

Medio: La Nación

Sección / Suplemento: Vida & Ocio

Fecha: 23 de enero de 2016

Link: <http://www.lanacion.com.ar/1864368-roommates-en-la-playa-top>

Roommates en la playa (top)

Entre todos pueden alquilarse una gran casa, casi una mansión. Tus amigos y los amigos de tus amigos... más hijos, novias, perros y algún casi desconocido que entró por la ventana. ¿Tu verano se llenó de gente y ahora no alcanzan ni las reposeras ni la paciencia?

SEGUIR

Lola Schenone

PARA LA NACION

SÁBADO 23 DE ENERO DE 2016



Foto: PAIO
20383

Quando las vacaciones son un ensamble multitudinario hay muchas cosas que pueden salir bien y otras que pueden salir pésimo. La compatibilidad de caracteres para hacer buenos programas como ir a comer o al cine no

necesariamente se repite a la hora de convivir. Entonces, ¿qué recaudos se pueden tomar para evitar que el tiempo transcurrido en dulce montón se transforme en una pesadilla? Un puñado.

Acordate de que en la diferencia está el gusto

En la respuesta a la pregunta "¿para qué vamos de vacaciones?" radica el secreto para mantener las expectativas en un nivel razonable. Sobre todo cuando el objetivo de esas vacaciones es el disfrute no sólo propio, sino también de los demás. "No hay que generar expectativas acerca del otro cuando el uso que hace de la cotidianidad y del tiempo libre no es necesariamente igual al mío", resume Mirta Dall'Occhio, licenciada en Psicología y directora del Instituto Sincronía, especializado en estrés y ansiedad. Salir de vacaciones siempre tiene un poco de imprevisto, eso es parte del encanto.

El lugar y las actividades son distintos a los de todos los días y no hay familiaridad con el ambiente. Tenés que recordar que estás haciendo algo nuevo y diferente... y que en eso está el placer de esta temporada.

Pensá que están todos en la misma

Después de un año intenso es casi imposible no desear que el poco tiempo que tenés para reponer energías sea perfecto. Pero no te olvides de que a cada uno de los que están compartiendo ese tiempo con vos le pasa lo mismo. Todos necesitan descansar, divertirse, reponerse y volver a casa y a las obligaciones con la sensación de estar renovados. "La propuesta es la planificación y la asunción de roles. Aunque parece no muy distendido a corto plazo, es lo que nos permitirá saber que cada uno tendrá su posibilidad en su momento. Pautar el horario de llegada con los adolescentes es necesario para poder descansar y aflojar con el control. Dar responsabilidad a los tuyos y los míos en las tareas del hogar disminuye los celos y las discusiones. Es importante recordar que los límites ayudan a contener y a sostener", explica la terapeuta cognitiva Julieta Gálvez.

Cuentas claras conservan la amistad

Como si en algún momento de las vacaciones surgen conflictos por el tema monetario arderá Troya, lo ideal es armar un plan para compartir. Si alguien del grupo tiene facilidad para los números y es responsable, que se encargue de las cuentas: de

dividir los gastos de la casa, el supermercado, las salidas y hacer cada día o cada semana la liquidación de lo que se vaya consumiendo. Puede que haya ítems que no se compartan, y a esos claramente hay que dejarlos fuera de la cuenta general. También hay que ser considerado con las posibilidades económicas de los demás: no compres agua mineral francesa cuando el resto está contento con una envasada en las sierras cordobesas.

Adaptate y sobreviví



El roce es inevitable. Siempre va a haber situaciones en las que surjan diferencias de opinión. El secreto para que esos momentos no pasen de un simple intercambio de ideas a una pelea es que mantengas la cabeza abierta y estés dispuesto a ceder. Dall'Occhio explica que "no todo es negociable en un tiempo acotado, como pueden ser 15 días o una semana de vacaciones. Los vínculos no siempre ameritan que vos te sientes a negociar con el hijo de tu amigo, o que tu amigo se siente a negociar con tu marido. Quizás no

da la relación y entonces quieras evitar confrontar con esas situaciones. Pero si no vas preparado para eso, al tener que ceder vas a juntar bronca, enojo. Si de antemano ya sabés que vas a tener que adaptarte, eso ya no será el foco, porque es parte de lo que esperás encontrarte. Nadie focaliza demasiado en la arena de los zapatos cuando sabe que está caminando por la playa".

Sí: son mucho más que dos

"Algunas veces las vacaciones se convierten en un desafío. Ser más personas implica que hay más deseos, planes, gustos, humores, necesidades que se suman al listado para satisfacer y cumplir. Y es muy difícil dejar contentos a todos", dice Gálvez. Por eso, una buena idea juntarse al comienzo de las vacaciones y poner en claro cuáles son los intereses particulares de cada uno. Habrá quienes quieran aprovechar el verano para aprender kite y otros que prefieran usar las tardes para quedarse tomando sol como lagartos, leyendo un buen libro. Si todos plantean desde un principio qué actividades les interesan, todo se podrá organizar con tiempo en vez de llegar al final de las vacaciones intentando recuperar en los últimos tres días el tiempo perdido.

Freedom, freedom

Está claro que si te vas de vacaciones en grupo es porque todos decidieron disfrutar juntos. ¿Pero es necesario pasar todo el tiempo pegados y que todos hagan lo mismo? Definitivamente no. La posibilidad de elegir es clave a la hora de sopesar el éxito o el fracaso de las vacaciones compartidas. Lo más probable es que la rutina de los distintos grupos vinculares sea diferente. Algunos desayunarán a la mañana temprano e irán a la playa, otros dormirán hasta el mediodía y aparecerán en la arena a las 3 de la tarde. Lo importante es tener actividades en común sin sentir que pasar tiempo juntos es una obligación.

Yo estuve ahí

Luis Rébora es un experto en la materia. Desde que era chico comparte sus veraneos con amigos y familiares en Punta del Este. "Este año estamos en la misma casa mi pareja y yo, mi hermana, mi prima con su marido y un amigo de toda la vida con su hija, que además es mi ahijada. Hemos llegado a ser 12 personas en un mismo lugar, sin contar a los que aparecen para pasar las Fiestas y se van, o los que caen de visita por el fin de semana. No concibo las vacaciones de verano de otra manera". Y aclara, como buen conocedor: "lo esencial cuando viajás es ser libre, quizás organizarse para comer a la noche en un

lindo lugar o juntarse a tomar algo, pero siempre tener la libertad de hacer lo que cada uno quiere".