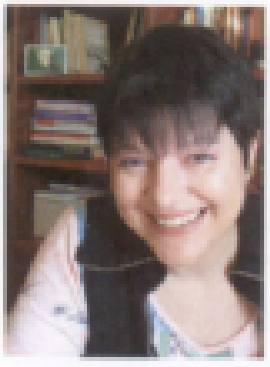
ENTREVISTA

"Una pareja es amistad, sexo y compromiso"

No existe la pareja perfecta, ni siquiera un manual para conseguir ser una de ellas. Lo que sí podemos hacer es disfrutar plenamente de una vida en pareja. La clave es una buena sexualidad y una amistad firme. La psicóloga Montserrat Calvo aporta su interesante visión sobre el asunto.



MONTSERRAT CALVO
es psicóloga especialista en psicología clínica.

Montserrat Calvo es psicóloga especialista en psicología clínica y Advanced Training en REBT (Rational Emotive Behaviour Therapy) por el Instituto Albert Ellis de Nueva York. Con más de 30 años de experiencia como psicóloga clínica, en 2001 funda el Institut Ret en Barcelona, del que es codirectora. Un centro de psicología, sexología y medicina en el que también se imparten cursos de formación y actividades de divulgación científica. Autora de varios libros, Montserrat Calvo tiene una amplia experiencia en terapia de pareja. Además, ha sido una de las pioneras en nuestro país en el campo de la sexología.

En tu larga experiencia como terapeuta, ¿has detectado algún factor común entre las parejas duraderas?

En general, lo que tienen las parejas que más duran son tres pilares: uno sería la sexualidad, la intimidad; otro sería el compromiso, una serie de pactos que la pareja establece para hoy y para el futuro, pactos acerca de cómo negociar la limpieza de la casa o el cuidado de los hijos o cuándo ir a ver a los suc-