

PSICOTERAPIA DE PAREJA SISTÉMICA FOCALIZADA EN LA RECIPROCIDAD

Bismarck Pinto Tapia, Ph.D

*Departamento de
Psicología de la
Universidad
Católica Boliviana
"San Pablo" La Paz
-Bolivia 2020*

DEDICATORIA

Para Elena

Prólogo

Juan Luis Linares

He leído este libro de mi buen amigo Bismarck Pinto en pleno confinamiento en Barcelona por el Coronavirus, en circunstancias similares, por tanto, a las que fraguaron el Decamerón de Bocaccio en los alrededores de Florencia durante la terrible epidemia de peste negra en el siglo XIV. Y debo decir que lo he disfrutado bastante, tanto en lo mucho en que coincido como en lo poco en que disiento, porque se trata de una obra culta, inteligente y amena.

Mi interés se duplica porque comparto con Bismarck la paradójica condición de formar parte del reducido número de autores sistémicos que se ocupan del amor. ¡Muy paradójica, por cierto!, porque es sorprendente, y casi me atrevería a decir indignante, que la mayoría de nuestros colegas ignoren olímpicamente el más importante y trascendental fenómeno relacional, definitorio de la condición humana.

Pero, fuera del territorio sistémico, las definiciones de amor abundan, y Bismarck nos brinda un buen muestrario. Yo, que, como creo haber dejado patente a lo largo de mi obra, concedo al tema una máxima importancia, he querido unirme a su voz aprovechando la inmejorable ocasión de escribir este prólogo. Y he aquí el resultado.

Sor Juana Inés de la Cruz es un raro y exquisito personaje surgido milagrosamente en el México colonial en mitad del siglo XVII. Religiosa jerónima, se especula sobre su posible condición de amante de la virreina española, María Luisa Gonzaga. En cualquier caso, gozó de su protección, que falta le hizo para producir sin mayores consecuencias la extraordinaria obra que produjo. He aquí uno de sus sonetos dedicados al amor.

Al que ingrato me deja, busco amante;
al que amante me sigue, dejo ingrata;
constante adoro a quien mi amor maltrata,
maltrato a quien mi amor busca constante.
Al que trato de amor, hallo diamante,
y soy diamante al que de amor me trata,
triunfante quiero ver al que me mata
y mato al que me quiere ver triunfante.
Si a este pago, padece mi deseo;
si ruego a aquél, mi pundonor enojo;
de entrambos modos infeliz me veo.
Pero yo, por mejor partido, escojo
de quien no quiero, ser violento empleo,
que, de quien no me quiere, vil despojo.

Entre las exquisitas rimas de Sor Juana, y tras las más rompedoras apariencias, asoma un cierto tópico de la condición femenina más tradicional: juego caprichosamente con mis

amantes, pero, en última instancia, prefiero que me haga sufrir uno al que yo no quiera que otro que no me quiera a mí.

No puedo evitar asociar estos versos con la célebre definición del amor de Jacques Lacan: “dar lo que no se tiene a quien no es.” Por supuesto, los lacanianos le buscarán cinco pies al gato, pero a mí, despojada de la simpatía que me provoca la belleza de la propuesta de la monja, me sigue pareciendo lo más parecido a una definición de estafa relacional, envuelta, eso sí, en ropajes postmodernos.

Frente a ella diametralmente, la recia definición de Ignacio de Loyola impone su sentido común por encima de un rasposo castellano. Bismarck la cita en su libro, pero yo me siento autorizado a usarla, después de haber cursado nueve años de estudios con los jesuitas.

El amor consiste en comunicación de las dos partes, es a saber, en dar y comunicar el amante al amado lo que tiene o de lo que tiene o puede, y así, por el contrario, el amado al amante; de manera que, si el uno tiene ciencia, dar al que no la tiene, si honores si riquezas, y así el otro al otro.

Me sale mi españolismo para gritar ¡Olé! ¡Sí señor, así se dice! Dar lo que sí se tiene, compartir de verdad, ¿habrá algo más propio y característico del amor? Pero, aunando belleza y verosimilitud, el famoso soneto de Lope de Vega puede poner broche de oro a esta breve relación.

*Desmayarse, atreverse, estar furioso,
áspero, tierno, liberal, esquivo,
alentado, mortal, difunto, vivo,
leal, traidor, cobarde y animoso;*

*no hallar fuera del bien centro y reposo,
mostrarse alegre, triste, humilde, altivo,
enojado, valiente, fugitivo,
satisfecho, ofendido, receloso;*

*huir el rostro al claro desengaño,
beber veneno por licor suave,
olvidar el provecho, amar el daño;*

*creer que un cielo en un infierno cabe,
dar la vida y el alma a un desengaño;
esto es amor, quien lo probó lo sabe.*

Verdadero monumento al barroco conceptismo, el soneto de Lope aporta significados para dar y regalar a quien se muestre interesado en navegar semánticamente por mares amorosos. Pero no sucumbamos a esa tentación y regresemos al libro de Bismarck Pinto.

Yo siempre he sido partidario de recuperar para la psicoterapia procesos básicos de las relaciones humanas, como reparar, consolar, o perdonar. Y hete aquí que me encuentro con

que Bismarck identifica al perdón con el punto de inflexión de la terapia de pareja, cuando se renuncia a la venganza, y “la persona se entrega totalmente, perdiendo el sentido de la recuperación de lo invertido”. Dar, recibir, compartir, pues, pero sin estrechos mercadeos.

También me parece importante la afirmación de que el amor está “más allá de los sentimientos”. Yo sostengo que se trata de un fenómeno relacional complejo, en el que coexisten aspectos cognitivos, emocionales y pragmáticos, por lo que hay un pensar, un sentir y un actuar amorosos. La metáfora del corazón de terciopelo rojo atravesado por una flecha, evidentemente, se queda corta.

Y me encanta la afirmación de que hacer terapia de pareja es “amar a los amantes”. De hecho, condición necesaria para hacer terapia familiar es amar a la familia y, para hacer terapia individual, amar al paciente. Y, por cierto, hacérselo saber, sin agobiarlos ni sobrecargarlos emocionalmente. Y, como no se trata de establecer una relación de “amor eterno”, el toque terapéutico está en saberse retirar cuando se ha logrado que las personas, individuos, parejas y familias, encuentren amor en su entorno natural.

Quiero ser breve. Un prólogo no debe excederse en sus funciones, que no son otras que presentar la obra enmarcándola en algunas reflexiones contrastantes. Creo que he cumplido mi misión, aunque me faltan aún un par de comentarios que considero oportunos.

El libro transcurre plácidamente por la teoría, aportando conceptos interesantes, propios de Bismarck y correspondientes a otros autores, que se acaban integrando en un auténtico modelo de terapia de pareja, éste sí, de Bismarck y nada más que de él. Pero todavía nos queda la gran sorpresa, que son los ocho casos que, a modo de conclusión práctica, cierran la obra. En ellos aparece la carne de terapeuta de nuestro autor, de manera tan expresiva y armoniosa, que confirman su determinación de hacer ciencia sin abandonar la poesía.

Mi querido Bismarck, ¡lo conseguiste!

Barcelona, 31 de marzo del 2020

INTRODUCCIÓN

La Psicoterapia de Pareja tiene la finalidad de aliviar el sufrimiento de las personas ocasionado por la relación romántica. La Psicología Clínica ha descuidado el análisis de las patologías conyugales, así mismo se han desarrollado pocas escuelas en la terapia de parejas en comparación a la psicoterapia individual y familiar.

Será el enfoque conductual uno de los primeros en desarrollar modelos terapéuticos aplicados a los problemas de pareja fundamentados en la evidencia, dando lugar al abordaje de las teorías cognitivas, apareciendo modelos terapéuticos centrados en los pensamientos irracionales.

El auge del pensamiento sistémico aplicado a la psicoterapia, fomentó el desenvolvimiento de terapias relacionales en el ámbito de la terapia familiar, siendo los modelos estratégicos y estructurales los más difundidos. La Teoría de la Comunicación Humana propuesta por la Escuela de Palo Alto tuvo incidencia inmediata en la comprensión de las crisis conyugales y el consecuente impacto en la terapia de las parejas.

La importancia de los modelos matemáticos para la investigación de los conflictos en la pareja han definido a la Teoría de los Juegos como el mejor recurso para entender la lucha de poder y plantear las estrategias de solución transformando el juego de competencia por un juego de colaboración.

El abordaje político de la relación entraña el uso de modelos matemáticos, mientras el enfoque semántico obliga a recurrir a modelos cognitivos. De la estructura al sentido define con precisión las crisis de la pareja y los contextos del problema. Los principios de la matemática de Whitehead y Russell conllevan a la definición de los tipos lógicos, con ello se establecen las áreas de los problemas y dificultades conyugales: pareja, matrimonio y función de padres.

El diagnóstico diferencial individual y conyugal se considera como fundamental antes de iniciar el proceso terapéutico, para ello se recurre a los criterios neuropsicológicos y psicopatológicos de la evaluación personal. La evaluación del vínculo romántico se realiza a partir de la definición de los estilos de apego y del ciclo vital de la pareja. Parámetros indispensables para estimar la estrategia del proceso terapéutico.

Los apegos inseguros se funden con los trastornos de personalidad, organizando la patología conyugal en organizaciones coludidas. La terapia de la colusión se implanta en la terapia centrada en el apego. Sue Johnson ha desplegado un sistema terapéutico eficiente centrado en las emociones, sin embargo no lo aplica en relaciones patológicas. Considerando los fundamentos de la Terapia centrada en la Transferencia creada por Otto Kernberg y los fundamentos de la colusión de Jürgen Willi, se acoplan a la terapia del apego para promover

el cambio en los lazos amorosos patológicos, sin abandonar el enfoque y razonamiento sistémico. Incorporando el análisis de los mitos y mandatos familiares asociados al concepto de pareja, matrimonio y amor, desde el abordaje de la teoría de Maurizio Andolfi acerca de la regulación vincular desde las interacciones de por lo menos tres generaciones.

La pareja se configura como el sistema social más pequeño, por lo que sus recursos de regulación se reducen a la reciprocidad. El *quid pro quo* (algo por algo) es la dinámica esencial presente en toda relación de pareja. Esto se torna fundamental en las intervenciones del terapeuta de parejas, su accionar desbarata el equilibrio con el que llegan a nuestra consulta los consortes. El terapeuta debe mantener ese equilibrio en cada uno de sus procedimientos, si provoca a uno debe provocar al otro, si valora a uno debe valorar al otro. Una intervención equivocada es aquella conducente al desequilibrio en la sesión.

Los dilemas de la reciprocidad se comprenden cuando la pareja entromete a un tercero, en términos de la terapia familiar: triangulaciones. Siendo este el juego requerido cuando se producen alteraciones en la reciprocidad, entonces es necesario involucrar a un tercero para producir el equilibrio. Este fenómeno fue percibido por Willi, desencadenando la idea de la colusión: un juego donde dos se ponen de acuerdo para perjudicar a un tercero. Todo terapeuta de parejas sabe por experiencia propia lo que implica ser triangulado. Por ello existen colusiones peligrosas si el terapeuta no se percata de ellas, por ejemplo el lazo entre una personalidad limítrofe y una personalidad psicopática.

El proceso terapéutico centrado en la reciprocidad, es eminentemente un modelo cibernético de segundo orden y como tal nos enfrenta al cambio dos, esto es cuando la pareja sale del círculo infinito de la reciprocidad. Este fenómeno se identifica cuando se produce el perdón. Palabra latina *perdonare*, hace referencia a la *entrega del don*. Se abandona la tendencia de vengarse y de continuar en el bucle de la reciprocidad, la persona se entrega totalmente perdiendo el sentido de la recuperación de lo invertido.

