... hay una especie de continuidad de actividades, de afectos, de sensaciones, ilusiones, proyectos...

Ella: yo pienso que... no se dentro de 5 o 6 años, pero en este periodo... porque hay subdivisiones. Tenes el nido vacío pero tenes hijos casados o solteros, es distinto. Si están casados, toman otras ideas, otro centro en su vida... en este intervalo que estamos nosotros, que todavía estamos activos profesionalmente, tenemos hijos solteros y una casada, una de las chicas todavía estudia, uno es independiente. En esta época es como que tenemos la mesa llena, todavía están todas las fichas puestas, estamos en pleno...

Él: ya estamos esperando al nieto... uno empieza a disfrutar con los avances, los desarrollos, los logros del equipo. Si viene un hijo y te dice “logre esto, logre lo otro” es un logro propio, una especie de proyección. El abanico de va abriendo con tantas perspectivas...

Ella: Que es infinito

Él: y uno se siente realmente pleno. Pero no es que deje de hacer, porque hicimos todo lo que debíamos hacer cuando quisimos hacerlo... Yo ya no compro proyectos ajenos, ahora hago lo que quiero hacer, lo que me gusta y acompaño a lo que quiero acompañar. Ser mas espontaneo, más natural...yo lo disfruto más..

Ella: yo me planteaba la semana pasada, cómo quiero ser la mamá de mis hijos en este momento. Si tengo a mi hija embarazada, me gusta acompañarla, me encantaría poder estar cerca cuando se haga la ecografía. M que se está preparando para un doctorado, le pido que me pase lo que va escribiendo, los autores que lee, porque cuando me hable quiero saber de qué me habla... es como que tengo que hacer mucho con cada uno. Y la otra que está en La Plata, y le digo qué materia tenes. Estudia Geofísica y me muestra ecuaciones que no entiendo y yo tengo que aprenderlas porque es el idioma que hablan mis hijos. Si antes hablábamos en castellano, ingles y alemán... ahora tenemos que aprender sobre medicina, geofísica, psiquiatría. Y yo trato... también tenes que aprender a manejar Facebook, Twitter... asique vamos para adelante. No se.... Nido vació... a mi se me ha llenado de cosas... todo es necesario (risas). Yo acompañe a él en Ingeniería, yo soy Arquitecta y después que termine mi carrera estudie Mecánica de los fluidos, física, aerodinámica, técnicas de la energía, todo para acompañarlo a él. Y ahora me veo que tengo 4 propuestas de ciencias, 4 propuestas de casas, de familias para manejarse entre ellos. Es mucho. Como mama, si lo disfrutas y lo vivís a pleno, es como que tenes mucho para repensar, para hacer, para reformularte, para vivir. Es muy bonito.

¿Qué proyectos tienen en común o proyectos que quieran realizar individualmente? Él: por una cuestión personal mía, nunca he tenido.... Tengo el rumbo en el cual direcciono, pero no tengo proyectos a largo plazo, porque la vida siempre me ha sorprendido llevándome más lejos de lo que yo me había propuesto. No son proyectos... son proyecciones. Intelectualmente.... Seguir evolucionando, trabajando en la Universidad. Económicamente, seguir desarrollando, no porque necesite más, sino porque me divierte hacer cosas. Mi proyecto real es disfrutar a través de los nietos lo que no disfrute de mis hijos... porque yo me perdí mucho, esto de estar ocupado para proveer. Me gustaría lograrlo a través de los nietos, desde el punto de vista de los chicos. A los adolescentes, a mis hijos los estoy disfrutando actualmente. Seguir en esa proyección de patota entrelazada pero no amontonadas. Cada uno que siga con sus cosas, sus proyectos y estar como una especie reserva técnica como para aportar un apoyo o respaldo, si es que los chicos lo necesitan. Y si no, seguir para adelante La realidad... es que no nos alcanzan 3 vidas para hacer la cantidad de proyecto que tengo y que tenemos. Yo permanentemente me siento bien y desarrollado. La satisfacción mía es llegar a la noche fundido y dormir 10 horas, si es que puedo... y también con la relación de pareja, levantarme y estar con una persona que disfruto. Disfruto de mis hijos, de mis empleados. Disfrutar es una actitud gozosa de la vida.

Ella: nosotros hemos logrado muchos proyectos

Él: mi meta principal ahora es llegar a un trasplante de pulmón para sobrevivir y seguir... yo tengo una grieta y una pequeña pasarela. Le tengo que embocar a la pasarela para pasar al otro lado seguir funcionando. Pero ni me asusta ni me quita el sueño. Sé que me tengo que cuidar... me cuido lo que puedo. Disfruto de lo que puedo, me cuido y voy para adelante. Entonces... ¿proyectos? Tengo personalmente, a nivel laboral... infinitos. Soy una maquina. Me faltan vidas para cumplir los proyectos que tengo

Ella: tenemos proyectos a corto, mediano, largo plazo... y si no sale este, hago este otro...

Él: hemos tenido siempre mucha plasticidad y creatividad. Hemos hecho de todo.

Ella: lo que nos ha pasado a los dos es que mas allá de lo que propongamos, la vida nos propone, nos sorprende. La vida nos regala, nos regalona. Entonces, hace 5 años más o menos, dijimos “no más proyectos”, porque la vida nos trae distintos proyectos. Por ejemplo, yo pensaba hacer el bazar, empecé, pero de repente cuando heredo, no heredo un salón, heredo una casa. Entonces tengo que pensar que hago con esa casa y reflotar mi parte de arquitecta. Sabemos que dentro de 6 meses tenemos que estar en Buenos Aires por el trasplante y ahí tal vez se abren otras cosas, otros caminos.

Él: tenemos que ser lo suficientemente flexibles como para aprovechar la oportunidad y no desviarse. Si vas por el camino y ves algo que pasa por el costado... hay que estar atento. Siempre estamos 10, 15 años adelantados a los proyectos. Somos muy pensantes, muy críticos. Hacemos un ejercicio de frontón de ideas entre los dos, siempre jugamos al policía bueno y policía malo, en el sentido de tener una actitud positiva y negativa ante las cosas, y nos vamos intercambiando los roles de “bueno y malo”

Ella: a mí me preocupaba el tema del mantenimiento de todo. El físico, la casa, los autos... y yo dije, bueno, vos te construiste un castillo de arena y viene una ola y te lo derrumba. Pero viene otra ola y te trae cosas del océano. La vida está también ahí, en lo que viene y va. Las olas siempre te van a derrumbar pero también te traen cosas. Los castillos siempre se van a derrumbar, pero te tenes que divertir mientras haces el castillo y no llorar porque se derrumban. Es lo que te va a suceder. El mantenimiento va a llegar un momento que no lo vas a poder mantener, se te va a caer la casa, el físico... Pero es así. Hay que aceptar los ciclos

Él: nos vamos deteriorando.

Ella: pero ya lo mejor quedo, las semillas ya quedaron plantadas.

Él: Ahí aparece la familia, los chicos que son la puesta en la tierra, el anclaje, dentro de lo que puede ser la ola, tenes las palmeritas donde estas fijo. Te puede arrastrar la ola de vuelta, pero sabes que esta plantado firme...

Ella: no tenemos proyectos. Tenemos proyecciones. Yo voy rotando en las disciplinas, en la arquitectura, el comercio, la agricultura. A esta altura... ya sos una enciclopedia.

Él: ella es más teórica, investiga, estudia. Yo más en la práctica. Entonces, tiene una idea, me la tira y yo la ejecuto y ella la mejora. Nos divertimos con eso. Entre el aporte intelectual y lo práctico, se van logrando los resultados y nos divertimos muchísimo.

Ante alguna discusión o pelea, ¿cómo se han manejado?, ¿alguno toma la iniciativa para resolverlo? Ella: yo me voy (risas), agarro mis cosas y me voy. Soy muy impulsiva en eso. Doy dos vueltas a la manzana y vuelvo...

Él: ella es más impulsiva, yo soy más sopa de chancho

Ella: él se pone parco y yo exploto

Él: mientras más enojado estoy, más me retraigo y ella más explota y más se enoja. Cuando nos separamos aquella vuelta, se fue y quiso volver al otro día. Y le dije que no y así nos pasamos un año y medio discutiendo si volvía o no volvía

Ella: Entonces como ya me conozco que me voy cuando me enojo, tengo lugares armados, donde caer. La casa de una hija, una piecita, ellos ya saben

Él: el otro día tuvimos una discusión, entonces me dijo que se iba a Mendoza, que se iba a alquilar un departamento, le dije “toma... acá tenes para el anticipo y lo que necesitas” y me empecé a reír, en vez de enojarme. “No te olvides el abrigo, toma las llaves”

Ella: Llegue a Mendoza, a la casa de mi hija... y le digo “estoy enojada con tu padre, él me mando acá”. Pero es distinto el irme enojada a que me mandaran...

¿Cómo hacen para solucionar todas esas discusiones? Ella: después lo charlamos...más tranquilos. El siempre me pide perdón, porque normalmente es él el que se las manda. En el sentido que es como que avanza para un solo lugar, mirando hacia un solo punto y como que no entiende que hay otras cosas. Entonces, después cuando yo le digo las cosas cuando estoy enojada, es como que no me escucha. El escucha una sola cosa y mira a una sola cosa. Ya le dije las cosas, pero no me escucho, no me interpreto, no me registro. Niega, se cierra, va para un solo lado. Saca de contexto, se cierra, dice la mitad de lo que dije. Entonces cuando tengo que armar el escándalo para que me escuche y me entienda, cuando se queda solo, me parece que se pone a recordar y pensar en lo que le dije. Entonces cuando yo vuelvo, ya estamos los dos tranquilos, el ya reflexiono sobre lo que le dije y yo ya le puedo decir, ya no importa tanto, sigamos para donde vos vas, está bien, un poco como que... vuelvo al sometimiento, a la historia, al que sea lo que él quiera. Ahí nos volvemos a encontrar.

