



## La Junta edita dos guías sobre la pareja realizadas por Zoes y la Usal

E. A. S.

SALAMANCA

La Consejería de Familia e Igualdad de Oportunidades ha editado dos guías de orientación sobre los conflictos en la pareja y las separaciones, realizadas por María Teresa Vega, profesora de la Facultad de Psicología de Salamanca, e Inmaculada Cid, trabajadora social de la asociación de vecinos Zoes.

Entre los objetivos de esta iniciativa pionera en España se encuentran los de "favorecer una dinámica positiva en las relaciones familiares y desarrollar habilidades para resolver situaciones de conflicto, potenciando los recursos para la toma de decisiones".

Así, la primera de las guías lleva por título *La relación de pareja se deteriora: la decisión de separarse*, y pretende ser "una fuente de reflexión y orientación para aquellas personas que viven en pareja y creen que la relación no funciona". En ella, se ofrecen consejos para responderse a preguntas como: ¿estoy pasando por un bache en mi relación de pareja o es que no funciona?, ¿qué ha cambiado?, ¿merece la pena aguantar esta situación?, ¿me debo sentir culpable? o ¿cómo decirle a mi pareja que no me siento a gusto?

La segunda, *Me separo. ¿Y ahora qué?*, se dirige a quienes están separados o divorciados o han iniciado los trámites. Sus contenidos tienen que ver con las dudas que pueden surgir cuando finaliza una relación y proporcionan información sobre pensamientos, sentimientos y formas de actuar que, con frecuencia, se producen después de una separación o divorcio. Las dos pueden consultarse en la web de la Junta. ■