Es así que me vi obligado a investigar la ocurrencia de este fenómeno. Presente en la antropología, principalmente en los estudios de la cultura aymara realizados por Dominique Temple. La complejidad del *don*, se comprende únicamente desde consideraciones místicas, en la Iglesia Católica se fusionan con la *gracia*, es decir la acción divina del sacrificio. Entonces, en la pareja entraña la entrega al otro de la esencia de la persona, con la intención implícita de que el otro se encargará del cuidado de aquello que se entregó. Nada más cercano a este proceder irracional es el concepto del *Principio de Miguel Ángel*, propuesto por Carlyn Rusbult. Esta psicóloga economista, investigó los factores determinantes de la felicidad conyugal, descubriendo que las parejas satisfechas con su relación son aquellas que sacan lo mejor de su cónyuge, generando confianza y respeto.

La teoría del *don*, me ha permitido comprender finalmente los vínculos del amor, si bien la base de la relación se establece en la reciprocidad, el amor se encuentra más allá, en la posibilidad inaudita de dar sin esperar nada a cambio, se pasa del *eros* al *ágape*, siendo esta transformación indispensable para abandonar la idea de un amor como sentimiento a un amor como entrega.

Este libro es la presentación sistematizada de mi modelo terapéutico de parejas, síntesis de las teorías matemáticas sistémicas, las teorías sobre el concepto del amor, la teoría del apego y la filosofía teológica del amor como *don*. El propósito es presentar mi trabajo a la comunidad científica de la Psicología para su revisión.

Son muchos años de trabajo antecedentes al producto presentado, muchas personas han influido en el desarrollo de la idea y en el apoyo del proyecto. Debo agradecer a mi maestro el *Dr. René Calderón Soria* (+) por las reflexiones acerca de la Psicología como ciencia, al *Padre Esteban Bertolusso* (+) por confirmarme que el amor es el centro de la vida y la solución a los dilemas humanos, al *Padre José Arione* (+) “Pepito el entusiasta”, por entusiasmarme con las publicaciones, es indispensable agradecer a *Luiz André Kossobudzki* (+) por haberme empujado a continuar siendo poeta a pesar de la ciencia. No habría llegado al lugar donde me encuentro sin el apoyo temprano de mi vocación en mi adolescencia del *Hno. Alfredo Cortabitarte* (+), la confianza en mi espíritu científico dado por el *Hno. Orlando Patiño*, la pasión por la matemática y la lógica fomentada por el *Hno. Antonio Díez de Medina*, todos ellos baluartes en mi formación lasallista. Le debo la misión de construir una Psicología para los bolivianos y bolivianas a mi profesora y amiga *Emma Ivanovich* (+).

Dentro del campo terapéutico, ha sido responsables por mi formación mis maestros, maestras, amigos y amigas del Instituto Boliviano de Terapia Familiar: *Elizabeth Sotelo* (+), *Mario Sánchez*, *Blanca Lebl*, *Cynthia Luizaga* y *Javier de la Riva*. También debo agradecer a mis mentores: *Maurizio Andolfi*, *Adelaide Berard*, *Carmine Saccu*, *Daniel Minuchin* y *Flávio Gikovate* (+). Agradecer con mucho cariño a *Juan Luis Linares* por su amistad e intercambio de ideas acerca de los trastornos de personalidad y los modelos contemporáneos del enfoque sistémico.

En el ámbito de la investigación, ha sido muy importante el tutor de mi tesis doctoral *Jaime Vila*, sin sus orientaciones me hubiera perdido de la oportunidad de profundizar en la teoría del concepto de amor de Sternberg y la comprensión del amor como apego adulto. Es Indudable la influencia que he recibido de mi amigo y maestro *Dr. Eric Roth*, quien sutilmente ha cuidado que no me escabulla por los oscuros bosques de los enfoques pos modernos.

Actualmente recibo el apoyo, crítica y retroalimentación de mis entrañables amigos *Carlos Velásquez*, *Percy Medrano* y *Alejandro Araoz*; las consideraciones epistemológicas y teóricas, además de las oportunidades para difundir mi conocimiento de mis amigos: *Felipe García*, y *Rodrigo Mardones*, ambos del CESIST de Concepción. El apoyo incondicional de *Marcelo Ceberio*, *Claudio DesChamps* y *Horacio Serebrinsky* de la Escuela Sistémica Argentina; *Patricio Arias*, por su apoyo a trabajar con la hipnosis científica. *David Villarreal* y *Pedro Vilela*, amigos del IPOPS de Lima. También es importante en mi evolución científica las consideraciones desde el estudio de la familia realizadas por mi amigo *Abedel Galindo* de la Universidad Autónoma de Tlaxcala. Con todos ellos estamos trabajando para desarrollar modelos terapéuticos pertinentes para la Psicoterapia en Latinoamérica.

Mi agradecimiento a mis estudiantes del curso de “Terapia de Pareja Sistémica”. A *Fidel Sivila* por ayudarme a entender la teología del amor, por los casos de parejas aportados por

Jacqueline Bejarano. A mis colegas y amigas del COTESIST: Andrea Borelli, Patricia Jordán, Claudia Vélez, Patricia Patzi, Katherine Quint, Angélica Ramirez, Romy Boyerman, Anahí Navarro, Ignacio Liévana. A Freddy Ponce, Cindy Aponte, Rossángela Taboada y Fabián Heredia.

Un especial agradecimiento a *Shirley Inchauste* por la transcripción de los audios y corrección del texto, sin ella definitivamente no habría podido presentar este libro.

A mis estudiantes de pregrado y posgrado por las preguntas, inquietudes y críticas a mi trabajo. A las parejas que he atendido y atiendo porque fueron la fuente de mis dilemas, y la puesta en práctica de mi modelo.

A mi Universidad Católica por albergarme en su seno. Un especial agradecimiento a mi jefa *Ximena Peres* por seguir empujándome en la realización de mis sueños. Gracias al Rector Nacional *Marco Antonio Fernández*, Rector Regional, amigo *Flavio Escobar*.

Debo agradecer con toda mi alma a mi familia, principalmente a mi esposa Elenita por su paciencia, apoyo incondicional, por nuestra relación fundamentada en la reciprocidad y por recibir todos mis dones. A mis adorados hijos: Selene, Pablo y Víctor, en ellos veo el fruto de mi amor. A mi nietito Sammy, me está enseñando un amor que no conocía.

Y al final y al principio a la Virgencita por ampararme en mi ardua misión de aliviar el sufrimiento de las personas que acuden a mí, a Dios por ayudarme a no desviarme del Mandato de no abandonar la poesía mientras hago ciencia.

Bismarck Pinto Tapia, Ph.D.
La Paz, Bolivia 20 de febrero del 2020

ÍNDICE

DEDICATORIA	1
CAPÍTULO 1	12
INTRODUCCIÓN A LA TERAPIA SISTÉMICA	12
CAPÍTULO 2	17
EL AMOR COMO UN PROCESO DE LEGITIMACIÓN	17
CAPÍTULO 3	22
TIPOS DE AMOR.....	22
CAPÍTULO 4	27
TEORÍA GENERAL DE SISTEMAS APLICADA A LA RELACIÓN DE PAREJA.....	27
CAPÍTULO 5	31
COMPONENTES DEL AMOR.....	31
CAPÍTULO 6	37
SÍNTESIS DEL CONCEPTO DE AMOR	37
CAPÍTULO 7	40
EL APEGO EN EL AMOR	40
CAPÍTULO 8	45
TEORÍA DE LOS JUEGOS APLICADA A LA RELACIÓN DE PAREJA	45
CAPÍTULO 9	50
MODELO MATEMÁTICO DE LA INFORMACIÓN.....	50
CAPÍTULO 10	54
LA CIBERNÉTICA Y LA RELACIÓN DE PAREJA	54
CAPÍTULO 11	58
LOS TIPOS LÓGICOS Y LA TERAPIA DE PAREJA	58
CAPÍTULO 12	62
TEORÍA DE LA RECIPROCIDAD	62
CAPITULO 13	65
INTEGRACIÓN DE LOS MODELOS SISTÉMICOS.....	65
CAPÍTULO 14	70
TEORÍA DEL DON	70

CAPÍTULO 15	73
TEORÍA DE LA INVERSIÓN.....	73
CAPÍTULO 16	77
CICLO VITAL DE LA PAREJA.....	77
CAPÍTULO 17	80
COLUSIÓN.....	80
CAPÍTULO 18	84
TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD Y TRIANGULACIONES	84
CAPÍTULO 19	88
TIPOS DE COLUSIÓN	88
CAPÍTULO 20	92
TERAPIA DE LA COLUSIÓN: SEGUNDA ETAPA	92
CAPÍTULO 21	97
TERAPIA DE LA COLUSIÓN: TERCERA ETAPA.....	97
CAPÍTULO 22	100
COMUNICACIÓN EN LA TERAPIA DE PAREJA	100
CAPÍTULO 23	102
RUPTURA AMOROSA.....	102
CAPÍTULO 24	108
RUPTURA AMOROSA PATOLÓGICA.....	108
CAPÍTULO 25	112
LA INFIDELIDAD	112
CAPÍTULO 26	116
TERAPIA DE LA SEXUALIDAD	116
CAPÍTULO 27	118
LAS ETAPAS EN LA PSICOTERAPIA SISTÉMICA DE PAREJA CENTRADA EN LA RECIPROCIDAD	118
CAPÍTULO 28	124
ESTUDIO DE CASO: CONCEPTO DE AMOR	124
El amante de la peluquera	124
CAPÍTULO 29	129
ESTUDIO DE CASO: MODELO DE RUSBULT	129
Hacer lo mejor posible	129
CAPÍTULO 30	132
ESTUDIO DE CASO: LA PAREJA COMO SISTEMA	132
Devuélveme el rosario de mi madre	132

CAPÍTULO 31	139
ESTUDIO DE CASO: CIBERNÉTICA	139
¿Dime con quién me case en realidad?	139
<i>Análisis:</i>	145
CAPÍTULO 32	147
ESTUDIO DE CASO: TEORÍA DE LOS JUEGOS Y LAS DECISIONES	147
Lo mío y lo tuyo	147
<i>Análisis:</i>	150
CAPÍTULO 33	152
ESTUDIO DE CASO: TEORÍA DE LOS JUEGOS Y LAS DECISIONES	152
Felices a pesar de todo	152
<i>Análisis:</i>	156
CAPÍTULO 34	157
ESTUDIO DE CASO: RECIPROCIDAD	157
Para creer en maldiciones	157
CAPÍTULO 35	162
ESTUDIO DE CASO: INTEGRACIÓN DE LOS MODELOS	162
Papeles para el drama	162
Bibliografía seleccionada	172

CAPÍTULO 1

INTRODUCCIÓN A LA TERAPIA SISTÉMICA

*Pero hay algo que tú sabes, aunque no sabes que lo sabes.
Milton Erickson*

La psicoterapia en general y la terapia sistémica de pareja en particular debe fundamentarse en la ciencia. Son las evidencias de las investigaciones científicas las que permiten dar credibilidad al accionar de los psicoterapeutas, principalmente desde dos aspectos: el primero tiene que ver con el sustento a partir de las investigaciones sobre el estudio científico de los aspectos concernientes a la relación conyugal y a la relación de pareja en general. Será desde esa vertiente que se construirá un conjunto de modelos y técnicas dirigidos a aliviar el sufrimiento de las relaciones de pareja.

El segundo aspecto concierne a la validación de los métodos y técnicas utilizadas, pues es deber de quienes trabajamos con personas poner a prueba permanentemente nuestro quehacer. Este proceso de falsear permite así el desarrollo congruente con la ética de nuestro quehacer con las personas.

Dicho esto, me referiré al concepto de amor, hacer terapia de pareja, ineludiblemente nos obliga a adentrarnos en este concepto fundamento de la relación amorosa.

