

## No dejen que los conflictos económicos les amarguen la vida de pareja

Todos los países, empresas y comunidades **tarde o temprano tienen enfrentamientos económicos** y ustedes no son la excepción. En esta actividad les proponemos el “**método de los cuatro pasos**” que **les permitirá llegar a buenos acuerdos de manera más pacífica y sabia.**

**Nota1:** Este método, puede resultar menos eficaz en conflictos de dinero muy reiterados, o que susciten intensas y prolongadas emociones, o para las personas que consideren que el dinero es lo más importante.

**Nota2:** También esta actividad podría parecer excesiva para quienes consideren sus diferencias económicas como leves, de todas formas, se recomienda **leer el método, siempre será una buena herramienta.**

**Nota3:** Consideren un solo conflicto a la vez.

### Paso previo, del compromiso de ustedes y el conocimiento de sí mismos.

1. El **amor de Uds.** los pone al **mismo lado de la mesa** contra el problema y **no a la mesa entre Uds.**
2. Propónganse tener una discusión más racional que emocional, en esto ayudan los números y los presupuestos. ¿Debemos ganar más o gastar menos?, ¿reordenar el gasto o desahorrar?, ...
3. Acepten que **son diferentes para complementarse y no para conflictuar.** Por ejemplo, a uno le gusta la aventura y el riesgo, en cambio el otro es más conservador, le gusta la estabilidad y la seguridad. Si se complementan bien, aprovecharán las oportunidades y esquivarán problemas, ...
4. **Reconozcan las fuerzas desintegradoras** de la pareja y familia con expresión en el dinero. Por Ej.:
  - i. Se **aspira pertenecer a un estatus** que por el momento es inalcanzable.
  - ii. Tener proyectos personales individuales que alteran el proyecto común de manera importante.
  - iii. Se busca **tener éxito aún a costa** de nuestros recursos, tiempo, ...
  - iv. Eventualmente las **relaciones económicas con la familia política.**
  - v. Otros, ...Concéntrense en **lo que Uds. son y sus proyectos**, ... creer que **la situación económica depende de Uds.**
5. Los juicios instalados, como “... **es que tú eres ...**”, “... **es que yo soy ...**”, puede bloquear la búsqueda de soluciones o congelar situaciones insostenibles. Además, un juicio instalado **puede ser un mito** de un pasado inexistente o no vigente y, si es real, niega **la posibilidad del cambio.**

En conocimiento y considerando lo anterior, iniciemos el método de los cuatro pasos.

### Paso I: Definir con claridad el conflicto.

1. A veces no está claro lo que debatimos y eso enreda la situación, a la inversa la claridad del tema en conflicto podría simplificar muchísimo la solución.
2. En consenso tomen el **ítem de gasto o asunto de dinero** que suscita el mayor conflicto entre Uds.
3. **Al ítem** elegido **aplíquense** los siguientes **filtros**:
  - a. **Materialidad:** ¿Qué % del presupuesto total representa el ítem en conflicto?, ¿vale la pena el esfuerzo?, ¿o será que el gasto representa algo más profundo y la conversación podría ser otra, no de dinero?, por ejemplo “ese gasto me recuerda tu ex”
  - b. **Coherencia:** ¿El ítem en conflicto está alineado con el proyecto familiar? Si la respuesta es “no” y el gasto es mayor, hay que redefinir el proyecto familiar o reducir el gasto. Si la respuesta es “sí”, hay que precisar la diferencia entre ustedes y la conversación podría ser otra.

## Paso II: ¿Por qué esta diferencia nuestra la siento como conflictiva?

1. Antes de abordar el conflicto, reflexionen con este punteo **central para resolver el conflicto**, tómense un día o semana, ... calen hondo en sí, para que cuando hablen, que sea de sí mismo y no desde la cabeza con argumentos ganadores, **recuerda que es tu pareja**:
  - a. Pregúntese: ¿no será esto una lucha de voluntades?, ¿la forma será más importante que el fondo?
  - b. Pregúntese: ¿no será un malentendido?, ¿se está hablando de lo mismo, pero de manera diferente?
  - c. Pregúntese: ¿por qué opino como opino? y ¿cómo lo verbalizo para que me entiendan?, por ejemplo:
    - i. Desde niño quise tener ...
    - ii. Mi papá y mamá siempre discutían sobre esto y no quiero ...
    - iii. Me siento inseguro ante una enfermedad, cesantía, vejez ...
    - iv. Estoy cansado de controlarme/postergarme por ...
    - v. Otro ...
  - d. Si piensas que la tensión interna o emoción es muy fuerte y te puede traicionar, escríbelo.
2. Terminada la reflexión reúnanse y expongan sus posiciones **sin proponer soluciones**.
  - a. Habla uno, el otro **escucha hasta que termine**. El que escucha entiende y anota. En definitiva, empatiza y no interrumpe hasta el final. **Luego pregunta si tuviera alguna duda**.
  - b. Habla el otro. **Inicialmente repite lo expuesto** por el otro para no dejar dudas que entendió **y, a continuación, expone su parecer sobre el tema**. La pareja escucha de la forma señalada en el punto anterior.
  - c. Habla nuevamente **el primero, señalando lo expuesto por el otro**, sin dejar dudas de que entendió.

## Paso III: Etapa de búsqueda personal de soluciones (amor y creatividad).

1. **Busquen e imaginen de manera separada todas las soluciones** que puedan, por lo menos dos por cada uno, tómense todo el tiempo que quieran, un día, una semana, ... Al hacerlo consideren:
  - a. **El amor entre ustedes debe tener el primer lugar** y su proyecto de familia a continuación.
  - b. Sin importar las circunstancias **van a salir adelante**.
  - c. Que **las soluciones propuestas consideren las motivaciones más profundas y el carácter** de la pareja, muchas veces el dinero es solo una parte y a veces la menor, importa más el reconocimiento, el compromiso, la búsqueda de sentido ...
  - d. Que las soluciones propuestas se sientan equitativas, esto es, que los **esfuerzos y beneficios personales se perciben equilibrados** -consideren lo anotado durante la exposición de su pareja y el conocimiento propio señalado en el paso previo inicial-.
  - e. Pongan las soluciones por escrito, **como si fuera una carta de amor**, no como un contrato.
  - f. Que las **soluciones propuestas estén alineadas con el proyecto familiar**.
  - g. Que sean factibles.
2. **Manténganse abiertos de mente**, traten de no convencerse de una solución específica, aunque la encuentren lo más genial de la tierra.

## Paso IV: Búsqueda de la solución común:

1. Antes de iniciar **esta etapa preparen un buen ambiente**, cerveza, picoteo, música suave, ... y el firme compromiso de que esta situación llega hasta aquí y que entre los dos la arreglarán.
2. Expongan ordenadamente sus propuestas.
3. Luego de cada propuesta, con espíritu positivo, agreguen más ideas para perfeccionarlas.
4. Luego de acordada la solución, pueden escribirla si lo encuentran necesario y ...
5. **Dense permiso para celebrar**.