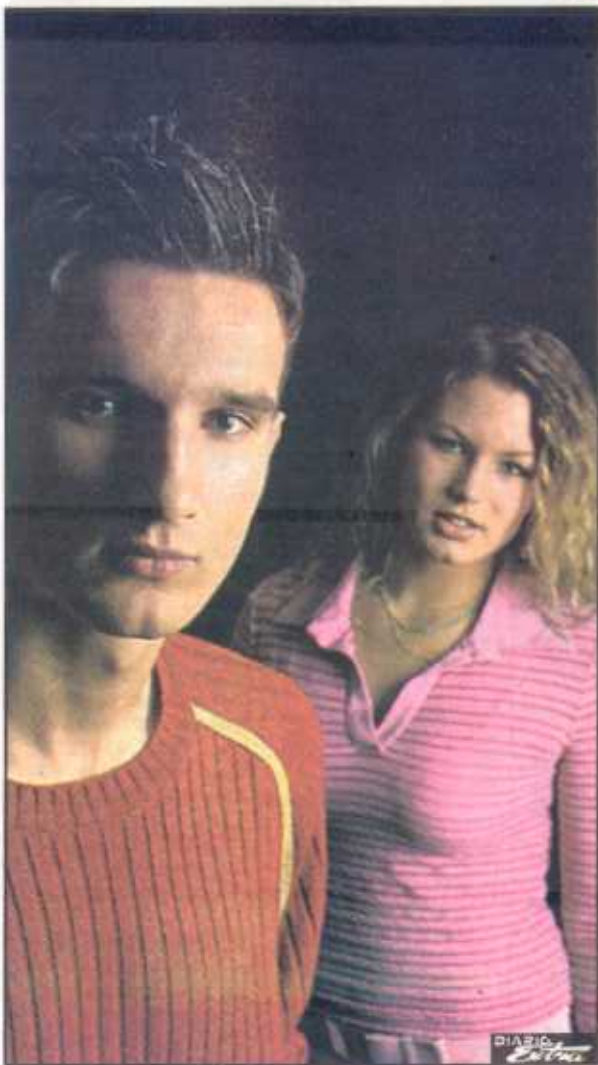


DIFERENCIA ENTRE PAREJA IDEAL Y PAREJA IDEALIZADA



La pareja ideal es algo muy diferente para cada persona y muchas veces está rodeada de creencias fantásticas de lo que debería ser una pareja ideal.

Existe un concepto idealizado de la pareja ideal, valga el juego de palabras. Pero matemos. La pareja ideal es aquella que se ajusta mejor a una relación en que ambos comparten muchas cosas semejantes y aceptan en que difieren cada uno. No exenta de conflictos pero siempre buscando la manera de entenderse y solucionarlos desde el respeto mutuo.

Una pareja idealizada es la que creemos debería ser perfecta, a nuestro entender, y en la que sólo con una mirada veamos el alma de la persona querida y en la que no haya malos entendidos. Y si en algún caso muy raro los hubiera, se solucionarían con cuatro besos y dos caricias. Al fin y al cabo son almas gemelas que se entienden y se aman para siempre.

LA IDEALIZACIÓN ROMÁNTICA

El cine y la literatura nos han vendido el amor ideal que supera cualquier obstáculo con tanta facilidad como grande es ese amor. O que el amor ideal es esa alma gemela en la que la comunicación es casi telepática y no se tienen discusiones.

En otros casos se transmite que la pareja ideal es siempre apasionada y que no existe amor sin pasión. Sabemos que esto no es en absoluto lo normal y muchos casos de éstos responden a un problema: O alguien está cediendo siempre para contentar al otro o se confunde constantemente la



El enamoramiento es una fase de galanteo. Lucimos nuestras mejores galas y las endorfinas nos hacen sentir maravillosamente cerca de la persona amada. Etapa muy apasionada, pero pasajera. Después de esta fase es cuando se puede fundamentar la relación compaginando el día a día con la creación de un hogar donde tienen cabida la pasión y la cotidianidad.

PAREJA IDEAL Y RELACIONES INSANAS

La pareja ideal es algo subjetivo pero partimos de una relación sana. En una relación insana lo que se considera ideal puede ser negativo. Por ejemplo:

• Para alguien con síndrome de "Peter Pan" la pareja ideal es aquella que sustituye a la madre y le prepara sus comidas, le limpia la casa, mientras sale de fiesta o pasa horas con la videoconsola y si le libra de cualquier responsabilidad. será la persona más feliz del mundo.

• Viceversa. La persona con síndrome de salvador, que necesita estar ejerciendo de rescatador, verá como pareja ideal a aquella que sea muy dependiente y precise su consejo para todo, por su baja autoestima o porque sea una persona con problemas que tiene que ser salvada y llevada al buen camino.

LA PAREJA IDEAL OBJETIVAMENTE

Exacto. A veces la pareja ideal es un concepto subjetivo, pero en los casos anteriores, objetivamente, sería la que ayudase a mejorar a la persona para salir

de esas pautas negativas para sí mismo y los demás.

• Si. A veces el concepto de pareja ideal puede quedar empañado por lo que nos gustaría, en vez de ver lo que necesitamos para nuestro crecimiento. Y en ocasiones esto, junto a la idealización de lo que debería ser esa pareja ideal, hace que muchas relaciones realmente buenas no prosperen.

PISTAS PARA ENCONTRAR LA PAREJA IDEAL

En términos generales y basándonos en lo que sería una relación sana, estas son algunas consideraciones a tener en cuenta para saber si esa persona que nos atrae o nuestra actual pareja puede ser la pareja ideal.

- Tener muchas más cosas en las que coincidir, que en las que diferir, y que éstas no supongan un problema y se respeten.
- Las diferencias, si son razonables, son buenas, porque a veces nos completan o nos ayudan a crecer.
- Que la pareja sea el mejor amigo/a. Es enriquecedor tener amistades fuera de la relación pero es buen síntoma que, por lo general, se sienta uno más a gusto con el/la compañero/a sentimental.
- Que se pueda hablar de los sentimientos, compartir sueños y que el plan de futuro de ambos sea en la misma dirección.
- Que discutir no sea la rutina, pero puede suceder que cuando dos mundos se están ajustando se produzcan situaciones de tensión y con el día a día de una relación. Pero que el diálogo sea desde la responsabilidad mutua y no de la acusación.