Él: bueno... esa es una parte de la historia. Ahora te digo la otra parte, la mía. Yo sí... soy bastante terco, pero las discusiones empiezan por un lado y terminan en otro. Lo dejo hasta que las cosas decantan. Antes me enojaba más, pero he descubierto que, a veces, soy bastante perverso, en el sentido que se cuales son los disparadores, como puedo desestabilizarla en lo que yo quiera. Cuando me doy cuenta que he usado una de esas estrategias, rebobino. Trato de ser bastante analítico. Me gusta ponerme en el traje del otro, por qué pensó, por qué actuó, por qué dijo y así se puede ser más reflexivo. Uno nunca tiene la razón absoluta, hay que ser flexible en el pensamiento. Yo no analizo las palabras... analizo mas el entorno de donde viene...

Ella: él cuando discute, no avanza, no escucha. Por eso me voy. Se cierra y se remite a sus orígenes, a lo que tiene de básico y ahí se queda. Como yo quiero sacarlo de ahí, hacer algún cambio o propuestas... no me sirve esa situación. A mí no me contribuye. Se pone a la defensiva y ahí lo dejo

Él: ella toma una reflexión, un punto y empieza a girar por ahí. Le pone mucho énfasis a eso que tomo. Y yo creo que hay que esperar que decante. Ella es muy sanguínea, muy impulsiva, muy pasional, muy enérgica...

Ella: eso cree él. Yo creo que soy más reflexiva, más perseverante, de ideas muy elaboradas.

Él: son percepciones de cada cual. Yo tengo una percepción, ella tiene otra. La idea es que si con posturas distintas podemos llegar a un acuerdo, hemos encontrado los mecanismos para no echarle nafta al fuego, si no esperar a que la nafta se consuma y ver que pasa... y eso es lo que normalmente pasa.

Ella: otra cosa que yo aprendí hace poco... es que así como uno no quiere todo lo de uno...uno no se quiere entero. Se acepta unas cosas, trabaja otras... lo mismo pasa con la pareja. Hay partes de él que no las quiero. Yo le he dicho, yo te quiero a vos, pero no todo, incondicional, completo, hay cosas de vos que no las quiero, no me gustan. En esas cosas que no te gustan, como con el cuerpo, lo que haces es poner el respeto y el trabajo. Ver por qué no me gustan, si yo las produzco, si las puedo cambiarlo o no y si no se puede cambiar, respeto y acepto, porque quiero a la otra parte. Uno a la larga acepta que no tenes al príncipe azul, ni tenes al hombre que te va a proveer de todo y te va a solucionar la vida, sino que tiene partes que no te van a gustar o que no quieres y que están lo mismo.

¿Estas discusiones, estas partes que no aceptan o no quieren del otro, podrían decir que los enriquecen? Él: claro... sabes lo aburrida que sería la vida sin una discusión, sin un entredicho...

Ella: así como uno nunca se vio la nuca más que en un espejo, hay cosas que uno nunca ve en el otro y tenes que seguir descubriéndolo. Tampoco es un objeto, va a cambiar. Todos los días es una cosa nueva la pareja. Y uno también... yo no soy lo que era antes.

¿Hay actividades que realicen juntos? Ella: todas

Él: en una época hasta nos duchábamos juntos...

Ella: tanto es que en el Instituto de la Facultad, me asocian a él, entonces si él falta.. “me dicen a mí ¿por qué está faltando? No... ¿no será mi marido?”. Eso por ahí no me gusta tanto... es como los siameses

Separando lo positivo de lo negativo de esta etapa, del “Nido Vacío”....

Ella: es que el nido no está vacío, como te decía...

Bueno, de toda esta etapa que sus hijos no viven más...físicamente, en la casa. ¿Qué pueden rescatar como pareja?

Él: desde mi punto de vista, hay mucha más armonía, más apoyo, más solidaridad, porque antes siempre estaba la excusa de los chicos, que actuaban como tercer elemento. Ahora es ella o yo, no hay vuelta que darle. Para mí el estado actual, es bastante bueno. Me preocuparía el día que no podamos disentir en algo...

Ella: a mí se me complica, me cuesta visualizarlo como que “no están los chicos”. Para mí, siguen estando. Son parte de... por ejemplo, en lo simple, lo cotidiano, yo muchas veces he tenido que interactuar en el medio para amortizar, para explicar a los chicos y al padre, los permisos y esas cosas... lo cotidiano. Eso se me ha simplificado, la labor...diplomática. Ahora digo lo quiero, hago lo que quiero, pienso lo que quiero. Soy más directa. Tengo menos compromisos. No soy diplomática ahora. Si están los chicos, no peleas. Si están los chicos no hablas de economía, sexo... Pero...estaba bueno ser un poco diplomático, no es tan malo. No podía decir si es bueno o malo, es otra cosa.

¿Algo negativo que le haya implicado esta etapa? Ella: bueno... los extraño, por supuesto. Me gustaría verlos entrar, hacerles la fiestita... eso me gusta.

Él: de hecho que vengan o no, que estén o no... no modifica mucho. Vienen el fin de semana pero se van a no sé donde o con no sé quién. Sí... está en la casa, o en San Juan, pero no en función nuestra

Ella: es que están totalmente desprendidos. Hace mucho tiempo... No hay nada negativo en que se vayan, es todo positivo.

Él: es raro que ella pase un día sin hablar con los 3 chicos.

Ella: tal vez lo negativo es que ellos son los que pierden, más que nosotros. Pierden la contención, el consejo, la salud, la alimentación. Pierden tiempo con los quehaceres domésticos. Yo me alivio, menos trabajo.

Él: yo me siento mucho más vinculado ahora con mis hijos que cuando estaban acá. Porque acá era quien les imponía normas, era el ogro... y en este momento paso a ser el confidente, la persona que puede analizar desde un punto de vista distinto. Me siento mucho más... me hizo mucho bien. Me siento mucho más integrado que antes. Antes sentía el compromiso de estar... y no podía. Ahora, sin compromiso, estoy más vinculado afectivamente que antes. Los chicos me demuestran más cariño que antes, más afecto, mejor trato. Yo me siento realmente feliz en este momento con los chicos y con la familia. Los chicos estoy fascinado por lo que están haciendo y por donde está. La pareja... mas allá de una pequeña discusión... a pesar de que hay cosas en las que no estoy de acuerdo, las acepto porque sé que es su personalidad y ella hay cosas que no debe estar de acuerdo conmigo y las acepta...

Él: fue mucho más conflictivo el noviazgo nuestro que la relación de matrimonio... la gran tranquilidad que tenemos es que tenemos las puertas abiertas. No es el pájaro que está encerrado. El que quiere salir a dar una vueltecita y volver, puede hacerlo. Y si no quiere volver, no es problema mío, problema de él. Yo puedo funcionar por mí mismo y ella puede funcionar por ella misma. Ahora... si nos potenciamos funcionamos mejor. ¿Por qué seguimos juntos? Porque sabemos que uno más uno, no son dos. Somos diez. En el trabajo, la familia, lo que fuera. Hemos aprendido a maximizar el esfuerzo.

Con respecto a su intimidad, ¿han notado diferencias? ¿Tienen acuerdos al respecto? ¿Notan que sus encuentros se dan con más frecuencia o con menos frecuencia?

Ella: frecuencia, menos.

Él: frecuencia, menos. Quizás, no estamos pegoteados como antes. En el sentido que...antes... yo siempre he sido muy manosero, ahora no tanto, pero, sí, menos frecuencia. Mas amistad, menos pasión.

Ella: parecemos hermanos

Él: también por una cuestión orgánica mía, no es afectivamente, si no físicamente la declinación. Hay declinaciones de ambas partes, son distintas en el hombre y la mujer y las tratamos de solucionar de alguna forma o acordarlos...

Ella: pero estamos en armonía, yo creo... dentro del ritmo...

Él: excepto algunas veces que nos olvidamos y entra a subir la bilirrubina... "Che, hace mucho que no nos damos pelota"... pero acordamos también eso

¿Tienen acuerdos en este ámbito?

Ella: sí... yo me siento mejor ahora. Me siento con más libertad de decir sí o no. Cuando era más joven, estaba más obligada. Yo pensaba que si no era buena como sexualmente, en la cama... él se iba a ir con otro. Yo me sentía obligada muchas veces a sus demandas, a sus requerimientos. Ahora, es más libre, más natural, más sincero también. Antes era como un deber-ser... obvio que nos gustaba, pero... La mujer con la casa, el trabajo... por ahí estas muy cansada, no tenes ganas. A mí me importa mucho el clímax, la previa... y en el matrimonio, con los chicos, no hay previa... como que te sentís obligada. Ahora, no. Si queremos hacer la previa, la hacemos, si no, no.

Él: de hecho, decimos "bueno...hacemos una previa" y el resultado no fue agradable... se deriva a otra cosa. Otras veces, listo, a los bifés, directo. Sin previa. Como cuando teníamos 18 años, vamos para adelante...