Pues bien, hablar del amor no es tan simple. Resulta complicado ponernos a pensar en un mundo sin amor. Pues sí, es probable que en los albores de la humanidad esta construcción llamada amor haya estado ausente en las interacciones humanas.

Por algo Platón, en su libro *El Banquete* discute acerca de los distintos abordajes de los filósofos de la época hacia este abstracto concepto. Para los griegos el amor era diversión o enfermedad, algo para pasar el rato o algo para destruir a las personas.

En *El Banquete*, Fedro habla del amor como un dios, asociándose este discurso a las ideas clásicas relacionadas con los aspectos más profundos del espíritu humano. De ahí que *El Banquete*, es un diálogo muy interesante acerca del tema favorito de este filósofo griego. Él declara en la primera página de este diálogo su favoritismo hacia el discurso del amor.

Inmediatamente a Fedro, Pausanias corrige la idea de Fedro manifestando que el amor, si bien no puede ir ligado a la diosa Afrodita, tiene dos connotaciones: una con la Afrodita Urania, la otra con la Afrodita popular. Esta dicotomía que nos ofrece Platón, hace alusión desde mi punto de vista a un argumento de Wittgenstein; según el cual, de ética y de estética no es posible hablar, porque ambos contingentes filosóficos escapan al raciocinio.

Lo bello y lo bueno son muy difíciles de especificarse. El amor se encuentra entre la ética y la estética. Platón liga indefectiblemente al amor como una cuestión estética, la belleza, condición fundamental de la atracción de unos hacia otros. Para configurar esa sensación intensa que otorga el sentimiento erótico.

Sócrates terminará prácticamente desacreditando a los anteriores locutores. Para él, el amor es codiciable pero difícil de alcanzar, subraya que es la belleza en sí, la única belleza real de la que todas las otras son solamente un simple reflejo. Platón nos introduce como humanos al amor.

-¿Y qué quiero yo decir cuando le digo a alguien te amo? La palabra amor es una palabra acuñada por los latinos. Para los griegos, la palabra era *Ágape*. Será con el tiempo, con las ineludibles hazañas de los ejércitos en pos de territorio que se fueron contaminando las ideas, todas las ideas y una de ellas es el amor.

Las parejas, inclusive en Roma, no estaban consolidadas a partir del amor. El matrimonio era una condición eminentemente económica que garantizaba la descendencia de las dotes. El amor resultaba algo extraño, con los griegos, se introdujo en la relación sexual fundamentalmente, en la atracción y el deseo. Sentimientos que conmovían a las personas seguramente, pero no era aun lo que hoy entendemos por él.

La palabra amor en inglés, en las lenguas anglosajonas, proviene del latín *libitum*, asociado a acostarse, vinculado seguramente al aspecto erótico del amor. De ahí que cuando los traductores del griego y del latín introducen el término amor se genera cierta confusión puesto que no queda claro si se está hablando del deseo o de la caridad, tremendo problema para los traductores de los libros bíblicos.

¿De dónde proviene nuestra palabra castellana? Uno de los hijos de Afrodita era Amor, ¿entonces eso quiere decir que cuando expresamos la palabra amor estamos utilizando un nombre?

Los estudiosos se han detenido en esa concepción y se quedaron tranquilos, yo no me quedé tranquilo porque no tiene sentido utilizar el verbo amor como si fuese un nombre. Pues bien, el latín también tiene sus orígenes, palabras antiguas que se fueron moldeando en el lenguaje cotidiano, así fue que encontré el origen de la palabra *amor* en una lengua indoeuropea, esa palabra está vinculada con la ternura, también está vinculada con la sensación de bienestar, a diferencia de la palabra *love* en inglés. Esta palabra proviene de *amae*, quiere decir *mamá*, era la palabra que se usaba para convocar a la madre.

Los interesantes estudios contemporáneos de Helen Fisher y sus colegas, identificaron la activación de las áreas del placer y la ternura en el cerebro. Si vamos a considerar los sentimientos que subyacen al amor, estos son evidentemente los eróticos y los tiernos. Así que cuando dices *te amo* o *eu te amo* o *je t'aime*, estás expresando desde las raíces románticas de estas lenguas la urgencia de protección.

- ¿Entonces, es eso el amor? ¿El amor es un sentimiento? Si así fuese coincidiríamos con que es finito, puesto que los sentimientos que son los nombres de las emociones y de las necesidades, cuando se satisfacen, se agotan.

Cómo explicar estos matrimonios que atraviesan conflictos durante años y se reconcilian. Nuevamente conflictos, van pasando los años y manifiestan su satisfacción de estar juntos. El amor, por lo tanto, está más allá de los sentimientos.

Ha evolucionado históricamente, al grado que en países como el nuestro, el amor se ha convertido en la única posibilidad de las personas para tener algo privado. Esto lo menciona Beck y Beck, dos investigadores alemanes en un libro denominado *El Normal Caos del Amor*.

Alberoni, el sociólogo italiano, plantea que la gente que se enamora genera un estado naciente de un movimiento colectivo formado por dos personas. Es el sistema social más pequeñito.

Se produce un terremoto en las personas que aman al percatarse de que es posible construir un mundo diferente al mundo establecido. Por eso, el amor, señala Alberoni, es el único lugar donde podemos recuperarnos a nosotros mismos a pesar de los condicionamientos del mundo. El amor es transgresor, su naturaleza es revolucionaria.

Recuperarnos a nosotros mismos, implica pues, el existir. No cabe la menor duda de que el amor es una construcción social. Es un invento que nos antecede. Es algo que nos espera cuando venimos al mundo y debemos descubrir dentro de esa construcción caótica, desordenada, el sentido de nuestra existencia en relación al otro.

El amor no tiene el mismo significado en una sociedad que en otra. Los estudios transculturales utilizando el modelo de Sternberg, muestra claramente que el amor es dinámico. El amor se ha de forjar a partir de las condiciones socioculturales e históricas. He realizado varios estudios en Bolivia, he comparado el concepto de amor en La Paz, El Alto, Santa Cruz y Yacuiba. He comparado el amor de los aymaras con el amor de la gente de la ciudad de La Paz de origen mestizo y evidentemente el concepto varía, aunque se mantiene de manera universal los factores que lo componen: Intimidad, Pasión y Compromiso. Tema al que me referiré posteriormente.

Entonces, hay una construcción social del amor, influye en el vínculo amoroso de la pareja, aunque ésta deconstruye, utilizando el término de Derridá, esta concepción socialmente impuesta.

La pareja inventa un nuevo mundo en el amor que se prodigan los amantes. De ahí que no es factible comparar nuestro amor al amor de otra pareja. Cada uno de los miembros de la pareja se introduce en el vínculo amoroso trayendo consigo su historia familiar, su historia sociocultural y su historia personal. Ambos chocan con sus propuestas amorosas y no les queda otra que construir un espacio común, tarea difícil por cierto.

Para Humberto Maturana, el amor es la condición humana por excelencia. El amor es el dominio de las conductas vinculares a través de las cuales el otro surge como legítimo otro en convivencia común. Amplía la visión y entendimiento en el encuentro. Esto lo desarrolla en un libro llamado *La Objetividad un Argumento para Obligar*, también lo hace en *Emociones y Lenguaje en Educación y Política*, resultará dentro del enfoque sistémico un pilar fundamental.

Juan Luis Linares desglosará hasta llegar al concepto de *nutrición afectiva*. Ángel Gonzales el poeta español, enuncia unos versos diciendo: *Yo soy lo que tú me imaginas*. Es en esa condición del otro donde existo.

La legitimación es lo mismo que decir la validación de mi existencia, se da a partir de la relación con un extraño. Entre los dos vamos construyendo un *existir*, una identidad que nos encamina en pos de nosotros a través de la mirada del otro. Esa complejidad relacional es única en el universo.

El poder decirle al otro que si existe, desprendiéndose de cualquier historia familiar sea funcional o disfuncional. La pareja es la oportunidad ineludible de podernos encontrar con nosotros mismos.

De ahí que puedo decir que el amor desde la perspectiva de la terapia, se puede identificar en un triángulo epistemológico fundamental: el estético, el ético y el ontológico. El ser inmerso en la relación placentera con el otro, definiéndose a partir de la felicidad del otro, de la incansable búsqueda del bienestar del otro, en una relación recíproca donde yo hago lo mismo que tu harás conmigo, *te legitimo, me legitimas* y esos encuentros posibilitan el cambio. Cambio que subyace como definición en el amor.

El amor es libertad, el amor es soledad. No puedo amar sin permitir tu libertad y al permitirla tengo que asumir mi indefensión, mi soledad. Por ello, condición fundamental para el amor es aceptar la soledad en esa enfermedad mortal referida por Kierkegaard, subrayada por Unamuno y desvinculada, claro está por Nietzsche, ese estado desesperado del ser ante la pérdida de nuestra esencia al haber sido arrojados al mundo como mencionara Heidegger.

Como verán es inevitable el adoptar una postura filosófica dentro del ámbito de la ciencia y mucho más en la relación con el otro. Como dice Maturana: *la objetividad es imposible* puesto que no puedo desprenderme de mi forma de ver el mundo, de mi forma de pensarlo, ni de mi forma de sentirlo.

Como terapeutas necesitamos un marco referencial que nos permita amar a los amantes. Esa es la definición más clara de lo que es hacer terapia de pareja: amar a los amantes.

Pues bien, ¿Cómo utilizar este primer aporte que les doy en el proceso terapéutico? Debemos hacer una evaluación de cuál es el concepto de amor que tiene cada uno de los miembros de la pareja, identificar la negociación que ambos han hecho en la construcción de un sólo concepto, puede ser complementaria o puede ser independiente. Es importante para la pareja y para el terapeuta comprender que este concepto es adquirido. Los conceptos en general son adquiridos, hemos aprendido a nombrar el amor en la familia. Entonces, puede que ese concepto no esté lo suficientemente maduro como para que la pareja pueda amarse realmente.

Cuando el amor se sustenta en el deseo o cuando se sustenta en la ternura es poco probable que la pareja pueda ser feliz, porque como les dije al inicio, estos sentimientos son efímeros, tienen un fin, literalmente acaban. Acaban con el matrimonio y acaban con el endeble amor. Es deber del terapeuta ayudar a la pareja a deconstruir sus conceptos personales para reconstruir el concepto amoroso en la relación de pareja. Es posible utilizar recursos psicométricos como el test del Triángulo del Amor de Sternberg o el test de Actitudes hacia el Amor de Lee para facilitar nuestro trabajo o en su defecto, con paciencia y evitando dejarnos llevar por la vorágine de la pareja que viene desesperada y quiere soluciones prontas, sin saber lo que quiere, porque no saben definir la solución, al no tener claro el problema.

Un problema fundamental, aunque no sea explícito por la pareja, es: ¿Qué entienden por amor?

Haz la pregunta cuando la pareja no esté tensa, cuando hayas logrado a partir de tus artes apaciguar la vorágine, porque en medio de la disputa es imposible la reconstrucción de ningún concepto. Se hace necesaria la paz. Se hace necesario que los amantes dejen de mirarse el uno al otro para mirar juntos en la misma dirección como nos decía el autor de *El Principito* Antoine de Saint Exupèry, que debe ser tu libro de almohada. Entonces, será una finalidad inicial en el proceso terapéutico.

CAPÍTULO 2

EL AMOR COMO UN PROCESO DE LEGITIMACIÓN

*Todo el que se suicida, se suicida por falta de imaginación.
Stendhal*

La definición de amor que plantea Humberto Maturana en su libro *La Objetividad un Argumento para Obligar* (página 131), escribe: “El amor, como el dominio de las conductas relacionales, a través de las cuales, el otro, la otra, lo otro, surge como legítimo otro en convivencia con uno”. Esta concepción hace alusión, en primer lugar, a la vinculación en un primer encuentro de extraños.

