



Hablar de pareja es también hacerlo de la gran mayoría de nosotros. Según la Encuesta Nacional de Juventud 2005, del Instituto Mexicano de la Juventud (IMJ), el 80% de los jóvenes han tenido alguna vez en su vida un(a) novio(a). Asexoría, trabajando con los datos arrojados por las estadísticas de uso de la línea de ayuda, ha identificado que muchas personas llaman porque atraviesan por algún problema con su pareja y observamos lo siguiente:

El 29.41% estaban involucradas en una relación conflictiva de infidelidad; 25.5% se sentían mal debido a que pensaban que faltaba amor en su vida sexual de pareja; 13.73% tenían problemas cotidianos que, con las fricciones de todos los días, estaban haciéndose más grandes.

Curiosamente, en todos los casos, había hecho falta por lo menos alguno de estos tres elementos que median las relaciones humanas, sobre todo las de pareja:

1.Comunicación 2. Confianza 3.Respeto

El ser humano es tan complejo que es imposible que no existan conflictos en sus relaciones interpersonales, pero la comunicación puede favorecer a la construcción de una sana relación; no sólo comunicando al otro lo que se quiere, sino escuchándolo también.

Quienes llaman a la línea de ayuda porque se sienten incómodos con su vida sexual de pareja afirman, en todos los casos, no llevar vida de pareja; es decir, la relación se ha centrado en las relaciones sexuales, pero no son satisfactorias, dejándoles un sentimiento de vacío. En estos casos, la confianza y la comunicación son indispensables para que la pareja pueda ir creciendo en el amor y la entrega.

En la Encuesta Nacional de Juventud 2005 del IMJ, se preguntó a hombres y mujeres qué buscan en su pareja: El 36% sinceridad y el 20% responsabilidad. La comunicación sólo será efectiva si está mediada por la verdad y la sinceridad; Por otro lado, la responsabilidad es la capacidad de responder a las circunstancias, buenas o malas, de cada día y la forma en la que se cultiva y cuida al otro en cualquier caso.

Asexoría te recomienda:

COMUNICA: ¿Qué tanto se conocen? ¿Sabes cuáles son los planes, metas, objetivos de cada uno y los comparten? ¿Cuál es su opinión sobre aquellos temas que tanto te preocupan o te parecen tan importantes? Comunicar es conocer; desmascarándote y permitiéndole a él/ ella que también lo haga.

CONFÍA: ¿Se dejan llevar por lo que dicen los demás? ¿Crees en él/ ella? Creer en el otro es una muestra de amor...pero no te lances al vacío, sin asegurarte de que haya una red debajo para amortiguar tu caída. Fóméntala todos los días a través del crecimiento de ambos y búsqueda constante por alcanzar sus mutuas aspiraciones.

RESPETA: ¿Buscan y quieren lo mismo? ¿Se aceptan tal como son? Procura tener en cuenta que frente a ti tienes a una persona con sus propios gustos e intereses y que probablemente sean diferentes a los tuyos; conócelos y respétalos. Una relación es de dos, y no de uno sólo.

Nos conocemos por nuestras semejanzas, pero crecemos a partir de nuestras diferencias.

Los datos analizados corresponden a 110 personas que han llamado a nuestra Línea de Ayuda

[Preguntas o comentarios al autor](#)