Para finalizar, después de todos estos años juntos, ¿qué puede ver como ganado y perdido?

Ella: y... la identidad. Yo me hago muchos planteos. Te modifica en el matrimonio, los acuerdos, las conductas... si vos vas haciendo acuerdos sobre la comida, el trabajo, la vida sexual, esas acciones se convierten en hábitos y esos hábitos en conductas y terminan modificándote la identidad. Totalmente. En 37 años... imaginate. A veces cuando te replanteas, al final del ciclo, volves al principio, la identidad con la que empecé, no es la misma con la que parto ahora. Yo estoy partiendo de un punto de identificación distinta a la del comienzo. Para mí es un problema de identidad. Positiva y negativa

O sea, al mismo tiempo que gana identidad...

Ella: se pierde la propia, la original. Supongo que es para bien, porque todo lo re pensaste, lo elegiste. Por otro lado... creo que vas subiendo niveles. De lo que yo me imagine de niña, llegue a lugares inimaginables. Para mí la vida ha sido muy positiva, muy linda. Gran parte de esa vida, gracias al matrimonio, a la familia. Un aporte muy importante de la pareja.

¿Y usted?

Él: yo asumo que soy un gobernado, no me hago replanteos...

Ella: ¿Viste? Se pone en básico y gobernado.

Él: yo asumo lo que me toca. Lo que hemos ganado y perdido, ya lo hemos hablado. Respecto a la personalidad...

Ella: vos podes plantear otra cosa... no se... la libertad, lo que se te ocurra

Él: yo no perdí libertad. Si me quede en un lugar, fue porque quise

Ella: Pero, ¿te volverías a casar, qué perdiste, qué ganaste como balance de esta empresa familiar?

Él: si estuviera atado, no estaría. Si estuviera disconforme, me iría. Es todo ganancia. Si necesitara libertad, me la tomaría. No tengo más ataduras de las que yo mismo me impongo y si las impongo, es porque me gustan.

Ella: las mujeres... yo sí creo que perdes mucho al casarte. Profesionalmente... yo podría haber hecho un doctorado, no lo hice porque tenía los chicos. Podría haber estado en Rusia, no lo hice, en Alemania, no lo hice. Todo por los chicos, por la familia. La mujer se desarrolla menos... el hombre, se va si quiere... si no, no. En nuestra época, la mujer se desarrolla menos, profesional y económicamente, porque deja de lado. En el deporte... yo lo primero que deje cuando me puse de novia, fue el deporte. Y después otras cosas que dejé... posibilidades de vivir en Europa. Ya las dejas cuando te pones de novia. Toda elección tiene su pérdida. Yo me veo... si no me hubiera casa, me hubiera desarrollado profesionalmente, más mundo, más calle. Pero como no se puede saber qué hubiera pasado... Yo perdí ese otro camino...

Ella: lo que quiero decir es que si una chica, hoy, no se casa, no tiene ningún drama porque se puede desarrollar y encontrar una vida plena. No es necesario como antes casarse y tener hijos para ser una persona bien vista socialmente y aceptada...

Él: ¿lo negativo? Lo que podría haber sido, pero si no fue, no me importa. ¿Lo positivo? Lo que logré, estoy orgulloso. Y si estoy donde estoy, es porque lo decidí.

Ella: yo te diría que es importante para cualquier logro en la relación de pareja, el noviazgo. Ahí tienes que poner todos los puntos. Parece mentira, uno lleva el noviazgo como algo bonito pero estas sentando bases

Él: nosotros sentamos bases muy fuertes y principios que no eran negociables. En el sentido de que primero me recibo, tengo trabajo, después nos casamos. Hasta que no tenga trabajo, no tengo familia. En ese sentido, soy muy esquemático.

Ella: yo también ponía mis pautas. Nos vamos a casar y nos mantenemos nosotros, no nuestros padres. Hemos tenido que corregir muy poco, lo esencial. El noviazgo te da mucho para el futuro, lo trascendente. Uno se va haciendo un mapa de lo que va a ir recorriendo en la vida...después te pasa.

Pareja 2:

¿Cuánto llevan juntos?

Ella: de casados, 40. De novios estuvimos casi 4 años. Desde el año 70... imagínate un poquito. Mario tenía 20 y yo tenía 19 años.

El: lo que siempre decimos es que hemos vivido más juntos nosotros que lo que vivimos con nuestros padres...

Ella: compartís más con el marido, con él que con la familia originaria

¿Cómo está compuesta la familia?

Ella: tuvimos 5 hijos. Varones todos...

¿Qué sentimientos les produjo la partida de los hijos?

Ella: Lo más shockeante p nosotros... fue el fallecimiento de nuestro hijo de 21 años, que en 3 días se enfermó y se murió. Eso fue muy conmovedor y muy duro para toda la familia y seguimos adelante justamente por los hijos. Y el sentimiento, particular...ahora, después que hable él... a mí, que siempre lo digo, el sentimiento que me da es de misión cumplida, cuando parten. En el caso mío, en esta etapa de la vida estoy viviendo el futuro. Durante muchísimo tiempo, hubo que estar abocado a la formación, a la educación, a la independización de esos hijos y ahora es como ver esa realidad. Esa es como ver esa realidad. No me da sensación de vacío, quizás sea porque al año de nacer el segundo hijo, yo dejé de trabajar, porque se pusieron complicadas las cosas y el trabajo mío no equiparaba la persona que podía tener acá para que asistiera el rato que no estaba, asique yo estuve acá en la casa, dedicada al cuidado de la casa y educación de ellos. Esa cosa impregnada que tengo de los chicos... de chiquititos... lo tengo asumido como misión cumplida, en esta altura.

Él: yo... sinceramente, como todo lo hemos vivido en un proceso, no ha sido nada, que se han retirado en forma inconciente o repentina, yo te diría que al ser proceso en todos los casos... han cumplido su noviazgo, han cumplido su etapa de presentación a los padres por parte de las chicas, hemos participado en todos sus problemitas de noviazgo.... Hemos sido participes de todo su proceso, entonces yo no he sentido... nuestro matrimonio ha sido siempre de puertas abiertas, tanto para los amigos de nuestros hijos, como ahora para las nueras y los nietos, nosotros no nos trasladamos a la casa de nuestros hijos. Ellos vienen acá. Eso llena mucho. Ese sentimiento de vacío yo concibo que está en los matrimonios que se encierran entre 4 paredes y sienten el silencio de la casa. Nosotros no... estamos permanente tratando que vengan. Continuamos los sentimientos y disciplina de vida que tuvimos cuando criamos a los hijos y ahora que estamos recibiendo a nietos y su familia y les hacemos respetar ese principio de familia.

¿cómo pareja, como definirían esta experiencia? Él: para mí, algo esperado. Natural

Ella: hablar de pareja... nosotros somos católicos, practicantes. Tenemos esa conciencia de que la pareja es en una etapa de la vida. Cuando aparecen los hijos, empezamos a ser comunidad. La forma en que vivimos... más que pareja... como pareja nos sentiríamos extraños porque no podemos evitar que entre nosotros este toda esta

comunidad que hemos formados. Somos nosotros como la cabeza, los referentes mas ancianos de la familia, al no estar nuestros padres. Entre nosotros... más de 40 años juntos, tenemos la misma comunicación, quizás más profunda de lo que teníamos al principio del matrimonio, porque no nos conocíamos, teníamos ese futuro incierto. Ahora es mas quizás el pasado que el futuro, porque es una cuestión de edad. Ahora tenemos que estar mas avocados el uno al otro si tomó la medicación, que vaya al médico...

Él: a mi me preocupa su jubilación...

Ella: ahora es como otro cuidado, porque estuvimos mucho tiempo cuidando a los más chiquitos. Ahora bueno... tenemos esta apertura pero también tenemos que cuidarnos el uno al otro, cosa que también es nueva en esta etapa de la vida. Tratar de llegar lo mejor posible, el mayor tiempo posible. Queremos disfrutar esta etapa...

Ante alguna dificultad que hayan tenido como pareja, algún problema o pelea, ¿cómo ha sido el proceso de comunicación? ¿Cómo es su proceso de resolución de problemas?

Ella: hemos tenido crisis brutales... muchísimas.

Él: El proceso de más joven... en la juventud uno tiene esa decisión extrema, de todo o nada, dar un portazo... a esta altura de la vida, todas esas instancias se van madurando, se van venciendo con el tiempo y lo que queda es la esperanza que haya un mayor acercamiento con el tiempo y una mayor comprensión día a día. La esperanza... yo tengo fe en que va a cambiar (risas)

Ella: es un esperanzado... el tema es que tenemos dos temperamentos distintos. Él es más pasional, yo soy más reflexiva. No tengo explosiones... cuando era más joven, sí las tenía... Con los años, uno ha ido aprendiendo a acomodar las cosas para que la convivencia sea armoniosa y que sea también agradable para los hijos y nietos. Antes, quizás uno estaba más... había más cuidado. Lo fundamental que buscamos es allanar el camino con nuestros hijos y nuestras nueras... eso es importantísimo, que entre ellos tengan una buena relación. no podemos andar teniendo berrinches nosotros.