Por otra parte, también enfatiza la importancia de la existencia en la mirada del otro. He planteado esta forma de relacionamiento amoroso como un vínculo especular, es decir, dos espejos puestos uno frente al otro, de tal forma que se generan figuras infinitas. Llega el momento en que ya no es posible identificar quién es uno y quién es el otro.

La pareja está obnubilada por los sentimientos intensos del deseo reprimido, a lo que se suman las expectativas desesperadas por la aceptación, de tal forma que ambos miembros de la pareja bajan sus armas, sus defensas en pos de la conquista del otro, sin percatarse que el otro es alguien que no se conoce. Es alguien que no existía hasta ese momento. Durante el cual uno y otro depositan la posibilidad de ser en la mirada del otro.

Un paciente en terapia de pareja, le dijo a la esposa, muy tímida y retraída: “Amor, cuántas ganas tengo de sacarme los ojos y dártelos para que veas como yo te veo”. Ángel Gonzales, poeta español, ha descrito de una forma bella el tema al cual estoy haciendo referencia, el poema se llama *Muerte en el olvido*

*Yo sé que existo porque tú me imaginas.
Soy alto porque tú me crees
alto, y limpio porque tú me miras
con buenos ojos,
con mirada limpia.
Tu pensamiento me hace
inteligente, y en tu sencilla
ternura, yo soy también sencillo
y bondadoso.
Pero si tú me olvidas
quedaré muerto sin que nadie
lo sepa. Verán viva
mi carne, pero será otro hombre
-oscuro, torpe, malo- el que la habita...*

El encontrarme con alguien no difiere de estos procesos cerebrales, biológicos de la asimilación de la realidad. El gran maestro Jean Piaget, al referirse a la construcción de la realidad en el niño, ha planteado tres momentos importantes en la integración de la información: Asimilación, adaptación y acomodación. Estos tres momentos de la percepción ocurren en cualquier tipo de proceso perceptual incluyendo el social.

Se ha planteado la hipótesis de los esquemas cognitivos, estos son referentes que nos permiten comparar lo percibido con lo que está establecido. Si vemos una flor, decimos flor aunque las flores a nuestro alrededor son claramente distintas unas de otras. Tenemos un referente de flor.

El cerebro humano está hecho para reconocer rostros, así como el del perro lo está para percibir olores, nuestro cerebro es un experto en ver rostros, vemos rostros en la luna, en una mancha de tinta, en el cielo porque tenemos un esquema de rostro.

La prosopagnosia es un trastorno neurológico ligado a lesiones que inhabilitan las zonas responsables por esta integración de información, producen personas incapaces de reconocerse inclusive a sí mismas cuando se ven en un espejo.

La prosopagnosia nos anuncia claramente la importancia de los esquemas de rostros. Los estudios actuales sobre las emociones han determinado que también existe una especie de esquema emocional.

El trabajo de Wessler, Hankin y Stern sintetizan la idea de que existen estos esquemas emocionales en el concepto de punto fijo emocional, el cual nos permite discriminar la intensidad de una emoción en relación a otra. Nos permite ubicarnos en nuestros vínculos afectivos en general y amorosos en particular en la búsqueda de esa sensación grata de refugio que nos ofrece este referente emocional.

Así pues, queremos en el vínculo amoroso revivir las experiencias de protección, ternura y cariño. Sin embargo, estarán las personas que no tienen esos referentes emocionales, que no los conocen o que sufrieron experiencias que destrozaron su posibilidad de sentirse acogidos, eso derivará en la patología conyugal.

Sin embargo retrocedamos, me encuentro contigo una desconocida, te encuentras conmigo un desconocido, movidos por ese no sé qué hormonal, afectivo e inclusive condicionado culturalmente, vamos involucrándonos el uno en el otro. Ese involucramiento se va forjando, claro está, a partir de construcciones que hacemos el uno del otro y el otro del uno. Es interesante conocer que esa vinculación necesita urgentemente de la validación del otro, a esa validación o valoración es a lo que Maturana denomina *legitimación*.

Juan Luis Linares ha de profundizar el tema y utilizará el término “nutrición afectiva”. En la medida en que te reconozco como un ser independiente a mí y te valoro a partir de esa diferenciación es que te hago existir y el otro hace lo mismo por mí.

Ese ir y venir de un *reconocernos* permite ir fortificando la identidad, la misma que se puede ver minada por el desconocimiento, rechazo o descalificación.

Los trabajos pioneros del equipo de Palo Alto, liderados por Paul Watzlawick, fueron intensamente estudiados durante muchos años, recapitulándose los aspectos más válidos de las teorías de la comunicación humana, el doble vínculo por ejemplo, la descalificación en la comunicación, son pautas para comprender la importancia que existe en los seres humanos para reconocernos en los ojos del otro.

Una vez más, no es ciencia, sino los comentarios metafóricos o las historias que nos permiten comprender mejor el concepto. Así en un pequeño cuento elaborado por Anthony De Mello se retrata claramente lo que es este proceso de validación: “Una familia va a un restaurante, papá, mamá y una niña de siete años, se acerca la mesera y pregunta con delicadeza, qué es lo que se van a servir. El padre responde que él desea un espagueti. La madre señala que le gustaría servirse un churrasco y añade la señora, tráigale para mi hija un lomo montado. La mesera no hace caso a esta última aseveración y se dirige a la pequeña y le pregunta: ¿Qué te vas a servir? Los padres se quedan callados y atónitos por el atrevimiento de la mesera. La niña al darse cuenta que la mesera le pregunta en serio, le dice: señorita yo quiero una hamburguesa, pero no le ponga esa cosa amarilla. La mesera le dice: no quieres mostaza y añade la niña: tráigame bastante papa frita. La mesera dice: para el señor un espagueti, para usted señora un churrasco y para ti una hamburguesa sin mostaza, con bastante papa frita, se retira la mesera y la familia queda en silencio. Después de unos instantes incómodos, la niña mirando a sus papás les dice: ¿se han dado cuenta? ¡Para esta señorita existo!

Maturana lo dice de una y otra manera en sus distintos escritos: El amor es lo que nos hace humanos. El amor es el reconocimiento de la existencia del otro.

Pues bien, la terapia de evaluación cognitiva ha utilizado como eje terapéutico el manejo importantísimo de la valoración. Estos autores Wessler, Hankin y Stern consideran la vergüenza como un sentimiento descuidado en la terapia e investigación. La vergüenza nos lleva a concluir que somos malas personas a diferencia de la culpa que nos indica que hicimos algo mal.

La vergüenza, roza pues el sí-mismo, como mencionara Guidano en la terapia cognitiva postracionalista. Es el sí-mismo configurado en las relaciones tempranas del niño con sus cuidadores principales. La vergüenza es un motivante para evitar correr riesgos, produce una impotencia aprendida. Esta vergüenza si no es resuelta puede derivar en la desesperación, que se ocasiona por la sensación destructiva de no servir, de no ser valorado. Es un dolor muy grande. La vergüenza puede señalarnos el eje motivacional de la búsqueda de reconocimiento.

Cuando la pareja desnuda sus cuerpos, las primeras veces se llenan de vergüenza de mostrar el cuerpo a los ojos del otro. El otro elogia paulatinamente aquellas partes del cuerpo que va recorriendo con la mirada poco a poco. Lo mismo ocurre con el alma. La pareja desnuda su alma, la muestra como nunca antes se había atrevido a hacerlo. Morimos de vergüenza al mostrarnos, al señalar aquello que nadie más conoce, aquello que me avergüenza.

Así se va gestando el amor, se va construyendo a partir de esa beneficencia otorgada por la mirada límpida del otro que me imagina desde su profunda experiencia, desde su sensación de existir porque yo la imagino, ella me imagina.

Caryl Rusbult, quien ha de ser muy importante en el enfoque del modelo terapéutico que quiero mostrar, investigó durante muchos años la satisfacción conyugal, lamentablemente muere el 2010. En 1999 plantea una teoría acerca de lo que mantiene a las parejas felices. Le da el nombre de *Fenómeno Miguel Ángel*, el cual hace alusión a este extraordinario artista del Renacimiento, quien señalaba a la hora de hacer sus esculturas, lo único que hacía era simplemente sacar lo que estaba dormido en el mármol.

Esta metáfora es la que encuentra Rusbult en las parejas satisfechas, cada uno saca lo mejor del otro. Cada uno de los dos favorece el alcance de las metas, de la realización del otro.

Tenemos un ideal del yo, es decir, lo que queremos ser. En el proceso de adaptación social las personas van abandonando aquellos elementos vergonzosos del ideal del yo: Yo quisiera ser futbolista pero me da vergüenza porque mis papás no van a alentar mi deporte y decido cumplir sus expectativas. Así vamos escondiéndonos, algunos con más valor que otros, como Pablo Neruda, quien pese al rechazo de su padre hacia la poesía, se atrevió, cambiándose el nombre ocultándose del padre. Pablo Neruda escribe versos porque él nació para ser poeta.

En la relación amorosa, la pareja alienta la recuperación de estos sueños olvidados. Alienta, apoya, estimula, favorece, se entusiasma, se alegra con nuestras alegrías como nos alegramos con las de ella. Las parejas que se mantienen en el tiempo felices según Rusbult, son aquellas capaces de practicar el fenómeno Miguel Ángel.

Bien, ¿Cuál será la importancia de la legitimación en el proceso terapéutico? Por un lado, está el diagnóstico de la legitimación en la relación de los pacientes. Difícilmente las parejas felices nos han de buscar, la mayoría de las que nos buscan, o están estancadas en una etapa del ciclo vital o están inmersas en un caos definido por la patología conyugal. Debemos ver cómo uno es capaz de validar al otro y viceversa.

En los albores de la terapia de pareja, fue la terapia conductual, la que trabajó sustancialmente con el reforzamiento de las conductas de uno y otro miembro de la pareja en sistemas que podemos utilizar en la terapia sistémica con gran éxito, siempre y cuando lo comprendamos dentro de estos procesos, diríamos ontológicos, asumidos en la relación amorosa.

Si la pareja tiene atisbos de valoración, comprobables a través de las técnicas de la terapia centrada en soluciones por ejemplo, habrá mayor esperanza en que la pareja pueda reconciliarse o continuar en el camino de su relación, caso contrario es más difícil.

La violencia es el colmo de la descalificación, de la no aceptación del otro. No podemos hacer terapia de pareja con la presencia de la violencia, erradicarla será uno de los primeros objetivos.

Detrás de la violencia encontraremos miseria de dos personas incapaces de amar, probablemente en su historia nunca fueron validadas. Entonces si no he sido validado, no sabré validarte y tampoco podré reconocer qué necesito que sea validado por ti.

Ese enmarañamiento, podríamos decir, circunscrito al concepto de amor, nos otorga un primer abordaje del diagnóstico relacional de la pareja. Es común escuchar en terapia al esposo o esposa decir: *él saca lo peor de mí*, exactamente lo contrario al *fenómeno Miguel Ángel*.

El segundo aspecto a tomar en cuenta es la actitud del terapeuta, debe centrarse en la validación de cada uno de los miembros de la pareja y en los esfuerzos que ambos hacen por mejorar su relación. El terapeuta es un referente de amor. Como mencioné en el anterior capítulo, la terapia de pareja es amar a los amantes, tarea difícil, porque nos obliga a trascender el vínculo y eso significa abandonar prejuicios, abandonarnos inclusive a la hora de escuchar el sufrimiento, evitando juzgarlo, liberando nuestra esencia de los prejuicios, tarea como verán prácticamente imposible porque somos humanos y traemos con nosotros filtros en nuestros procesos perceptuales.

