

Fases en las Relaciones de Pareja

La evolución de una relación de parejas depende de múltiples factores, individuales y contextuales o del entorno. Sin embargo desde una perspectiva etológica y conductual consideramos admisible la consideración de cuatro fases generales por la que pasa toda relación.



La evolución de una relación de parejas depende de múltiples factores, individuales y contextuales o del entorno. Sin embargo desde una perspectiva etológica y conductual consideramos admisible la consideración de cuatro fases generales por la que pasa toda relación.

Fase 1.

Prueba de la Relación de Pareja, durante la cual se llevan a cabo diversos ensayos de conductas por parte de ambos miembros. Aquí se debe actuar con **sinceridad** pues los engaños y ocultamientos llevarán a una ruptura dolorosa más adelante.

Fase 2.

De Consolidación de la Relación, durante la cual se va iniciando el proceso de **cohesión** entre ambos miembros.

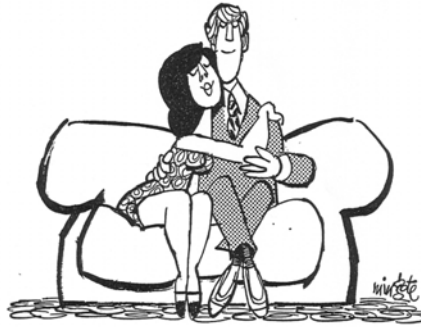
Fase 3.

De Mantenimiento: esta fase se desarrolla durante la convivencia normal; es decir desde la ceremonia de instauración de la pareja (boda). La denominamos “Travesía Oceánica” porque, la vida en pareja puede asemejarse a numerosas singladuras o viajes de un barco. Surgirán dificultades y conflictos, cuya forma de resolverlos determinará si el barco sigue navegando o se va a pie en una de tales tormentas.

Fase 4.

De Consolidación Definitiva o Ruptura: con el paso del tiempo se podrán dar dos fenómenos: consolidación definitiva o ruptura.

La consolidación definitiva asegura el mantenimiento de la relación a largo plazo, pero exige que la relación no sea de “querencia”. Una relación de querencia es sumamente frágil, basta que un cambio en el sistema de valores de uno cualquiera de los miembros modifique los gustos o preferencias para que se produzca el “naufragio” de la relación.



—Siempre juntos, hasta que el matrimonio nos separe.

La consolidación definitiva puede darse con cualquiera de los otros dos tipos:

- **Basada en el interés** de ambas partes, lo que implicará muchas tormentas y malestar.



- **Basada en el amor** por ambas partes, lo que minimizará las tormentas y aumentará la cohesión, proporcionando gran bienestar.



Claro está que la una combinación de actitudes por parte de cada uno de los miembros de la pareja, como *amor-interés*, *interés-querencia* o *amor-querencia* conllevará muchas tormentas que pondrán en riesgo el futuro de la relación.