Él: yo creo que es una cuestión de objetivos en común. Mientras tengas objetivos en común... todo lo discutimos, lo charlamos a los efectos de compatibilizar intereses, donde están presentes nuestros hijos y nietos. Es decir, "¿qué pensaría tal hijo de esta decisión que vamos a tomar?", eso lo tenemos totalmente asumido. Mientras tengas objetivos en común, que van orientados hacia el beneficio de esa comunidad, ahí fortalece mucho estar bien, el tener paz interior. Creo que por ahí pasa. Cuando vos tenes los objetivos dispersos, que cuando sos joven a veces pasa...es ahí donde hay muchos cortocircuitos que se van dando. Mientras vas unificando y pones la zanahoria por delante, en esa comunidad, que todos lo vean bien, uno se fortalece para llevarlo adelante. Nosotros tenemos un proyecto concreto de ir a conocer a nuestro nieto a Buenos Aires, que nace en Octubre

Ella: ese va a estar lejitos... tenemos que ir armando. Tenes que hacerlo con tiempo, en estos tiempos no es fácil, no hay una solvencia de la economía como para hacerlo en cualquier momento, por eso hay que planear... También tenemos que ver que alguno de los chicos de acá necesite auxilio de algún tipo... funcionamos como tipo banquito. A nosotros nos paso de la misma forma con nuestros padres, tener ese

respaldo. Ese sostén lo tuvimos y queremos que nuestros hijos lo tengan... tenemos la necesidad de que no se sientan huérfanos mientras estemos acá...

Él: todo lo que nosotros pensamos y armamos a diario, está pensado para 11, 12 personas...

Ella: ojo... no es que nuestra actividad se agote simplemente en los hijos. Él tiene actividad política y social y yo también... reconocemos que el tronco principal es eso. Somos sociables, pero también... lo fundante es lo familiar.

Además del proyecto que mencionaron de viajar a bs as, ¿qué otros proyectos tienen como pareja o algún proyecto que tengan individualmente?

Ella: bueno... yo acabo de terminar un proyecto, lo estoy terminando... en el 2001 cuando estaban todos en la universidad, menos el menor... y aca no se podía salir de la habitación, porque había gente estudiando... empecé a estudiar la Licenciatura en Literatura Moderna, en la Facultad de Filosofía y Letras. Se me alargó un poco, porque fueron años complejos y este año, por fin, hace 15 días, entregué el borrador de mi tesis. Así que ahora estoy haciendo la plancha... y con mis amigas, que también añosas han estado en la facultad, que algunas se han recibido y otras están ahí, estamos viendo cuál es el proyecto a seguir. Me gustaría seguir estudiando Portugues, me interesa, me gusta. He hecho un primer nivel... y bueno, seguir atendiendo a mis nietos, a mis hijos y nueras. Aprender a coser, también, para mi nieta. Ahora tengo un motivo. A los varones les gusta la ropa toda comprada, ahora tengo una nietita para hacer volados y esas cosas...

Él: yo diferencio los proyectos inmediatos, de familia, como puede ser ese concreto de Octubre que ya está todo preparado, el departamento alquilado, el vuelo comprado... vamos haciendo progresivamente. Eso con respecto a la parte concreta familiar. En lo personal... he vuelto a la construcción, estamos con unos socios. Yo soy arquitecto y antes tenía una empresa constructora. Y como posibilidad de trabajo, he vuelto a la construcción. Estamos con una obra. Quiero que se agrande eso, que tenga algún porvenir un poquito más importante. También soy docente en la Universidad de Congreso, soy tutor y titular de la cátedra de Construcciones y ahora estoy interesado en ver de qué manera le podemos imprimir una dinámica distinta a la enseñanza en función de estos nuevos acontecimientos que estamos viviendo, las normas... me han hecho responsable ante la CONEAU del nuevo perfil del arquitecto...

Ella: en lo posible, cuando los nietos estén mas crecidos, llevarlos a Disney

Él: un poco ambicioso, con eso nos divertimos (risas). Esa es otra de las cosas que si hablamos de proyectos, lo tengo. El proyecto de cuidar la salud, es importante. Yo deje de fumar hace dos años, para tres. Creo que cuidar la salud implica disfrutar un poco más esto y que los nietos... hoy me pongo a jugar al futbol con ellos, no lo podría hacer si a mis 64 años estaría.. que se yo... uno dice, "cuidate la salud, que todavía tenes mucho que recorrer con los nietos"...

¿hay actividades que realicen juntos, como pareja? Tienen algunas actividades que hagan por separado?

Él: si... tenemos dentro de la disciplina de la fe, estamos trabajando en forma conjunta, estamos creciendo.

Ella: el grupo de matrimonios en Schoenstatt. También las salidas a comer... en la semana, dos o tres veces por semana salimos a comer. Solos, sí. A ver vidrieras...

Él: buscamos cualquier motivo... los matrimonios amigos los tenemos para alguna salida eventual, que vamos al teatro...

Ella: lo habitual es que salimos los dos juntos...

Él: cuando ella tiene que salir, supongamos, al club del libro, con las amigas... yo me siento abandonado. Es un nido destruido porque no me deja ni comida... (risas)

Ella: siempre le dejo la cena... hace 16 años que tengo un grupo de amigas que les gusta la lectura, son reuniones una vez al mes. Nos juntamos una vez en cada casa... hemos formado una biblioteca que pertenece al club del libro. Estamos en la etapa de las abuelas ahora, porque nos empezamos a juntar cuando los niños eran chicos y estamos transitando las etapas igual. Comentamos los acontecimientos del mes y después comentamos el libro que hemos leído... es muy enriquecedor.

Esto de salir solos, de ir a cenar, ¿es algo que se ha dado desde ahora o siempre fue así?

Ella: no, de novios también lo hacíamos, es lo mismo que hemos seguido haciendo... Cuando los chicos eran chicos, se dificultaba un poco, porque imagínate lo que era andar con toda la patota... por eso nos hemos hecho más receptivos, que ir hacia...

Él: la estructura familiar determina un poco el tipo de invitaciones que se reciben...

Si tuvieran que definir la relación de pareja, antes y ahora... ¿cómo la definirían?

Él: yo te digo que como proceso... a mí no me ha cambiado la vida. A mí personalmente no me ha cambiado, al contrario, creo que en este momento tenemos más unión, estamos más atentos el uno al otro...

Ella: sí, más atentos el uno al otro. Que si tomo las pastillas, que salimos o no

Él: en general, no me ha cambiado.

Ella: tenemos más libertad

Él: el manejo de la casa sigue siendo igual. Creo que es más lindo lo que estamos viviendo porque tenemos a todos nucleados en la convocatoria para comer...

Ella: a mí siempre me gusto que vinieran con las chicas a comer... hemos agrandado la familia... Vos compartís la vida con la persona adulta que elegiste. Los hijos adultos tienen que hacer su vida, es lo lógico, la naturaleza que lo pide así

Él: y lo mejor que les puedes dejar es el ejemplo

Ella: y las crisis las hemos pasado y las hemos asumido, discutido, padecido a lo largo... no es que haya estado tapado, y de pronto explotan. No... Nosotros hemos ido explotando a medida que ha ido pasando y ha

explotado en formas muy violentas, muchas veces. Violenta en el sentido de producir rupturas, fuertes. Rompimientos abruptos. Creo que eso ha servido para que a esta altura de la vida no tengamos esos procesos que algunas parejas tienen, que han estado postergando y de pronto se explota algo que ha estado tapado durante mucho tiempo...

¿Tienen acuerdos en la división de tareas, en los cuidados del hogar?

Ella: Sí. Él trae el dinero y yo me encargo de las compras

Él: yo me ocupo de producir con un objetivo, el beneficio de toda la familia. Punto.

Ella: de tantos años de ejercicio es más productivo el tiempo que él emplea en su trabajo, que lo que yo pueda emplear o producir... es más productivo mi trabajo acá en la casa, que he podido supervisar...

Él: ¿Ves porque me preocupa su jubilación? Para que podamos comer, ya se lo he dicho (risas)

Ella: yo tengo aportados un par de años, cuando era joven...

¿de qué trabajaba?

Ella: Trabajé de administrativa en el Instituto de Vitivinicultura y después en Arredo, trabaje un tiempo como vendedora... Y ahora, este último tiempo he dado clases preparando alumnos para el ingreso a la Universidad, por el tema de lectura y comprensión de textos.

Es decir que usted ha estado más que nada en la casa, ocupándose de las tareas, hasta el día de hoy, mientras que su marido, más en la calle.

Él: el proveedor

Ella: es la función tradicional. Esa figura... el sistema es elegido. Porque nuestras madres, ambas, trabajaban. La madre de él tenía un negocio en el centro y mi mamá fue Asistente Social. El perfil que tenemos de familia es de madres que trabajaban fuera de casa.

Él: el quiebre se produjo con la crianza de los chicos. 5 chicos es mucho...

Ella: Al año del segundo hijo... fue complicado. El nacimiento de él se produjo a los 6 meses y 10 días de embarazo... fue un año durísimo, con exámenes neurológicos para ver si respondía, estuvo 3 meses en incubadora. En ese año, que fue muy duro, teníamos acá dos personas, porque mi madre por problemas de salud no se podía hacer cargo, la mamá de él trabajaba todo el día, no teníamos el sostén de las abuelas. Teníamos que tener personal acá y se puso muy desmesurado lo que yo ganaba con lo que tenía que invertir...

Él: Una chica que hacía el servicio domestico y otra para cuidar a los chicos

(...)

¿Hay alguna diferencia en su trabajo con respecto a etapas anteriores?