De ahí la importancia de conocernos en los cursos de autoconocimiento, en los talleres de encuentro que facilitan de alguna forma el manejo de las resonancias. De cualquier manera si un terapeuta es incapaz de la aceptación incondicional como diría Rogers, si un terapeuta es incapaz de la legitimación de los pacientes, no podrá hacer buena terapia.

CAPÍTULO 3

TIPOS DE AMOR

*La verdadera esencia del amor consiste en abandonar la conciencia de sí,
en olvidarse en otro...en poseerse verdaderamente en este olvido.*

Hegel

Jaime Sabines el poeta mexicano escribió:

*Digo que no puede decirse el amor.
El amor se come como un pan,
se muerde como un labio,
se bebe como un manantial.
El amor se llora como a un muerto,
se goza como un disfraz.
El amor duele como un callo,
aturde como un panal,
y es sabroso como la uva de cera
y como la vida es mortal.
El amor no se dice con nada,
ni con palabras ni con callar.
Trata de decirlo el aire
y lo está ensayando el mar.
Pero el amante lo tiene prendido,
untado en la sangre lunar,
y el amor es igual que una brasa
y una espiga de sal.
La mano de un manco lo puede tocar,
la lengua de un mudo, los ojos de un ciego,
decir y mirar.
El amor no tiene remedio
y sólo quiere jugar.*

Digo que no puede decirse el amor, es la frase lapidaria en este poema, me hace recuerdo a los versos del Gustavo Adolfo Bécquer cuando dice que la ciencia no alcanzará jamás a explicar el amor porque si así fuera, será el fin de la poesía.

Los filósofos han planteado en su momento discusiones sobre este fenómeno. Platón lo considera el centro de su filosofía y Aristóteles sugiere que al ser el Dios más antiguo, ha sido fundamental para la comprensión de la unión de opuestos.

Pasando por Schopenhauer, dando un paseo por la voz rebelde de Nietzsche, el amor ha estado de una u otra manera entre los libros de estética, ética y ontología.

¿Será un atrevimiento o una especie de herejía el investigar el amor desde la ciencia, considero que no? Es más, la ciencia puede favorecer el desarrollo romántico de la concepción poética y filosófica del amor.

El primer intento por llevar el amor a la psicología fue el desarrollado por Rubin en 1973, quien publica un artículo denominado: *Gustos o atracción en las escalas del amor*, considerando al amor como un fenómeno es posible abordarlo desde la psicología social con los modelos de actitudes y valores.

Entonces, a partir de este intento inicial será Lee quien nos ofrecerá finalmente una escala para evaluar las actitudes hacia el amor. El amor como un fenómeno social y las actitudes que se definen como la dirección del comportamiento, también la dirección de los pensamientos y de los afectos hacia cualquier objeto social.

Las actitudes se sustentan en los valores, es imprescindible comprender los valores para explicar las actitudes. En su momento la psicología social pudo haber sido definida como el estudio de actitudes.

Es así que Lee en 1973 publicará un libro denominado *Los colores del amor*, con el subtítulo: *los caminos del amor*. Este importante psicólogo social basa su teoría en los tipos de amor desglosados por los griegos.

Posteriormente Hendrick y Hendrick, pareja de investigadores sociales mejoran el modelo de Lee y validan un cuestionario. En 1986 publican *La teoría y el método del amor*. Será en 1987 cuando amplíen su visión con un artículo denominado: *Amor y actitudes sexuales*. Ambos artículos se publican en el *Journal of Personality and Social Psychology*.

En 1989 sale a la luz un estudio que recopila los trabajos realizados por estos autores: *Investigaciones sobre el amor, ¿es posible medirlo?* Entonces, ¿qué es lo que estos investigadores definen? Determinan que es posible diferenciar las actitudes que tenemos hacia el amor.

Son seis los estilos que identifican: *Eros, Storge, Ludus, Manía, Pragma* y *Ágape*. Quiere decir que las personas tendríamos una dirección comportamental cognitiva y afectiva hacia el amor desde este eje de estilo. Por supuesto, se combinan, una persona puede tener una actitud de *Eros*, al mismo tiempo *Ludus* y *Manía*. Otra puede ser *Storge, Ágape* y *Pragma*, en fin, las ponderaciones resultan singulares a partir del desarrollo de las personas. Veamos cada uno de estos tipos de amor, para luego indicar la utilidad, que me parece imprescindible en el trabajo con parejas.

Eros es el dioscello del amor, el hijo de Afrodita y por lo tanto, como dirá Aristóteles, el más antiguo de los dioses, equiparado durante la mayor parte de la historia de la humanidad letrada, por cierto, porque no tenemos idea clara de qué pasó antes de la escritura, era fundido *Eros* con el deseo y asociado al amor.

Los griegos, valga recalcar, no usaban esta palabra para referirse al amor como hoy lo entendemos, ellos recurrían a la palabra *Ágape*. *Eros*, dioscello inquieto ha sobrevivido y es

indudablemente un componente del amor que las personas suelen confundir como si él fuese suficiente para declarar que es amor.

Eros es, pues, la actitud, el tipo de amor pasional. Hace referencia a la atracción intensa hacia la persona amada. Este tipo de amor posee un alto nivel de pasión, está centrado en la irracionalidad, en emociones desbordadas.

El siguiente tipo de amor es *Storge*, este término es utilizado para la amistad. Se trata del amor de compañeros, a diferencia de *Eros*, es un remanso de emociones. Se fundamenta en el afecto, la protección que nos define en una relación fraterna, en la cual las personas se cuidan el uno al otro, sin que existan grandes emociones y menos desbordes pasionales. Es una relación de compañeros, confiada y segura. Las personas que buscan este tipo de relación quieren compromiso.

El subsiguiente tipo de amor es *Ludus*, este estilo de amor es juguetón, tiene mucho que ver con la etapa de la conquista, con la ansiedad, las expectativas que se producen ante la posibilidad de ser rechazados. Es un amor divertido, tal cual como lo manifestaba Platón, tenemos el amor que es deseo y tenemos el amor que es el juego, entretenimiento, diversión. El fin es el placer, no hay otro objetivo. Permite mantener varias relaciones al mismo tiempo y el sexo es pura diversión.

Esta forma de amar es común en personas que buscan sensaciones hedónicas que viven el presente y es muy fugaz a diferencia de *Eros* que se centra en la posesión, en las ganas de que el otro no se vaya. En este caso se trata de una actitud hacia el amor, digamos, desechable, jugamos, la pasamos bien y mañana no me acuerdo. El ejemplo más claro de la actitud *Ludus* es *el prende*, este tipo de relación juvenil presente en la ciudad de La Paz, cuya finalidad es simple y llanamente pasar bien un rato, sin que haya coito, sino simplemente el juego de la conquista, el besuqueo, las caricias que no llegaran a consumarse. *El prende* es, pues, el más claro ejemplo de *Ludus*.

El siguiente tipo de amor es *Manía*, es el amor extremadamente irracional, posesivo, considera que el amor tiene que centrarse en la posibilidad de dominio, en la pertenencia. Se acerca a la idea del amor cortesano porque se sufre mucho en este tipo de amor, por lo que existe miedo de perder al otro, la base de los celos. La necesidad urgente de que el otro no se vaya y hay muchas dudas acerca de si el otro está cumpliendo el compromiso. Hay etapas de exaltación y depresión, parece un Cupido enfermo de bipolaridad. Es un amor de todo o nada. Las personas que tienden a esta actitud suelen ser turbulentas en sus emociones.

A diferencia de manía el siguiente tipo de amor es *Pragma*, amor lógico, casi sin emociones. Se busca a la persona adecuada a partir de una lista de requisitos. Se pretende una convivencia tranquila con objetivos claros. Se trata de personas muy racionales, cómodas y poco apasionadas. Probablemente Mr. Spock de la serie *Star Trek* haya tenido este tipo de amor.

Ahora especialmente los jóvenes utilizan aplicaciones para buscar pareja, *e.Harmony* ha sido una de las pioneras en los EE.UU como agencia de citas. Lo interesante de *e.Harmony* y de algunas agencias actuales o aplicaciones como *Tinder*, es que se han realizado investigaciones acerca de la satisfacción en estos encuentros definidos desde una agencia a

la busca de coincidencias de valores, intereses, edades, etc., desde una manera exclusivamente racional y probabilística, los resultados indican mejores probabilidades en el establecimiento de la convivencia en comparación a la elección azarosa de pareja.

La satisfacción no difiere de las relaciones de encuentros fortuitos y los matrimonios pueden ser tan felices como los matrimonios que no se han forjado desde un aspecto racional. Queda mucho por investigar al respecto.

Bien, el siguiente amor y último en la clasificación de Hendrick y Hendrick es *Ágape*, este es el amor religioso, es el amor compasivo. El término que los filósofos griegos utilizan para hacer referencia al amor consumado, ese amor eminentemente espiritual, que también será traducido del arameo al griego como *Ágape*.

Es el amor de Dios hacia la comunidad de los hombres como hermanos. *Ágape* es desinteresado, es generoso, desprendido. La preocupación está centrada en el bienestar de la pareja antes que en el propio bienestar. El sacrificio es natural en este tipo de amor. También es evidente en los matrimonios de larga data, pueden terminar la última etapa de su vida en este amor. Por lo tanto, no debemos perder de vista el sentido religioso de este amor que fue sobrevalorado por la iglesia durante la Edad Media y durante el Renacimiento se concebía a amor erótico relacionado con el diablo. El orgasmo era cuestión de hechiceras, el amor que se esperaba de la pareja era el amor *Ágape*.

Bien, estos son los seis tipos de amor de acuerdo a la teoría de Hendrick y Hendrick fundamentada en los principios planteados por Lee. ¿Cómo nos puede servir? Nos sirve para varias cosas: la primera es para un diagnóstico de las actitudes hacia el amor en cada uno de los miembros de la pareja. Lo podemos hacer a partir de la *Escala de Actitud ante el Amor (LAS)* de Hendrick y Hendrick, o también con entrevistas que nos permitan definir cuál es la tendencia de cada uno de los miembros de la pareja.

Entonces esto nos ha de facilitar, a partir de la jerarquía del ordenamiento de cada uno de los tipos de amor encontrar las coincidencias y divergencias en cuanto a la vinculación amorosa de un miembro de la pareja con el otro. Por ejemplo podemos tener al esposo *Pragma*, *Ágape* y la esposa *Eros*, *Manía* y *Ludus*. Entonces, claramente esta relación es opuesta, el esposo espera un remanso y la esposa un torbellino.

Buscaremos además de poder comprender las desavenencias en cuanto a lo que uno espera del amor del otro, las coincidencias. Cuando identificamos las coincidencias le señalamos a la pareja que ambos coinciden en este tipo de amor, por ejemplo *Ágape*. Es un alivio para las parejas comprender que la forma de amarse no tiene necesariamente que corresponder al término común del amor.

Hay parejas que han inhibido el elemento *Eros*, hay otras que jamás han conocido el elemento *Pragma*. Hay quienes se incomodan con *Pragma*, otras con *Eros*, entonces en el diálogo hago referencia a la idea de la negociación de significados.

Este concepto utilizado en el ámbito de la comunicación social, es importante en la terapia de pareja. La pareja tiene que aprender a danzar la misma música, de tal forma que deberá negociar qué música elegirán.

No es pertinente que el terapeuta de pareja inicie la terapia desde los problemas de la pareja. La solución de estos tiene mucho que ver con el concepto de amor porque puede haberse generado una distorsión y una sobre implicación de otros temas que no conciernen a la relación amorosa.

Como veremos más adelante en la terapia de pareja, es sustancial la diferenciación de los problemas del amor y de los problemas de la convivencia. Cuando se mezclan, se hace una masa amorfa, se desespera la pareja, terminan explotando, lastimando a quienes los rodean como los hijos por ejemplo.

