

Pareja

- **Introducción:**

Presentar a los jóvenes tarjetas con los siguientes pensamientos, uno a uno, y compartir qué piensan de cada uno.

Sin ti no soy nada
Amaral

Lo dejaría todo por que te quedaras
Chayanne

Amar no es mirarse el uno al otro, sino mirar juntos en una misma dirección.
Antoine de Saint-Exupéry

Pedirles que recuerden y compartan frases sobre el amor que recuerden. El animador las escribe en un papelógrafo o en la pizarra y todos las comentan.

- **Desarrollo del tema**

El animador presenta tres tarjetas grandes que dicen:

| |
|---|
| Dependencia Tú me cuidas, y eres responsable |
| Independencia Yo soy responsable, yo puedo elegir |
| Interdependencia Podemos hacerlo juntos, podemos colaborar y crear algo hermoso |

El animador presenta:

El escritor Stephen Covey¹ encuentra madurez en las relaciones cuando se va de la dependencia (“Tú me cuidas, y eres responsable”) ...a la independencia (“Yo soy responsable, yo puedo elegir”) ...y a la inter-dependencia (“Podemos hacerlo juntos, podemos colaborar y crear algo hermoso”).

Para él “Las personas inter-dependientes combinan sus esfuerzos con los esfuerzos de otros para alcanzar grandes éxitos”.

Luego, propicia el diálogo a través de las preguntas:

¿Entienden cada uno de los conceptos?

¿Cuál es la relación entre ellos?

¿Qué opinas?

¿Cómo crees que debe ser una buena relación de pareja?

Los pensamientos que leímos al comienzo y los que ustedes aportaron

¿Puedes relacionarlos con lo que propone Covey?

- **Creación colectiva**

¹ The 7 Habits of Highly Effective People (Los siete hábitos de personas eficientes).

En un papelógrafo ir anotando entre todos cuáles son las características que debe tener una verdadera pareja.

En base a esas características, entre todos crear una oración, en la que piden al Señor les conceda encontrar una pareja con la que puedan construir un mundo mejor.

- **Conclusiones**

El animador motiva llegar a conclusiones preguntando qué pueden sacar en claro del trabajo del día para su vida de fe.

- **Oración final**

Compartir la lectura bíblica: (1 Cor 13, 4-7):

El amor es paciente, es servicial; el amor no tiene envidia, no es presumido ni orgulloso; no es grosero ni egoísta, no se irrita, no toma en cuenta el mal; el amor no se alegra de la injusticia; se alegra de la verdad. Todo lo excusa, todo lo cree, todo lo espera, todo lo tolera.

Uno de los jóvenes lee la oración que han elaborado.

- **Material para el animador:** ¿Qué es ser pareja?²

Como seguramente para cada uno de nosotros "ser pareja" o "estar en pareja" puede llegar a significar algo diferente, vamos a explicitar que significa para nosotros este concepto:

En términos generales consideramos que una pareja es la unión de dos personas que de forma libre y voluntaria "se aman" de forma "pareja" y que a partir de ese amor mutuo construyen en el tiempo una relación que presenta determinadas características.

Pero ¿qué significa amar?... compartimos las palabras de Jorge Bucay cuando dice que: "amar es la desinteresada tarea de construir espacios para que el otro sea quien es".

Una relación de pareja se define entonces por cinco características. Si se presentan dichas características entonces es una relación de pareja, si le faltan una o más de estas características no será una pareja, seguramente será otra cosa y tendrá otro nombre.

En Clínica estas cinco características reciben el nombre de las tres "A" una "P" y una "C".

Amistad. En toda relación de pareja debe existir la amistad. Esto es ante todo: aceptación, respeto, confianza, comunicación, empatía, honestidad. Si Ud. no es amigo de su pareja o su pareja no es amiga de Ud. ¿no cree que hay algo que francamente está funcionando mal...?

Si la relación es nutritiva surgirá naturalmente entre uds. la **intimidad**, ese maravilloso sentimiento de cercanía, conexión y seguridad. Para que exista intimidad obviamente tiene que existir un vínculo sostenido en el tiempo donde estén presentes el respeto mutuo, la aceptación mutua y la confianza mutua.

² <http://www.geocities.com/clinicagestalt/pareja.htm>

Admiración. Por lo menos hay una característica personal de la otra persona que Ud. admira. Esto es lo que hace que Ud. escoja y seleccione entre millones de hombres y mujeres **a esta persona y no a otra** como la persona con la cual Ud. elije estar como pareja. Puede admirar su sentido del humor, su inteligencia, su humildad, su trabajo o cualquier cosa que tenga mucho valor para Ud. según su propia escala de valores.

Atracción Sexual. La cercanía del otro le "enciende sexualmente", esto es, tiene Ud. ganas de aproximarse a él/ella y acariciarle, mimarle, moderle, chuparle y tener relaciones sexuales con él/ella. Si no existe entre Uds. la atracción sexual mutua más que pareja son simplemente amigos. Partiendo de la idea que quienes son solamente amigos no se relacionan sexualmente entre sí.

Proyectos en común. Esto es, que por lo menos exista un proyecto que una a las dos personas integrantes de la pareja de cara al futuro, es decir que cada uno se piense en el futuro acompañado por el otro. Esos proyectos pueden ser casarse en matrimonio, tener hijos, conformar una familia, etc, etc. También quiere decir que existe una mutua compatibilidad entre los proyectos personales de vida que cada uno de Uds. tiene individualmente.

Compromiso. Esto es básicamente para cada integrante de la pareja un recorrido con tres pasos:

- Asumir **ante Ud. mismo** que le ama a él/ella.
- Asumirlo **ante la otra persona**.
- Decidir **invertir su tiempo y su energía** en dicha relación.