Él: trabajo más tranquilo, trabajo menos y con iguales recursos. En este momento estoy con la constructora, que la estamos armando, con la Universidad y soy director del EPAS, tengo un cargo público. Atiendo las tres cosas... te diré con grandes gratificaciones porque las cosas se cumplen, con satisfacción. Tengo tiempo para dedicarle a la familia, tengo muchas preocupaciones, es cierto... pero no las transmito acá...

Ella: no las lleva, las explota... Como diría mi hijo más grande "Uuh el pá ahora debe estar más aliviado porque somos varios menos para comer"... viste la etapa esa... durante mucho tiempo, la presión del gasto que tenes que llevar, el sustento diario. La comida, la vestimenta, el colegio... son muchas cosas que a esta altura de la vida, estamos más aliviados en eso.

Él: además siempre la postura de ser justo. Había 1 par de zapatillas, habían 5 pares...

En el área de la intimidad, ¿notan diferencias?

Ella: Y si... cuando nosotros éramos jóvenes... es muy distinto. A mi particularmente me cambio bastante la vida... Yo tuve una operación de cáncer de endometrio en el 2010, me sacaron todo. Ahí uno tiene una diferencia, se nota uno... te sacan todo y bueno... hay una variación. Es lo que he notado... no es lo mismo cuando uno es joven, que tenes otro tipo de actividad física a después cuando uno va siendo mayor y después con la operación, que tiene sus consecuencias...

Él: pero se complementa con otras cosas. Ahora vemos el noticiero juntos, vemos películas... No tiene importancia, veras que a través de los años hay cosas que se diluyen y quedan... la salud de ella es prioritario ante cualquier otra situación. La vida te va enseñando a qué darle importancia y a qué no... se te va aclarando el panorama... El trabajo de saber dar prioridades se hace también en la relación de la intimidad... yo hoy, me siento muy feliz si nos vamos a comer afuera, por ejemplo...

Ella: en la época de juventud, no hemos tenido ninguna complicación. Hemos tenido los hijos que hemos querido, hemos tenido una relación satisfactoria, frecuente... también, todo a medida que se presentan las situaciones de salud... decís, bueno, como que lo tenes incorporado en tu haber, no lo vivís como una falencia....

Él: nuestra fórmula puede ser nefasta para otra pareja...

Ella: me acuerdo que durante muchísimo tiempo... salían unos comics, tenía recortado uno de "La felicidad es...". Decía "La felicidad no es mirarse mutuamente a la cara, sino mirar juntos en una misma dirección"

Él: los objetivos...

Ella: porque el mirarse permanentemente puede agotar, pero si vos miras en una misma dirección, siempre se renueva, siempre hay proyectos nuevos, hay vidas nuevas. A nosotros nos ha pasado, siempre hemos tenido entre manos una vida nueva en la cual proyectarnos, porque nos reconocemos... hasta en los nietos. Primero en los hijos, ahora en los nietos...

(...)

¿Cuál sería su recurso más importante, como pareja, a la hora de resolver un conflicto o pasar alguna situación? ¿Qué definiría a la pareja?

Ella: el recurso mío es la tolerancia

Él: sí... la tolerancia. Como recurso, la tolerancia. Y como necesidad, el compañerismo. Ahí se define, por lo menos, la situación que yo vivo.

Ella: lo del compañerismo, sí... personalmente, yo soy consciente que a nadie más en el mundo le importan las mismas cosas con la misma intensidad que a él. Estoy convencida de eso. Quizás, hace 45 años no estaba tan convencida de eso, antes no convivíamos, no teníamos el proyecto juntos. Eramos novios y decíamos que íbamos a tener 3 varones, teníamos los nombres que al final no se los pusimos. Eso era un proyecto que teníamos. Mirando ahora y viviendo ese futuro al cual apuntábamos... yo estoy convencida, soy consciente de eso, de que no hay nadie en el mundo a quien le importe en la misma intensidad, en el mismo grado que a él. No es en vano que vivis desde los 20 años con alguien...

De todas las etapas que han vivido, ¿qué sienten que han ganado, que sienten que han perdido?

Ella: yo creo, en lo particular, me complazco, mirando retrospectivamente... doy gracias a Dios porque tenemos una familia, a pesar de las pérdidas, de nuestro hijo que fue una pérdida muy grande, no se... siento misión cumplida. Creo que no podría haber sido mejor. Si yo tenía alguna asignatura pendiente, que fue esta cuestión de... siempre me gustó leer, la asignatura pendiente en lo personal lo complete en estos años que pude ir a la facultad, que me abrió un montón de conocimientos que yo los desconocía y eso me ha satisfecho en mi inquietud intelectual. Y en lo afectivo, él me ha dado la posibilidad de tener esta familia, que ahora está proyectada en los nietos, y que también los hijos disfrutan que estemos... eso, agradecer día a día lo que tenemos. En el caso mío, no creo que haya habido otro proyecto mejor.

Él: yo entiendo que he ganado, todo positivo. Se ha crecido juntos, se ha afrontado todas las dificultades. Ella habla de un extremo, de la pérdida de un hijo, una pérdida como padres, nos hemos acompañado. Ha habido grandes satisfacciones, nos hemos acompañado. Hemos dado la bienvenida a nuevas vidas, nos hemos acompañado. Es todo ganancia, como media. Todas las dificultades que podemos haber tenido, han sido superadas y hemos crecido. Hemos crecido juntos, tenemos una visión de futuro... te diría, casi espontáneamente igual, porque no ha sido pensada. Ese compañerismo tanto tiempo ya nos hace pensar igual...

Ella: si... ya nos miramos y nos conocemos

Él: yo siento que no he perdido nada. Al contrario, he ganado. Muchísimo. Y más sabiendo lo imperfecto que soy... Han sido altamente positivas todas las etapas que hemos vivido y todos los conflictos que hemos vivido y sin embargo, se han superado, se han encajonado, se han delimitado, se han madurado, se han superado... es importante. Es crecer. Creo que hemos crecido juntos.

¿Qué implica envejecer para ustedes?

Ella: ay... primero que empezás a perder dientes, la vista, tonicidad... es como tener un auto viejo... yo soy creyente y uno lleva el cachivache y lo que tracciona es el alma... el sostén espiritual es muy importante para

todas las vicisitudes que nos ha tocado vivir. El envejecimiento uno... reconoce que es el deterioro físico, sobretodo. Si vos tenes el empuje interior hacia lo espiritual, lo intelectual, en la medida que tenes ese entusiasmo, el envejecimiento... es parte de la vida. Particularmente, no me niego a la vejez. Hemos visto fallecer a un hijo a los 21 años, en la plena juventud, es una pena no llegar a lo máximo que se pueda alcanzar. Lo que no me gusta y hago esfuerzos para no llegar al final, deteriorada. Hago esfuerzo para mantener buena salud, estar activa y no deprimirme porque en buena hora que cumpla años.

Él: yo entiendo que envejecer pasa por no tener objetivos y no generar nuevos. Esta el deterioro físico y si uno lo comprende, lo dimensiona y lo sabe llevar con madurez e inteligencia, no es trascendente. Pero sí creo que es muy deteriorante el no tener objetivos...

(...)

Él: son los pequeños proyectos que hay que madurar... El manejo de los tiempos...Creo que son la herramienta fundamental para entender la vejez. Si no tengo proyectos, estoy viejo... Más allá de lo físico, la vejez también es mental.

Ella: la vejez es un estado mental, más que nada. Como dice él, de perder la capacidad de hacer proyectos, perder la capacidad de disfrutar, de tener ganas de reunir...

Él: yo estoy convencido que el físico es el cachivache. Mientras vos tengas proyectado... la vejez, lo físico, lo tenes de hecho, no lo vas a poder evitar. Sí podes evitar y podes manejar el tema de la mente, con los pensamientos y proyectos...

Pareja 3:

¿Cuánto llevan de casados?

37 años

Y de novios, ¿cuánto estuvieron?

2 años y medio.

¿Cómo está conformada su familia?

Él: nosotros dos y los chicos, de 34 y 32.

¿Hace cuánto que los hijos partieron de la casa?

Ella: Hace... 9 años...

Él: 10 años ponele. Y así... como casita de locos. Uno atrás del otro.

Ella: Se fue uno y al año siguiente, el otro

Él: lo que me costó sacar a flote a esta mujer...no sabes... porque yo no estoy en todo el día en la casa. Yo trabajo por mi cuenta

¿A qué se dedica?

Trabajo por mi cuenta, tengo taller de chapa y pintura. Vengo en las noches, al mediodía a almorzar y ella estaba todo el día y estaba con los chicos, con los amigos de los chicos, que venían de la facultad...

Ella: todo las noches teníamos acá dos o tres... mi hija traía amigas de Rivadavia, San Martín... los traía a todos... a dormir, a comer, entonces yo estaba todo el día con gente y de un día para el otro, quedarme sola, sola, sola.

¿Usted es ama de casa? Si. Hasta ese momento, ama de casa. No salía a ningún lado. Y después... no se a que tiempo empecé... ¿pasó cuanto tiempo?

Él: te voy a contar... no me acuerdo cuanto tiempo, yo la veía que estaba mal, tenemos un medico de confianza... anda, que te vea... ese medico le dio antidepresivos pero de todos modos, con antidepresivos y sola a la macana en la casa... era como inútil el antidepresivo. Una amiga de ella le ofreció un trabajo... informal, ad honorem y bueno... ella me consulto, me dice ¿qué te parece? Dale, metele, vamos. Perfecto, para mí resultado perfecto porque era la idea de sacarla de la casa, que se despierte un poco. Teníamos unos manguitos ahorrados, fuimos un compramos un autito, un 147, viejito...