CAPÍTULO 4

TEORÍA GENERAL DE SISTEMAS APLICADA A LA RELACIÓN DE PAREJA

*Resulta imposible atravesar una muchedumbre
con la llama de la verdad
sin quemarle la barba a alguien.
Georg Christoph Lichtenberg*

¿Es posible considerar a la relación de pareja como un sistema?

Entendamos que el enfoque sistémico es una manera matemática de comprender la realidad. La matemática es un instrumento de la ciencia para establecer relaciones entre objetos abstractos como los números, las figuras geométricas, etc. También es un lenguaje para explicar la naturaleza de las cosas.

Ludwig von Bertalanffy (1968), desarrolla la Teoría general de Sistemas, pensaba en una manera de explicar el funcionamiento de los sistemas en general. Esta intención ambiciosa dio lugar a los principios de su teoría.

No es correcto considerar a la psicología como una psicología sistémica, no existe tal cosa, porque el modelo sistémico es una aproximación a distintos fenómenos dependientes de las ciencias que se ocupan de ellos. Podemos hacer matemática sistémica en la política, en la sociología, en los fenómenos astronómicos. Lo correcto es referirnos a una *Psicología con enfoque sistémico*.

Fue Gregory Bateson quien llevó la matemática sistémica al ámbito de las ciencias sociales. Feliz iniciativa porque gracias a este epistemólogo el enfoque sistémico ha sido muy efectivo en la comprensión de la problemática humana. Evitamos el modelo causal, nos centramos en una nueva manera de concebir las cosas. No se trata de identificar causas, se trata de comprender las relaciones.

¿Qué es un sistema? Un conjunto de elementos que interactúan para alcanzar un fin. Nos ha de facilitar la comprensión de este concepto el introducir la idea de *sinergia*.

Kurt Lewin indica que sinergia es la suma de las partes diferente del todo. Cuando un objeto o varios objetos cumplen con este principio, podemos referirnos a que existe sinergia.

Oscar Johansen Bertoglio, en su libro *Introducción a la teoría general de sistemas*, nos ofrece un ejemplo muy claro al respecto. Dice que podemos tener en un plato varias naranjas, dispuestas de manera aleatoria, entonces diremos que es un conjunto de naranjas, cada una de ellas cumple la función de naranja, pero si a alguien se le ocurre retirar las naranjas de este lugar y colocarlas sobre la mesa, ordenándolas de tal forma que dibujen una cruz,

entonces las naranjas dejan de ser sólo naranjas, se convierten en una cruz. Entonces la suma de las naranjas no es un conjunto de naranjas sino que todas ellas distribuidas de manera ordenada, hacen pues algo nuevo, una cruz.

Un sistema tiene esa característica, el conjunto de sus elementos de manera individual no han de significar una sumatoria sino que establecerán un algo nuevo, un todo diferente. La suma de las partes no determina una sumatoria sino que organizan algo nuevo, una novedad. Es en ese sentido que vamos a comprender al sistema como algo compuesto. Existe una composición ordenada de elementos en un todo unificado, la finalidad del sistema es reducir el caos, es tender al ordenamiento.

La teoría general de sistemas nos permite el abordaje de la interacción con otras ramas del conocimiento. La teoría matemática de la información, la cibernética, la teoría de los juegos y las decisiones, la teoría de los tipos lógicos, entre otros temas indispensables a la hora de actuar como terapeutas con enfoque sistémico.

Vamos a la pareja: la pareja se compone de dos elementos independientes, él y ella, él y él o ella y ella, independientemente a la orientación sexual podemos observar dos personas en interacción. Esa interacción configura una novedad: la pareja, que es el paciente en la terapia de pareja. Se trata de tres personas trabajando sobre una entidad invisible, tú y yo hacemos un nosotros.

Alain Caillé (1992) habla de la *notrosidad*, neologismo para expresar esta totalidad que es más que sus componentes. Si nos introducimos en la mente de cada uno de los cónyuges, el uno mira al otro en un afán utópico de una unión indivisible. Tú y yo hacemos uno, la simbiosis es producto de esta ambición curiosa, reflejada en canciones, poemas y en las frases alocadas de la pareja iniciante.

Los amantes deben aprender a dejar de mirarse para entre los dos asumir la construcción de una novedad: la relación. Relación alimentada por cada uno de los miembros de la pareja.

Entonces, la pareja puede ser definida como el sistema social más pequeño, está compuesto solamente por dos elementos. Dos elementos que harán lo posible por mantener el vínculo, alimentando la *notrosidad*, sin perder la individualidad. La finalidad de la pareja es curiosamente y paradójicamente la emancipación de sus componentes. Asumir que el uno puede estar sin el otro, de tal forma que se establezca la sinergia, esto es la pareja.

La sensación de ruptura acompaña toda relación conyugal, a veces confundida como el término de la relación, cuando lo más probable es que los miembros de la pareja hayan dejado de engatusarse por esta intención utópica de la unicidad.

La pareja es más que sus miembros, es el nosotros y en ese afán los miembros de la pareja se alimentan el uno al otro en pos de una autonomía. Te amo en la medida en que dejo de necesitarte. Te amo cuando te comprendo un ser independiente a mí y cómplice en el afán de construir un vínculo.

En la primera etapa del proceso terapéutico, lo más probable es que la pareja llegue confundida, asumiendo un concepto de amor tergiversado, fundamentado en la pasión o en

la intimidad, sin darse cuenta que eso no es amor porque el sentimiento irá dejando lugar paulatinamente al encuentro. El encuentro silencioso y muy difícil de poderse expresar con palabras, es una sensación de libertad y existencia al unísono.

Libertad y existencia en la relación contigo, es poder ser a pesar del otro, y el otro hace lo mismo en una vinculación especular, un espejo mirando a otro espejo. El terapeuta se introduce en ese torbellino de emociones, de sentimientos y de ideas generalmente irracionales.

La presencia del terapeuta por sí mismo establece cierto equilibrio, la pareja mira hacia el terapeuta y el terapeuta hace lo posible para que la pareja entienda que son más que miembros individuales. La relación de pareja funcional es abandonar el afán de ser contigo para poderse construir un nosotros, un *yo soy a pesar de ti, tú eres a pesar de mí* y juntos hemos construido este espacio y tiempo privado, único, lo cual nos hace un sistema.

Desde esa perspectiva es factible considerar a la pareja como un sistema, por lo tanto podemos introducir nuestra terapia razonada de manera relacional, enfocada en los principios que establecen una vinculación sistémica.

Una vez más el poeta nos habla sobre estos abordajes actuales, Mario Benedetti con su poema: *Te quiero*.

*Tus manos son mi caricia
mis acordes cotidianos
te quiero porque tus manos
trabajan por la justicia*

*si te quiero es porque sos
mi amor mi cómplice y todo
y en la calle codo a codo
somos mucho más que dos*

*tus ojos son mi conjuro
contra la mala jornada
te quiero por tu mirada
que mira y siembra futuro*

*tu boca que es tuya y mía
tu boca no se equivoca
te quiero porque tu boca
sabe gritar rebeldía*

*si te quiero es porque sos
mi amor mi cómplice y todo
y en la calle codo a codo
somos mucho más que dos*

*y por tu rostro sincero
y tu paso vagabundo
y tu llanto por el mundo
porque sos pueblo te quiero*

*y porque amor no es aureola
ni cándida moraleja
y porque somos pareja
que sabe que no está sola*

*te quiero en mi paraíso
es decir que en mi país
la gente viva feliz
aunque no tenga permiso*

*si te quiero es porque sos
mi amor mi cómplice y todo
y en la calle codo a codo
somos mucho más que dos.*

CAPÍTULO 5

COMPONENTES DEL AMOR

*El amor es como los fantasmas: todo mundo habla de él pero nadie lo ha visto.
La Rochefoucault*

Después de los trabajos de Lee, Hendrick y Hendrick surgidos de las inquietudes científicas de Rubin, será Robert Sternberg quien mantendrá la línea de investigación en la psicología social desde la metodología cuantitativa utilizando el análisis factorial.

En 1984 Sternberg publica junto a Susan Gardner el artículo *La naturaleza del amor* en la *Revista de Psicología Social y Personalidad* de la *American Psychological Association* (APA). En este artículo presenta los resultados de su estudio identificando los tres componentes o factores del amor, que son: intimidad, pasión y compromiso.

En 1982 Paidós publica en castellano el libro *El Triángulo del Amor* donde Sternberg se expone acerca de sus descubrimientos. En 1999 publicó *El Amor es una historia*, se puede apreciar una propuesta cercana al modelo constructivista, donde nos plantea las distintas historias de amor que tejidas en las vinculaciones románticas. El año 2000, una vez más hace referencia a su teoría del Triángulo del Amor en el libro “La Experiencia del Amor”. Actualmente Sternberg está trabajando en el concepto del odio.

Este notable psicólogo cognitivo dedicó la mayor parte de su vida profesional al estudio de la inteligencia desde la perspectiva de los modelos factoriales, resulta ser muy importante hoy en día en la investigación del concepto del amor a nivel mundial. Como verán, pretendo utilizar este modelo en la terapia de pareja fundamentada en la evidencia con enfoque sistémico.

Comencemos a desglosar cada uno de los componentes. La intimidad la voy a matizar con este poema de Gabriela Mistral titulado: *Dame la mano*

*Dame la mano y danzaremos
dame la mano y me amarás
Como una sola flor seremos,
como una flor y nada más...
El mismo verso cantaremos
al mismo paso bailarás.
Como una espiga ondularemos,
Como una espiga, y nada más.*

*Te llamas Rosa y yo Esperanza;
pero tu nombre olvidarás,
porque seremos una danza
en la colina y nada más...*

Estos versos hacen referencia a sentimientos de compañerismo, a un vínculo de conexión donde uno y el otro se sienten acompañados. La intimidad es posible definirla como el factor que requiere de confianza, honestidad y respeto.

Es interesante el respeto en el concepto de amor japonés. Trabajamos con Akemi Ponce el concepto de amor en la tercera generación de migrantes Japoneses a Bolivia. En este estudio lo que encontramos fue que el concepto de amor, que en japonés se denomina *amae* (甘え), tiene que ver con una actitud fundamentalmente respetuosa hacia el otro, es conceptualizado como dependencia permisiva, amor pasivo y tolerante.

Los estudios que se han realizado en el ámbito anglosajón traducen en concepto *amae* directamente a la idea de respeto, sin embargo advierte que no es suficiente la palabra en inglés, como no lo es en castellano.

El respeto y la confianza son los que reflejan el sustento de la intimidad, el escuchar y ser escuchados obliga al desarrollo de la empatía. Por lo tanto, este es el concepto que nos permite establecer un vínculo de cómplices, de compañeros en la relación de pareja.

El siguiente componente del amor es la pasión, puede ser muy claramente descrita con Pablo Neruda en su poema *Cuerpo de Mujer*

*Cuerpo de mujer, blancas colinas, muslos blancos,
te pareces al mundo en tu actitud de entrega.
Mi cuerpo de labriego salvaje te socava
y hace saltar el hijo del fondo de la tierra.*

*Fui sólo como un túnel. De mí huían los pájaros
y en mí la noche entraba su invasión poderosa.
Para sobrevivirme te forjé como un arma,
como una flecha en mi arco, como una piedra en mi honda.*

*Pero cae la hora de la venganza, y te amo.
Cuerpo de piel, de musgo, de leche ávida y firme.
¡Ah los vasos del pecho! ¡Ah los ojos de ausencia!
¡Ah las rosas del pubis! ¡Ah tu voz lenta y triste!*

*Cuerpo de mujer mía, persistiré en tu gracia.
¡Mi sed, mi ansia sin límite, mi camino indeciso!
Oscuros cauces donde la sed eterna sigue,
y la fatiga sigue, y el dolor infinito.*

Carlos Yela, psicólogo social de la Universidad Complutense de Madrid, a quien tuve el gusto de conocer, encontró en los estudios de validación de la *Escala Triangular del Amor de Sternberg* que el componente pasión se compone a su vez de dos elementos: el elemento erótico y el elemento tierno o romántico.

