

Pago tus cuentitas en **SEMI** 10:14 | Conozca el aporte indirecto de la fibra en la disminución de peso

Relación matrimonial mejora cuando hijos se van de la casa

Un estudio de la Universidad de California, Estados Unidos, echa por tierra el síndrome del nido vacío y señala que la pareja puede ver recuperada la calidad de su relación. La razón estaría en la disponibilidad de tiempo y en que hay una nueva intimidad que obliga a la pareja a conocerse nuevamente. Y con ello, a reconquistarse.

por La Tercera | 06/01/2009 - 09:10

AUMENTAR DISMINUIR COMENTAR ENVIAR A UN AMIGO IMPRIMIR ALERTAS

Cuando Pedro llega a la casa y se encuentra con su mujer, Mónica, se miran a los ojos y se sonríen coquetamente. Cenan juntos, abren un vino, ponen sus discos favoritos y luego se ríen a carcajadas de las anécdotas que vivieron en el día. Pedro y Mónica no están recién casados: llevan 30 años. Tienen dos hijas, una de 26 que es independiente y vive sola, y otra de 20 que lleva un año en una universidad de otra ciudad. Y, precisamente, hace casi un año que esta pareja está sintiendo ese antiguo placer de estar juntos.



Lo que le sucede a la pareja de Pedro y Mónica es lo contrario al mítico síndrome del nido vacío que produce tristeza porque los hijos se van de la casa, dejando un espacio (ver recuadro). De hecho, un estudio de la Universidad de California, Berkeley, revela que este síndrome no necesariamente se da, sino al contrario: la partida de los hijos mejora la relación matrimonial.

CIUDADANO	WEB SOCIAL

La investigación, publicada en la revista Psychological Science, realizó un seguimiento a 123 mujeres norteamericanas que nacieron en la década de 1930. El seguimiento, que duró 18 años, incluyó cuestionarios en tres etapas de su vida que aludían a la satisfacción que sentían con su matrimonio: a la edad 43 años, cuando había niños en el hogar; a los 52, cuando los niños estaban empezando a salir de casa, y a los 61, cuando prácticamente todas las mujeres tenían los nidos vacíos. En general, el estudio encontró que las participantes mejoraban la calidad del tiempo que pasaban con sus cónyuges cuando los hijos se habían ido de casa.

"El mensaje que da este resultado es decirles a las parejas que tienen hijos, que aguanten ahí, porque pueden venir tiempos mucho mejores", señala la psicóloga de la U. de California Sara Gorchoff, en el estudio.

VOLVER A SER PAREJA

"Uno de los aspectos que se resiente con la llegada de los hijos es la vida de pareja. Se estimula y se refuerza la vida familiar, pero muchas veces en perjuicio de la relación de pareja", comenta Marta Soto, psicóloga y docente de la Uniacc. Por eso, sigue, la partida de los hijos podría permitir un reencuentro, que se da fundamentalmente porque hay más tiempo para dedicarle a la pareja.

Como explica la psicóloga, hay estrategias que se recuperan: "Suele pasar que la pareja, mientras están los hijos, tienen una relación de hermandad. Y luego se da que hay que recuperar los espacios perdidos, sobre todo, volver a conocerse, porque uno a esas alturas ha cambiado mucho".

Lo que sucede en la pareja es que los hechos comunes u ordinarios se vuelven extraordinarios. Una cena, por ejemplo, que antes era compartida, hoy es sólo de dos y esa intimidad nueva obliga de algún modo a tener que relacionarse de manera distinta.

Como explica la psicóloga Fernanda González, del Instituto Chileno de Terapia Familiar, "en esta etapa las tareas están centradas en la pareja y en las necesidades de cada uno, ya no como padres. Cuando los hijos ya no están, la relación se basa más en la conexión espiritual entre ellos, un proceso de conocerse nuevamente y disfrutar lo que les gusta".

EL SÍNDROME DEL NIDO VACÍO

Es conocida por ser una etapa de la vida familiar que afecta a los padres y que ocurre cuando el o los hijos de la pareja dejan el hogar para independizarse. En ese momento, los padres se miran de frente y se dan cuenta que lo único que los mantenía unidos era trabajar en conjunto para criar a los hijos.

El joven que se va debe vivir esta fase, ya que les permitirá comenzar su propia vida. Sin embargo, la ida del hijo suele angustiar a los padres, debido al fuerte sentimiento de pérdida y de inutilidad que recae sobre ellos. Según los especialistas, esa pérdida la vive con más intensidad la madre, quien genera un proyecto de vida en torno a sus hijos.

Todo lo que ocurre en esta etapa es considerado normal, por lo que debe enfrentarse tal como se llora una pérdida. Los padres deberán aprender a vivir bajo estas nuevas circunstancias y aprovechar el tiempo libre que se genera con el alejamiento de los jóvenes, para redescubrir la pareja y establecer nuevos proyectos personales que fueron dejados de lado con el nacimiento de sus hijos.

1 Comentarios

AGREGAR COMENTARIO

Página 1

06/01/2009 - 10:12 | jonathan |

3TV latercera.com | ver todos los videos

Chancho en Piedra vs. Rock Revolution (05/01/09)

los + POSTGRADOS 2009

- vistos recientes comentados enviados
- Conoce todas las movidas con miras al inicio de la temporada 2009 45981 Visitas
 - "Chaleco" llegó 23° en tercera etapa tras ser escolta del líder en el Dakar 9488 Visitas
 - Aparecen más datos sobre muerte de hijo de John Travolta y hoy se realizará la autopsia 8295 Visitas
 - Insulza depone opción a La Moneda y entrega "apoyo irrestricto" a Frei 8116 Visitas
 - DT de Valdivia: "Es el mejor extranjero que ha pasado por Emiratos Arabes" 5527 Visitas

blogs tendencias Recientes Comentado

- Andrea Cantillano - Vida Saludable**
Feng Shui: El Dormitorio 2
por Andrea Cantillano | 6/1/2009
- Roberto Rosenzvaig - Vida Saludable**
Sexo y drogas
por Roberto Rosenzvaig | 5/1/2009
- Víctor Perl - Vida Saludable**
El Tomate y la Caída del Pelo
por Víctor Perl | 5/1/2009
- Miguel Kottow - Bioética y Salud**
El excepcionalismo epidemiológico en VIH/SIDA
por Miguel Kottow | 5/1/2009
- Andrea Precht - POLÍTICA**
Lo peor de lo nuestro
por Andrea Precht Gandarillas | 4/1/2009

Encuentra Pareja
La Forma Divertida en Encontrar una Cita. Ve Fotos. Empieza a Coquetear
www.cl.match.com

U. Autónoma de Chile
Tradición universitaria Conoce la sede Talca
www.uaautonoma.cl

Universidad De Chile
Estudia en la Universidad San Sebastián. Todas las Carreras aquí
www.USS.cl

Inq. Civil Industrial UAI
Estudia Ingeniería Civil Industrial en la Universidad Adolfo Ibáñez.
ing.uai.cl

Anuncios Google