Ella: para que yo me pudiera mover

él: y ahí... mal que mal... salió. Después, ya nos acostumbramos. Ya no sé si los recibiríamos de vuelta, ya vivimos muy cómodos. El primer cimbronazo duele un poquito pero...

Ella: cuando ellos no estaban, porque iban a estudiar a lo de un amigo o a lo de la novia... venían los amigos y estaban acá y conversaban con nosotros, tomabamos cerveza, vino... pero ya después que no estuvieron... no vinieron mas...

El: nos afecto a los dos, no es que solamente a ella, a los dos... bueno, yo medio que lo supere mas porque estoy mas tiempo afuera... en la calle. A ella le hizo bastante mal

Ella: A partir del trabajo y la independencia, empecé a moverme más, a trabajar todos los días.

¿Qué trabajo era?

Ella: Dando clases de tejido. Después mi hija empezó la facultad, entonces no tenia con quien dejar los chicos, entonces me organice con los talleres y le cuidaba los chicos ciertos días, después me dijo ella que no me hiciera problema si yo tenia que salir o algo... asique iba tres veces por semana. Y ya este año... hubo un problema...

El: el tema es que es un trabajo del Partido Demócrata, una cuestión de política. Le pagan 2,20. No importa, alcanza tal vez para la nafta del auto y para alguno de los colgantes esos que usa (risas), pero el asunto es que le hace bien porque ella esta sola aca... no puede ir a laburar conmigo. Aparte, no quiero (risas)

Ella: claro... porque le voy a ir a dirigir todo (risas)

Qué sentimientos les provoco encontrarse solos, que los hijos hayan partido del hogar? Si tuvieran que definir la experiencia, ¿qué dirían?

Él: y...medio que te duele, te sentís triste, abandonado

Ella: sentimiento de dolor, yo mas que todo.

El: pero es una cosa muy lógica.

Ella: también lo hicimos nosotros. Pero la generación de nosotros era distinta. Yo me acuerdo de mi papa cuando se caso mi última hermana es como que... el ya se había sacado los pesos de encima. Yo no. Yo era una cosa que no quería que se fueran, a mi no me molestaban. Pero bueno....

Él: tiene que ser así. Una semilla no germina al pie del árbol, tiene que ir mas lejos del árbol

De toda la experiencia, de estos 10 últimos años, ¿pueden rescatar algo positivo, algo negativo? De esta etapa del nido vacío, del encontrarse solos...

Él: ¿Querés que te lo diga desde el corazón? ¿Desde aca adentro? Espectacular, fantástico. Nosotros no vivimos nunca solos. Hace 15 años que estamos de luna de miel. Después que se fueron los chicos, estamos de luna de miel. Nos casamos y fuimos a vivir a lo de mi vieja. Ahí estuvimos años de años de años hasta que pague esta casa y después bueno... tenia los hijos y bueno.... Después se fueron los hijos, solucionamos los problemas de que se fueron y todo eso y ahora estamos de 10. Le digo "¿vamos a comer afuera?" y agarramos el auto y nos vamos, "¿vamos a tomar un helado al centro?" y nos vamos.... Lo que no pudimos hacer cuando éramos

jóvenes, lo hacemos ahora. Disfrutamos los nietos, los traemos acá y les encanta... al punto que no se quieren ir de acá.

¿Qué proyectos de pareja tienen? ¿Hay proyectos individuales?

No... la vamos haciendo sobre la marcha. Venimos de una época de hacer eso... yo trabajé casi toda mi vida un trabajo independiente, entonces es como jugar un partido de fútbol, como venga la pelota le pones el pecho, la pateas... si hay un superávit, lo aprovechamos. Nos vamos por ahí, fuimos a las Cataratas, a Buenos Aires un fin de semana...

Ella: nosotros la pasamos bien solos, aunque estemos mirando una película

¿Algo que quisieran realizar a corto o largo plazo?

El: quiero comprarle un Vento a la señora. Ese sería el sùmmum, después de eso, ya me puedo morir tranquilo (risas). No se... ¿qué proyecto me puede quedar? Ya no tengo nada más para hacer.

Ella: ya lo que quería lo tiene, la moto en la cochera... ahí la tiene. La casa...

El: vamos viendo que trae la marea... la vida es así. Se puede tener todo planeado pero en un segundo te cambia todo. Por ahí hay chicanas que te hacen saltar dos o tres casilleros y hay otros que te hacen retroceder 15... pero bueno...

(...)

Él: en la pareja tiene que haber onda de las dos partes. Si vos sos discutidora y sos mi pareja, yo te voy a probar hasta dónde vas a discutir. Si me vas a pasar por encima, no te voy a discutir. Uno tiene que aflojar en algún momento, si no, me parece que ya es como una guerra todos los días. Una guerra todos los días cuando estamos parados acá y cuando nos vamos a la cama, tregua total. Y no se puede vivir así... me parece que no...

Ella: nunca hemos vivido así. Nunca nos hemos peleado, tengo amigas que se pelean con el marido y pasan 15 días que no se dirigen la palabra... así no se puede vivir.

Él: nosotros hablamos, discutimos y listo. Centralizamos el problema, lo arreglamos y chau

¿Alguno toma la iniciativa, los dos por igual? ¿Hay negociación? ¿Cómo es el proceso de resolución?

Él: se discute... yo soy el que más... bah... ella también. Si yo ando con cara de culo, viene ella y me dice "¿porque andas con cara de culo? ¿Qué pasa? Tal y tal y tal cosa". Se discute y listo. Simple.

¿Sienten que las discusiones enriquecen a la pareja? El confrontar con el otro...

Ella: es que nosotros no tenemos discusiones. ¿Vos decís hablar el problema o discutir el problema?

Él: hablar, sí. Enriquece a la relación porque te pones de acuerdo. Si somos socios... la mitad de la casa es de ella, la mitad de los hijos también son de cada... entonces hay que hablar, comunicarse, voy a hacer esto, lo otro. Me parece que enriquece.

¿Dificultades a nivel padres?

Él: pasaba lo mismo. Se discutía y listo

Ella: nunca tuvimos problemas con ellos

Él: mi yerno siempre se ríe de mí porque es simple, cuál es el problema? Tiene solución o no? Busquemos la solución. ¿Hace falta plata? Hace falta un juez? Es práctico.

¿Hay actividades que realicen juntos?

Él: almorzamos, cenamos, dormimos... y.... andamos por ahí. Ella va al gimnasio, yo no tengo tiempo para ir y no me gusta

Ella: la verdad es que debería hacerse el tiempo... yo tengo mi taller de tejido... y esas son las cosas que hacemos por separado, si no siempre andamos juntos. El ha ido ahora a hacer unas compras a Lujan porque estaba solo y yo te estaba esperando a vos... pero si no, siempre juntos.

El: cualquiera de mis nietos me ve solo y me pregunta "Y la yaya?"...

O sea que es más el tiempo que pasan juntos que separados... ¿esto siempre fue así? ¿Cuando estaban los hijos era igual?

El: si... siempre igual. Salíamos a donde sea y los llevábamos.

Ella: éramos 4, íbamos 4. Donde fuera. Siempre fue igual. Íbamos a la montaña, al shopping,... a todos lados juntos. Íbamos mucho de picnic... con mi papa, los tíos... Ya después que se pusieron de novios, que salían, les hacíamos la guardia acá en la casa, que si se levantaban, que el almuerzo, la merienda y nosotros nos quedábamos acá, ¿o no? Yo me levantaba en la mañana antes que volvieran de bailar, porque no podía dormir, si se iban en el auto... y volvía mi hijo y me veía regando... claro, porque yo lo estaba esperando.

Él: ese es un problema tb... si el problema que hay es como este termo, para ella es.... Como esta habitación, parece que se le viene encima. ¡Para! ¿Cuál es el problema? Busquémosle la solución.

¿Usted sería entonces mas practico?

Ella: claro... el es el tranquilizante (risas)

El: siempre me dice "ah que vos sos muy tranquilo", pero no... tenes que pararte sobre la tierra para decidir. Si decidís en caliente, la embarras. Todo tiene solución. Hay cosas que se pueden conversar y llegar a una solución, hay cosas que no. Y listo, sigo mi camino, no me hago tanto problema, como ella.

Con respecto a las tareas de la casa, ¿cómo se reparten? Él: ah... esas las hace ella. Yo no hago un carajo, diría mi nieto. Yo no estoy en todo el día, no se cocinar... se me muere la vieja y me muero de hambre, tengo que ir a un restorán a comer, almuerzo y cena, todos los días... es por eso de que estamos siempre juntos. Me elige la ropa, las medias, los calzoncillos... porque si me pongo la ropa que a mí me gusta, no me queda, no combina...entonces para que no me cague a pedos,, “qué me pongo?”. Simple. Parezco un pollerudo...pero soy lógico, antes que me rete...

Es una lógica que funciona.

El: claro, nos funciona. Todos podemos aprender de todos, siempre

Ella: siempre fue así.

El: cuando estaban los chicos era igual, que la pilcha, la ropa

Cuando se casaron, ¿hicieron acuerdos al respecto?