El elemento erótico hace relación a la pasión, al deseo sexual, a la búsqueda de integración del placer corporal en la relación entre los amantes. Es un elemento irracional intenso, ocasiona una búsqueda insaciable del placer en el cuerpo del uno y en el cuerpo del otro. El componente romántico hace alusión a la ternura, relacionado con la hormona oxitocina segregada por las mujeres durante el amamantamiento y después del orgasmo, haciendo alusión a la urgencia de protección, de sentirnos seguros emocionalmente.

Esa nutrición afectiva convive en este elemento, la ternura que ha de ser fundamental en la permanencia amorosa, nos hace socio sexualmente irrestrictos. Porque el elemento pasión es como una velita de cumpleaños, este elemento erótico de la pasión se esfuma rápidamente en cambio la ternura se mantiene y esta búsqueda de la sensación de placer y ligada a la dopamina, según los estudios de Helen Fisher y sus colaboradores, serán la fuente de la posibilidad de ser fieles el uno al otro.

Pablo Neruda también nos retrata la sensación de ternura en un hermoso poema:

*Me gustas cuando callas porque estás como ausente,
y me oyes desde lejos, y mi voz no te toca.
Parece que los ojos se te hubieran volado
y parece que un beso te cerrara la boca.*

*Como todas las cosas están llenas de mi alma
emerges de las cosas, llena del alma mía.
Mariposa de sueño, te pareces a mi alma,
y te pareces a la palabra melancolía.*

*Me gustas cuando callas y estás como distante.
Y estás como quejándote, mariposa en arrullo.
Y me oyes desde lejos, y mi voz no te alcanza:
déjame que me calle con el silencio tuyo.*

*Déjame que te hable también con tu silencio
claro como una lámpara, simple como un anillo.
Eres como la noche, callada y constelada.
Tu silencio es de estrella, tan lejano y sencillo.*

*Me gustas cuando callas porque estás como ausente.
Distante y dolorosa como si hubieras muerto.*

*Una palabra entonces, una sonrisa bastan.
Y estoy alegre, alegre de que no sea cierto.*

El siguiente componente es el compromiso, Sternberg lo denomina decisión-compromiso porque hace referencia a dos aspectos: a corto plazo, cuando se hace establece la decisión de amar a otra persona: yo decido estar contigo y te pregunto si quieres estar conmigo. A largo plazo cuando la pareja define un compromiso para mantener ese amor. El ideal es el amor eterno, la utopía del amor eterno vislumbrada en la notable novela de Bram Stoker, *Drácula* y matizada con detalles de profunda reflexión filosófica en la película *Entrevista con el vampiro*.

-¿Es posible el amor eterno? ¿Es posible declararte que te he de amar por siempre y asegurarte que jamás fallaré a nuestro contrato matrimonial?

Dionisio de Moraes ha escrito un pequeño poema al respecto, se llama *Soneto de fidelidad* dice así:

*Entre todo a mi amor estaré atento
Antes, y con tal celo, y siempre, y tanto
Que aún en frente del mayor encanto
De él se encante más mi pensamiento.
Quiero vivirlo en cada vano momento
Y en su honor he de esparcir mi canto
Y reír mi risa y derramar mi llanto
A su pesar o a su contento.
Y así cuando más tarde me busque
Quien sabe qué muerte, angustia de quien vive
Quién sabe qué soledad, fin de quien ama
Que pueda yo decirme del amor (que tuve):
Que no sea inmortal, puesto que es llama,
Pero que sea infinito mientras dure.*

Estos son los componentes del amor a los cuales podemos agregar los distintos tipos de amor, son la combinación de esos tres elementos, entonces vamos a dibujar un triángulo donde los puntajes más altos nos permitirán un vector más largo y los puntajes más bajos un vector más corto.

Los tipos de amor son siete:

La simpatía que sería sólo intimidad. Se trata de amistad verdadera sin pasión ni compromiso a largo plazo. Luego está el amor de compañeros, es parecido al amor *Storge*, intimidad y compromiso, compromiso de amistad a largo plazo como en los matrimonios sin pasión.

Posteriormente tenemos al amor vacío donde existe sólo compromiso, son las relaciones sin sentido amoroso, obligadas, donde no hay intimidad ni pasión. La pareja no se conoce, ni se desea pero tiene que convivir porque las condiciones externas los obligaron.

A continuación está el amor fatuo, necio o tonto, es pasión y compromiso. Se trata de personas que consideran que es posible la convivencia a partir de sentimientos intensos de pasión, son poco profundas y se trata simplemente de un torbellino de galanteo.

El enamoramiento es sólo pasión, Sternberg habla de encaprichamiento, es una obsesión, un capricho irracional.

Luego está el amor romántico: intimidad y pasión. Hace referencia a la atracción física y emocional pero sin compromiso. Es el ejemplo de la relación de los amantes durante la infidelidad conyugal.

Por último está el amor consumado o pleno, hace alusión a la presencia de los tres componentes.

He llevado con colegas jóvenes varios estudios sobre el concepto de amor en Bolivia. El primero fue realizado con Patricia Trigo, utilizando la técnica del escalonamiento que confirmó el estudio que realicé con Cooper el año 2008 en jóvenes universitarios paceños. La organización del amor en estos jóvenes es romántica. La tendencia del amor en jóvenes paceños hace que en primer lugar esté la pasión, en segundo lugar la intimidad y en tercer lugar el compromiso.

En el estudio que realicé con Saucedo en Santa Cruz las cosas son distintas: en primer lugar está el compromiso, en segundo lugar la intimidad y en tercer lugar la pasión. Se trata pues de un amor de compañeros, un amor que procura la consolidación del matrimonio, dejando en último lugar los niveles pasionales.

No es lo mismo un muchacho o muchacha cruceña, que un muchacho o muchacha paceña en cuanto a sus expectativas sobre el amor.

En los aymaras lo que encontré fue un ordenamiento que hace alusión a un amor de compañía. En primer lugar está el compromiso, en segundo lugar la intimidad y muy abajo la pasión. Los aymaras fueron realmente destruidos por los invasores españoles ante los incas, lo que derivó en una tergiversación muy grande de aquello que inicialmente ellos definían como amor. La pasión rondaba en las relaciones de pareja y fue anulada por las ideas retrógradas de los españoles.

Hemos hecho un estudio en la ciudad del Alto encontrando que lo que ocurre tiene que ver con el compromiso en primer lugar, la intimidad en segundo lugar y la pasión en tercer lugar, parecido a lo que encontramos en aymaras en poblaciones rurales. La diferencia es que la pasión no se encuentra tan alejada de los otros dos elementos como ocurre en el amor aymara.

Con Oblitas el 2017, estudiamos a universitarios en el Chaco, para ser más específicos en Yacuiba. Encontramos un amor de compañía, donde el compromiso está en primer lugar, en segundo lugar está la intimidad y en tercer lugar la pasión. A diferencia de los aymaras y de la población de la ciudad de Santa Cruz, en este caso la pasión no está tan alejada de los otros dos elementos.

El 2019 con Cejas encontramos la evolución del amor romántico al amor de compañeros en personas casadas con un rango de edad de 25 a 35 años en la ciudad de La Paz,

incrementándose la posibilidad de infidelidad sexual en esposos y esposas, generando vínculos románticos fugaces fundamentados en la pasión.

-¿De qué nos sirve todo esto?

Cuando estamos trabajando con la pareja es importante dilucidar cómo cada uno de ellos maneja los componentes de su concepto de amor. Por una parte, vale la pena entender que los miembros de la pareja pueden tener una construcción del amor distinta debido a su procedencia cultural.

En parejas donde la esposa es cruceña y el esposo es paceño habrá pues desavenencias claras en cuanto a las expectativas de la vinculación amorosa. Pueden servir estos parámetros que acabo de enunciar para que el terapeuta parta de hipótesis fundamentadas en la evidencia.

Luego también es importante la construcción de los triángulos por parte de la pareja que puede realizarse a partir del uso de la escala de Sternberg. Esta elaboración de los vectores que dará lugar a los triángulos nos permitirá comprender la complementariedad o la diferenciación entre los componentes que cada uno de los miembros de la pareja sostiene.

El trabajo consiste en enfatizar las similitudes, los componentes que ambos miembros de la pareja tienen en común y negociar aquellos que son distintos. De por sí es saludable para la pareja el entender que su concepción del amor puede no necesariamente ser similar a la de su pareja. Mientras más diferentes son, más difícil es la coincidencia de expectativas.

La diferencia con el manejo con los tipos de amor es que en los tipos de amor vamos a entender como cada uno de los miembros de la pareja actúa en relación al amor. Estamos ante la presencia de la direccionalidad que la pareja le da a cada uno de los tipos de amor, a la valoración que le da, mientras que desde la perspectiva de Sternberg estamos trabajando en la construcción cognitiva del concepto de amor, es decir, el significado que para los miembros de la pareja tiene el amor.

Hemos realizado un estudio para correlacionar ambas teorías y con otros que se han llevado a cabo en instituciones de países del exterior, existe una alta correlación entre los componentes del amor de Sternberg y las actitudes hacia el amor. Por ejemplo en el caso de *Eros*, *Ágape* y *Manía*, habrá una alta puntuación en pasión, mientras que *ágape* coincide con intimidad, *Pragma* con compromiso. *Ludus* es el elemento diría yo caótico y peligroso a la vinculación amorosa porque entranña el jugar con el otro.

En fin, amerita continuar la investigaciones sobre las relaciones entre estas escalas y las escalas de Rusbult que estudiaremos más adelante. Entonces en función a las actitudes hacia el amor y los componentes del amor de Sternberg vamos enmarcando nuestra vinculación con las parejas desde la perspectiva sólida porque nos estamos apoyando en estudios que nos permiten identificar claramente el movimiento relacional desde el concepto hasta las actitudes.

CAPÍTULO 6

SÍNTESIS DEL CONCEPTO DE AMOR

Es el amor. Tendré que ocultarme o huir.
Borges

Revisando los anteriores capítulos, espero que usted se haya dado cuenta de la importancia de la fundamentación científica en el análisis del concepto de amor. Durante el proceso terapéutico es imprescindible establecer los criterios que cada uno de los miembros de la pareja han construido acerca de su concepción del amor.

Esto no sólo nos permite hacer un diagnóstico de la relación conyugal sino también comprender las diferencias y similitudes que ambos miembros de la pareja tienen a partir de la construcción que cada uno de ellos ha realizado en su vida acerca de lo que entienden por amor.

También podemos intervenir para facilitar el vínculo amoroso en una negociación de significados relacionados, claro está, al concepto de amor en la historia conyugal. Este capítulo tiene por meta realizar una síntesis de lo estudiado hasta el momento.

El concepto de amor es una construcción socio histórica, el terapeuta debe tener en cuenta, todo el tiempo, la relatividad de dicha construcción desde el punto de vista de la singularidad de la relación, comprendiendo también que esta singularidad se inserta en un momento socio histórico cultural, en el cual la pareja y el propio terapeuta se desenvuelven.

Reconocer que la cultura va a definir de alguna manera esta construcción amorosa, de ahí la importancia de identificar la procedencia cultural de cada uno de los miembros de la pareja. Reconocer también la historia de cada uno de ellos en el seno de sus familias y su entorno social.

La construcción del amor desde esta perspectiva, nos permitirá entender las diferencias en cuanto a la construcción propia del amor y a las expectativas de cada uno de los miembros de la pareja que tiene acerca del otro en función a su construcción amorosa.