El: No. Esto se va dando con el tiempo. Van ocurriendo cosas que hay que solucionar de alguna manera y van apareciendo estas maneras de actuar de cada uno. No es que fue un acuerdo pre matrimonial, no es un contrato de trabajo, vamos a convivir juntos, entonces mientras convivamos juntos tratemos de hacer que las cosas salgan bien, busquémosle la vuelta. Lo que está malo, solucionarlo. Lo que está bueno, mantenerlo y potenciarlo.

En su caso que tiene ocupación, ¿nota diferencias en el rendimiento con respecto a la etapa anterior, con los hijos, trabaja más ahora, tiene más tiempo, es igual que antes, dedica más tiempo a otras cosas?

El: hay un montón de factores. Trabajo más tranquilo ahora, ya no tengo que pagar la facultad de nadie ni la escuela, ni el auto, un montón de cosas. Si termino un auto hoy día para entregar, bien. Si no.... Listo. No es una cosa que me urja la plata. Entonces estoy más tranquilo. ¿Si trabajo menos? Al contrario, cada vez quedan menos del trabajo que hago, entonces siempre estoy tapado de trabajo. Pero insisto, siempre tranquilo. Cumpló horario como de empleado, voy a las 9, me vengo a la 1, a las 3 vuelvo al taller, a las 8 paso a ver a mi mamá y de ahí a la casa.

Y usted tiene más tiempo o tal vez la posibilidad de hacer otras cosas?

Ella: sí... más tiempo. Por ahí me falta tiempo para hacer lo que quiero. Al gimnasio no iba, no daba clases, no cuidaba nietos y cuando voy a mi hija, hago lo que hago acá, cocino, lavo, ordeno, llevo a los chicos a lo que sea como si fueran mis hijos. Entonces por ahí me falta y me gusta hacer muchas cosas de manualidad y me gusta trabajar en mi casa, entonces me queda la noche nada más para eso... a la noche, mientras vemos la novela, me pongo a hacer lo que quiero hacer. Tal vez no con el tiempo que me gustaría... por ahí me dan ganas de irme a tomar mate o te con mis amigas y me voy.

Con respecto a su intimidad, ¿que podrían decir? ¿Han notado diferencias? ¿Tienen acuerdos sobre esto? La frecuencia ¿aumentó, disminuyó?

Él: el otro día leíamos un artículo en el diario sobre sexo, a la pareja y yo le decía...”somos Gardel nosotros, les pasamos a la escoba a todos”, porque nos manejamos de otra manera... no sé cómo explicarlo. Con casi 60 años decirte que todavía estoy enamorado de esta mujer, hace 37 años y bueno... es así. Y no te lo digo a vos, tengo amigos que son testigos que se lo he dicho en reiteradas ocasiones.

Él: esta buenísimo. Como esta... esta buenísimo como estamos. Estamos bien, bien, bien en pareja. Esta espectacular. El sexo hace bien a la pareja, es lo que mantiene unidos. Si no... estos 37 años hubieran sido un embole...

Ella: estamos perfecto.

Como pareja, si tuvieran que nombrar su recurso más importante, ¿cuál sería? Aquello que los saca a flote en momentos de dificultad o problema...

Él: ¿de dónde se agarra uno cuando hay problemas?

Sí.

Él: nosotros tenemos a la pareja como recurso. Nosotros hemos tenido problemas a bolsada en estos 37 años y cuando más mal hemos estado, económicamente o lo que fuera... hemos estado muy bien los dos en pareja. Si no tenes plata, no tenes trabajo, tenes una serie de problemas económicos.. y tener en tu casa una persona que te dice esto, lo otro.. medio que te tira para atrás. Ella era totalmente conciente de lo que pasaba, entonces... si estamos así, aguantemos así y seguimos viviendo así, sin mayores dramas. Nos hemos acompañado siempre. Cuando se fueron los chicos, que ella estaba mal, si yo la hubiera abandonado... ¿qué quedaba de ella? Tenía que internarla...

Un cuestión de compañerismo, entonces.

Ella: si, compañerismo

Él: lo importante es el cómo te comunicas, si no te comunicas, si no tenes fe en el otro, no crees en el otro, si dudas siempre del otro y ... no va a durar nada la relación, la primera que la pifies.. por lo que sea.. asi no se puede vivir

Ella: siempre nos hemos tenido confianza uno en el otro. Nunca, nunca celos. Yo me juntaba con mis amigas, primero en la tarde, después en la noche y a mí me daba vergüenza que la gente me viera salir sola de noche, que dijera que salía de noche y por ahí no me gusta que él se quede solo. Y mis amigas, “que el Rafa es un talibán, que no te deja venir”. No es que no me dejara ir. Yo no quería ir para no dejarlo solo y que no me gustaba que la gente me viera salir sola de noche. Pero ahora... ya le dejo todo preparado, todo listo y me voy

El: ahora sale, vuelve a las 3 de la mañana... se juntan cada tanto, y yo le digo que vaya, que se va a quedar haciendo acá? Vuelve con otros aires.

Ella: el me espera, conversamos, nos reimos...

El: qué podemos conversar nosotros? Ya se nos acabo el repertorio de nada... ¿qué le puedo contar del trabajo?

Tomando en consideración todas las etapas que han vivido, ¿sienten que han ganado cosas, que han perdido?

El: mira... cuando nos casamos, una laucha era un potentado al lado de nosotros. Con eso te digo todo. Esta casa me costo... nos costo, sangre, sudor y lagrimas. Si no fuera por esta mujer, no tendría esta casa. No es la primera vez que lo digo. Ella insistió que tenemos que tener la casa... y acá estamos. Hemos ganado un montón. Vos nos preguntabas si teníamos proyectos... ya está, no queda más. Para mí, yo logre esta casa. Es un imperio. Logre tener esa moto que tanto quería. Ya está cumplido totalmente. Tengo nietos hermosos, sanos. Yo estoy sano. La imagen es de 60 años pero tengo el alma de 25

Ella: y eso es reflejo de cómo se vive

El: y con quien te rozas. Yo trabajo con gente mucho más joven que yo y ya te acostumbras y actuas de otra manera. Parece que sos mas joven pero no...

Ella: el espejo es el que te delata

¿Qué implica envejecer para ustedes?

El: no me molesta. Es el precio que hay que pagar por estar vivos.

Ella: yo le tengo un poco de miedo. Miedo de que uno no se pueda movilizar, que tenga que depender pero... yo me siento de 20 años. Voy a hacer lo que hago en el gimnasio y estoy con las pibas de 16, 17 años que no podían creer que tuviera 55 años. Pero cuando llega la noche te das cuenta que no tenes 20 años, el cuerpo ya no es el mismo, ya no rendís igual... el miedo mío es ese, a la vejez de que tengas que depender de los demás. Si no... terminaremos en un geriátrico, no sé qué será de nosotros. Por ahora, vivimos el momento.

Pareja 4:

“Estamos juntos hace 33 años”

“Yo soy ceramista, docente... nunca ejercí en realidad. Ama de casa”

“Y en eso se maneja espectacular. Todo lo hace perfecto, la casa siempre esta impecable. Me da motivos para volver...”

“Yo soy profesor de educación física. Ahora, jubilado hace dos meses”

“Nos casamos y nos fuimos de luna de miel a El Bolsón. Volvimos 15 años después”

“La verdad... ella ha sido... Yo me la llevé de acá. Me la llevé al sur. Ella no sabía dónde íbamos. Le cambie los zapatos de taco por otra cosa totalmente distinta. Nunca se quejo, siempre feliz”

“y... tuvimos que acostumbrarnos. Allá era otra cosa. Un pueblito muy chiquito, donde la casa había que calentarla a leña, se cocinaba con leña, había que hachar leña para tener...”

“Cuando nos fuimos, mis padres me decían “¿qué haces allá?”... después fueron y me vieron tan feliz que no dijeron nada más”

“ella se dedicó a enseñarles a las chicas a leer y escribir... sin saber bien como. Les daba tareas, cosas para hacer. Ellas fueron al jardín ya sabiendo leer y escribir”

“es que había tan poca luz de día, a las 6 de la tarde ya era de noche.... Había que entretenerlas con algo. Cuando se cansaban de jugar, de hacer cosas de niños... bueno, las sentaba a la mesa, papel, lápiz, a pintar, a escribir, a leer... había que pasar el tiempo con algo. Imaginate que no había televisión, ni radio... nada”

“A las chicas las acostumbramos a ser independientes desde chicas. Nosotros también lo somos. Todo es con libertad en nuestra familia. Cada uno puede hacer lo que sienta, lo que quiera... con las chicas, nos bastaba saber donde estaban y que estuvieran bien. Nada más. Ellas están bien, están felices. Listo, nosotros no podemos pedir más”

“nosotros mismos tenemos mucha confianza en nosotros. Ella siempre me ha tenido muchísima confianza y eso que yo trabajaba en los colegios, con chicas, con mujeres... y nunca un reclamo, celos. Nada. Eso es lo bueno de nosotros, que yo sé que puedo irme sin tener que pedir permiso. Y la realidad es que me voy pero siempre tengo ganas de volver. Ella me da motivos para volver.”

“¿Proyectos individuales? No... no tengo. Que se yo... tal vez volver a agarrar la bicicleta y salir.”

“No.. no tengo proyectos míos... tal vez debería tenerlos”

“Sí nos gustaría a los dos ver la manera de estar más cerca de las chicas por un periodo mas largo, unos seis meses, por ahí. Y ver si podemos terminar los arreglos de la casa, del jardín... eso que ves ahora, bueno... no nos gusta pero de a poco vamos haciéndolo”

“Para mí, la partida de las chicas fue algo bueno. No cambiamos en nada. Ellas solitas vinieron y dijeron... nos vamos. Juntaron la plata, se ayudaron entre ellas... La mayor vino directamente con los pasajes y nos dijo que se iba. ¿Qué le íbamos a decir?...”

“es que... no sé.... No sé qué sentimientos me produjo. Es que al criarlas con esta independencia, con libertad, era como.... Bueno, vayan, vean el mundo, viajen, conozcan. Y cuando pasó lo de G... bueno, eso fue muy duro y fue otra cosa en realidad. Ella ya vivía con el novio, venía a comer acá a la casa. Tenía planes para irse también con el novio... pero bueno, pasó lo que pasó”

“La verdad es que no tenemos ninguna actividad en común, más que alguna que otra salida de noche, que tampoco son tantas porque no nos gusta salir de noche.”

“Mmm.... No... la verdad es que a mí me gusta el campo, la montaña, irme a pescar y a ella, no le gusta absolutamente nada de eso. Entonces yo ya se que no cuento con ella. Agarro mis cosas y me voy. Ella tiene un par de amigas con las que viaja...”

“¿Viste esa gente a la que no le gusta estar en su casa? Bueno, yo no soy así. Yo disfruto estar en mi casa. Escucho radio, veo tele hasta tarde... él se acuesta temprano. Yo limpio, ordeno. Me gusta estar acá. Me gusta cuidar el jardín... ¿ves? Esa es una cosa que hacemos los dos. El cuidado del jardín”

“Lo que pasa es que yo ahora... empecé a roncar de noche. Entonces, para no molestarnos, para poder descansar, nos dimos cuenta que habían dos habitaciones más en la casa, libres, asique ahora dormimos cada uno por su lado y santo remedio. ¡Si es solamente dormir! Alguna que otra persona nos dice que estamos locos, que cómo vamos a hacer eso... pero a ver, es solo para dormir... nos hacemos algunas visitas de vez en cuando, pero si hay que dormir, hay que descansar, ¿cuál es el problema?”

“No sé si es que somos muy añiados nosotros o qué... pero funcionamos así. Nos hacemos chistes, algún mimo...nos reímos mucho”

“No tenemos así... discusiones grandes. Hablamos... tampoco es que bueno, nos sentamos y hasta que el tema no se soluciona, no te vas de acá...”

“Eso sí... nunca nos vamos a dormir sin saludarnos con un beso. Nunca. Hacemos tregua y en todo caso, la seguimos mañana...”

“Ella cocina, lava, ordena y yo quiero ayudarla, pero no me deja. Ella lo quiere hacer, asique la dejo...”

“Es que él no entiende que yo disfruto de hacer esas cosas, no lo hago porque tengo que hacerlo. Lo disfruto, me gusta, son mis actividades... Ojo, eso no quita que a veces quiera llevarme el desayuno a la cama y que lo haga, o que lave los platos o ayude con la limpieza alguna que otra vez...”

“Todas las noches rezamos, no por una cuestión religiosa, si no más que nada para agradecer lo que tenemos, por las chicas...”

“En eso nos llevamos muy bien. Por suerte tenemos siempre casi las mismas ganas de tener sexo. Ahora tal vez que estamos solos, hay más libertad...”

“sí... antes con las chicas, que si hacíamos ruido, que si nos escuchaban, que la cama... Ahora, solos... ya está. Más libres”

“Todo sigue funcionando perfecto. Tenemos más precauciones por la edad, ya no es como en la juventud que éramos pura hormona...”

“El trabajo... sí... igual, sin cambios. Es que la ida de las chicas, no cambió en nada nuestra rutina, nuestras cosas... tuvimos que acostumbrarnos a cosas nuevas en realidad, pero lo básico no cambió. Ahora, con la jubilación... tengo más libertad, puedo dedicarme a los hobbies. Hay mas disfrute. Tengo la libertad de saber que si empiezo algo, lo puedo terminar mañana, o pasado o cuando sea.”

“Él no es de esas personas que se jubilan y no saben qué hacer, que siguen trabajando para no deprimirse. No, el es multiuso, entonces, arregla el jardín, agarra un pedazo de madera y lo trabaja, acá en el barrio hay muchas mujeres solas, asique lo llaman para que les ayude en algo o para que les arregle cosas y allá va...”

“Te diré que yo soy más práctico, tengo el empuje necesario para hacer las cosas y en eso se apoya ella, vamos para adelante. Lo más importante entre nosotros es la confianza y el ser realista con las cosas...”

“sí... porque no podemos estar con los pies en otro lado, tienen que estar sobre la tierra. Cuando paso lo de G, no podíamos enojarnos con Dios, ni con el novio, ni con nadie. Fue un accidente. Los accidentes pasan. Teníamos que ser realistas en eso. Ella fue feliz mientras vivió, conoció el amor, pudo lograr lo que quería cuando lo quería, tuvo una vida plena. Se fue rápido, pero no pasa un día que no la recordemos.”

“G ya vivía con el novio. Acá venía a comer, sobre todo los domingos. Estaba. No dormía acá, pero estaba. Cuando falleció, ahí fue el “vacío”. Ahí realmente nos quedamos solos. Las otras chicas lejos... Nos quedamos solos”

“Vamos todas las semanas a cambiarle las flores al cementerio... Para nosotros ella está, de alguna manera. Le buscamos una estrellita en el cielo y desde allá nos mira y nos cuida, queremos creer que ella está bien, donde sea que esté. Sentimos la presencia...”

“Hay muchos colibríes por acá... y el otro día estaba mi marido regando y uno se le acercó mucho, empezó a tomar agua de la manguera y se siguió acercando hasta que llegó a la mano y empezó a tomar agua de ahí. Y... para nosotros es G que nos viene a visitar de vez en cuando, para ver que estamos bien, que seguimos adelante...”

“Le tengo miedo al dolor, a envejecer con dolor, que tengas alguna enfermedad que te cause dolor... lo demás no me representa problema.”

“A mí tampoco... es lo natural. Vamos haciendo en la medida que podemos. Cuando no podamos más, bueno... veremos. Yo me cuido, hago en la medida que el cuerpo me lo permite. Por ejemplo, tengo problemas en la rodilla. Si estoy mucho tiempo agachado, o sentado o le pongo mucha fuerza, siento dolor y me cuesta caminar un poco... a mí que me gusta salir a andar en bicicleta, eso a veces me juega en contra”

“Todo lo que hemos pasado ha sido bueno, a pesar de todo. Si pudiera volver el tiempo atrás, evitaría ese accidente. Haría algo para que no pasara. Pasó... y me parte el alma saber que no va a volver más, que los domingos no la voy a ver abriendo la puerta para venir a almorzar con nosotros... A pesar de eso, todo es ganancia”

“Con todo esto... que no están y demás, tuve que acostumbrarme a otras cosas. Cosas distintas, como el que no estén acá cerca, el uso de la tecnología para comunicarnos... Cambió. Pasamos a cosas distintas...”

“Pero son cambios buenos. Es como cuando estás recién casado y después llegan los hijos, te vas adaptando a los cambios. Las cosas fueron sucediendo...”

“en el 2001 con la crisis, estábamos mal, re mal... Así que él partió a Estados Unidos, estuvo como dos años solo allá, trabajando y después fui yo. Estuvimos unos años allá y después volvimos. Todo ese tiempo, las chicas estuvieron acá solas. Estaban mis padres por cualquier cosa, pero ellas se manejaban solas. Nunca tuvieron ni un problema...”

REDES SEMÁNTICAS

Pareja 1:

¿Qué significó para usted, como HOMBRE, la partida de los hijos del hogar?	JERARQUÍA
Alegría	3
Orgullo	4
Angustia	6
Esperanza	1
Inquietud	5
Satisfacción	2

¿Qué significó para usted, como MUJER, la partida de los hijos del hogar?	JERARQUÍA
Dolor	8
Punto	1
Desprendimiento	6
Éxito	4
Cambio	2
Vacío	7
Alegría	3
Paz	9
Arribo	5

Pareja 2:

¿Qué significó para usted, como HOMBRE, la partida de los hijos del hogar?	JERARQUÍA
Madurez	1
Responsabilidad	3
Vida	4
Naturaleza	5
Crecimiento	2

¿Qué significó para usted, como MUJER, la partida de los hijos del hogar?	JERARQUÍA
Satisfacción	1
Desprendimiento	5
Nostalgia	6
Expectativa	3
Reelaboración	4
Acomodamiento	2

Pareja 3:

¿Qué significó para usted, como HOMBRE, la partida de los hijos del hogar?	JERARQUÍA
Tristeza	1
Soledad	2
Abandono	3
Esperanza	4
Nietos	5
Felicidad	6

¿Qué significó para usted, como MUJER, la partida de los hijos del hogar?	JERARQUÍA
Tristeza	3
Dolor	2
Ansiedad	5
Soledad	4
Vacío	1

Pareja 4:

¿Qué significó para usted, como HOMBRE, la partida de los hijos del hogar?	JERARQUÍA
Orgullo	4
Satisfacción	1
Alegría	2
Tristeza	5
Recomienzo	6
Vacios	3

¿Qué significó para usted, como MUJER, la partida de los hijos del hogar?	JERARQUÍA
Logro	3
Feliz	1
Tristeza	5
Miedos	4
Disfrutar	2