Los investigadores nos han permitido definir con más precisión los fundamentos en el desarrollo de este concepto. El eje central de la conceptualización amorosa involucra el concepto de legitimación acuñado por Humberto Maturana. Esta concepción nos permite definir de manera universal el amor, independientemente a si este es amor romántico, amor a los demás, amor a Dios, etc.

El amor según esta visión es reconocer al otro como un yo independiente. No es posible entender el amor sin libertad. Lo contrario al amor, los actos violentos, son la manifestación clara de la descalificación, el no aceptar al otro como un otro libre e independiente de nuestras expectativas.

Había elegido yo la palabra *validación* por resultarme más familiar que el término legitimación. Validar es entonces reconocer al otro como un ser existente. Este es el eje, motivo de la vinculación amorosa, a través de mi mirada el otro existe, y a través de la suya yo existo.

En la relación amorosa funcional los miembros de la pareja harán lo imposible por sacar lo mejor del otro, asumiendo esta actitud dentro de la teoría de Caryl Rusbult como el *Fenómeno Miguel Ángel*. Legitimación es entonces, promover la existencia.

La resiliencia consistirá en la posibilidad de ser a pesar de las vicisitudes. Los investigadores sociales como Lee, Hendrick y Hendrick, y en sus inicios de la aproximación cuantitativa los trabajos de Rubin. Esto da lugar al amor dentro de la perspectiva de las actitudes, la dirección que las personas le damos al amor como objeto social.

Lee, Hendrick y Hendrick identifican seis tipos de actitudes: *Eros*, *Manía*, *Storge*, *Ágape*, *Pragma* y *Ludus*. Estos seis tipos de amor pueden ser fácilmente identificados en la vinculación amorosa de las parejas en nuestra consulta. La dirección del amor *Ágape* está asociada a la caridad, es el amor de los padres hacia los hijos.

Hay relaciones de pareja que se fundamentan en el *Ágape*, sin *Eros*, sin *Ludus* sino dentro de la concepción de ayudar al otro. Es factible también la diferencia de actitudes, uno de los miembros de la pareja puede tener como actitud hacia el amor *Ágape* y el otro como *Eros*, los malos entendidos y las frustraciones se explican en función a la expectativa de cada uno acerca de lo que espera del amor.

El estudio más importante relacionado con el amor, ha sido el desarrollado por Robert Sternberg. Él define los componentes del amor como sustancialmente tres: pasión, intimidad y compromiso.

Mariano Yela encontrará en la pasión dos subtipos: eros y ternura. La pasión tiene entonces sus dos condimentos, el erótico y el romántico. Es importante pues la evaluación de la jerarquía de los componentes del amor que dará lugar al triángulo amoroso que cada uno de los miembros de la pareja trae a la convivencia. La terapia centrada en las emociones desarrollada por Sue Johnson se centra en el factor de la ternura, consecuente con el estilo de apego

Debemos recordar que este triángulo es flexible, por lo tanto puede ser modificado en el proceso relacional natural o en el proceso terapéutico. Se trata pues de identificar coincidencias y diferencias y ayudar a la pareja a encontrar maneras de equilibrar sus concepciones amorosas desde la perspectiva del triángulo del amor.

La otra vertiente actual importante en el estudio del amor es el apego adulto, este concepto proviene de la teoría de Bowlby fundamentada en Harlow, Spitz y otros investigadores de las reacciones de los niños ante la pérdida.

El apego se nos ha de activar en la vida amorosa, la relación de pareja nos remonta a las necesidades afectivas infantiles porque la relación amorosa permanentemente está bajo la amenaza de la ruptura, de la pérdida.

Es así que el amor fundamentado en el apego seguro ha de equilibrar un vínculo amoroso destinado a la satisfacción porque ambos miembros de la pareja asumen la posibilidad de la ruptura, sin embargo, no desesperan ante dicha posibilidad y harán muchas cosas para mantener el amor vivo en su vinculación, no así en el apego inseguro.

El apego inseguro deriva del miedo a la ruptura, del miedo a la separación, el fantasma es el abandono. Mientras más patológico es el tipo de apego más posesiva se torna la relación. Tanto el apego huidizo como el preocupado denotan este tipo de conductas. Estos elementos hacen parte del concepto de amor. En la primera etapa de la terapia de pareja es importante elaborar un diagnóstico acerca del concepto individual de cada uno de los miembros de la pareja y la construcción que ambos vienen realizando para equilibrar esos conceptos.

El trabajo consiste siempre en dotar al terapeuta de la paciencia suficiente para ir muy lentamente encontrando el derrotero más efectivo para lograr las metas terapéuticas. He aprendido que definir claramente el concepto me ofrece por una parte la comprensión de las desavenencias de la pareja y por otra una herramienta terapéutica muy útil.

La terapia de pareja es una terapia muy extraña porque trabajamos con un ente invisible, ese invisible es el vínculo amoroso. Al dotar a ese ente invisible de nombre, hacemos que la pareja deje de mirarse el uno al otro en búsqueda de lo imposible y aprendan ambos a mirar en la misma dirección como enunció en su momento el gran poeta Antoine de Saint-Exupéry, no es mirarte sino mirar juntos en la misma dirección.

La pareja deben ser cómplices, cómplices acerca del nombre de su relación, tiene que ver con su historia personal, con la actitud hacia el amor, con los componentes del amor, con el apego adulto, entretejidos todos estos por la ineludible importancia de la validación, existir a través de la mirada del otro.

Es obligación del terapeuta trascender los aspectos mundanos que la pareja trae a la consulta. Trascender para poder ser irreverente, irreverente no es irrespetuoso, es tomarnos las cuestiones mundanas, cotidianas con la sutileza de la pregunta ingenua del terapeuta sistémico, es necesariamente una persona ignorante, ignorante del dolor del otro, ignorante de las construcciones del otro.

La actitud humilde hace de nosotros los terapeutas de rodillas ante el dolor, trabajamos desde el no saber y serán estas preguntas elaboradas con maestría, con creatividad, con respeto y sutileza que constituirán la irreverencia necesaria para definir lo más precisamente posible la conceptualización del amor de los pacientes que con ansia esperan de nosotros cambios que les permitan dejar de sufrir.

CAPÍTULO 7

EL APEGO EN EL AMOR

*El amor excede al amor: el amor es canto del violín,
que canta el canto del mundo,
pero el canto del violín es más que la madera y el arco,
inertes y solitarios,
más que las notas vestidas de noche,
que danzan en la partitura y más que los dedos del artista,
que corren sobre las cuerdas.
Michel Quoist*

La pregunta que los científicos se han hecho es: ¿Qué nos mantiene unidos a una persona por el resto de la vida? O ¿Qué nos hace fieles sexual y afectivamente?

Indudablemente el vínculo sexual no puede explicar la vinculación fiel. La socio sexualidad restringida no se explica por el enamoramiento, si así fuera nos comportaríamos como la mayoría de los mamíferos, es decir, el macho copularía y dejaría a la hembra a expensas del cuidado de su cría. No ocurre así en nosotros y en algunos excepcionales mamíferos como es el caso del ratoncito de la pradera (*microtus ochrogaster*). Este pequeño mamífero mantiene un vínculo de por vida en su relación amorosa con la hembra.

Young, Amadei y Robert Liu, investigadores de la Universidad Emory de Georgia en EE.UU, encontraron en estos ratoncitos a diferencia de sus primos los ratoncitos del pantano, grandes cantidades de oxitocina y vasopresina en su organismo. Estudios posteriores han confirmado que la oxitocina especialmente, es la hormona del bienestar y de la ternura, probablemente la sustancia que mantendría a estos ratoncitos en una relación fiel de por vida.

Si no es el sexo lo que nos mantiene unidos, resultará ser la ternura. Los estudios pioneros en este campo los llevó a cabo Harlow en 1958, cuando publica su artículo *La naturaleza del amor*.

Harry Harlow trabajó con monitos recién nacidos, separados de su madre, criados con mucho esmero por los investigadores. Cuando los monitos fueron creciendo, la madre fue sustituida por una madre de alambre con un biberón que le ofrecería al monito la alimentación necesaria y una madre de peluche que no tendría esa finalidad sino simplemente de acoger con calor al monito.

Lo interesante del estudio fue que los monitos pasaban la mayor parte del tiempo con la madre de peluche y solamente recurrían a la madre de alambre para saciar sus necesidades de alimentación.

Los estudios se hicieron más sofisticados cuando Harlow introducía en la jaula de estos *macacus Rhesus*, un monstruo a cuerda, ocasionando terror en el pequeñito, quien corría

alarmado a abrazarse a la madre de peluche. Pasados unos minutos, paulatinamente el monito se desprendía de la madre y jugaba con el monstruo que había sido introducido en la jaula.

Otra pesquisa mostró que los monitos que no eran criados con la mamá de peluche manifestaban actitudes de aislamiento y autolesión cuando se introducía el mentado monstruo. Harlow entendió este comportamiento aparentemente neurótico de los monitos como resultado de la carencia afectiva.

Estos fueron los experimentos pioneros que se relacionan también con el trabajo de René Spitz y el síndrome del marasmo encontrado en niños ingleses huérfanos, aislados de cualquier contacto afectivo. Estos niños dejaron del comer, desarrollaron conductas bizarras, rituales sin sentido y muchos de ellos llegaban a morir. Spitz concluyó que era importantísima la actitud física afectuosa y cariñosa de los adultos para nutrir afectivamente a los niños.

Como es bien sabido, John Bowlby sistematizó los estudios acerca de las reacciones de los niños huérfanos ante la ausencia de sus padres. Su interés se centraba en el desarrollo afectivo de estos niños. Lo que él encontró fue la importancia que tiene para el desarrollo afectivo, emocional y de la personalidad en los niños, el apego.

Triste traducción al castellano del término *attachment* del inglés. La traducción directa es lazo que podría acercarse a vínculo pero se tradujo como apego. Digo infeliz porque no es un término que exprese claramente lo que significa el *attachment*, es decir, el vínculo afectivo.

Bowlby subrayó la importancia del apego como recurso de respuesta ante la pérdida. Es así que el niño buscará refugio, afecto, consuelo, una vez que experimente un alejamiento de quienes le cuidan.

Mary Ainsworth, discípula de Bowlby se hizo cargo de identificar los tipos de apego. El sistema de apego determina cuatro acciones de los seres humanos, el mantenimiento de la proximidad, el refugio, el manejo del estrés ante la separación y la base segura emocional.

El mantenimiento de la proximidad hace referencia a la búsqueda del cuidador para tener con este una relación afectiva. Se tiende a mantener esa proximidad en función a la sensación de desolación, de desamparo del niño y como veremos también del adulto.

Esa búsqueda permite al acercarnos y sentir el calor del cuidador una sensación de bienestar. El refugio ante una situación amenazante, el niño así como también nosotros los adultos buscaremos en nuestras figuras principales de apego el refugio a nuestro temor. El miedo disminuye en la medida en que nos sentimos protegidos.

Esta segunda función tiene que ver con el consuelo, con la sensación de apaciguamiento de nuestros temores. Ante la separación y ruptura, el niño y el adulto enfrentan situaciones de altos niveles de estrés. Este estrés es también apaciguado por la proximidad de las personas significativas en nuestros vínculos de afecto.

Así tenemos entonces el mantenimiento de la proximidad, el no querer separarnos del otro, la sensación de refugio y el manejo del estrés producido por la separación. Estos elementos determinarán el cuarto principal fundamento del apego: la base segura, puesto que aquellas personas que viven la experiencia de protección que mantienen el vínculo que les permite sentir consuelo, desarrollan una seguridad emocional fundamental, la cual permitirá la posibilidad de correr riesgos, construir una identidad forjada en la sensación de la nutrición emocional.

Pues bien, el apego puede ser definido como la respuesta afectiva ante nuestros cuidadores. Esta respuesta afectiva es consecuencia de la separación, por lo tanto, no es posible hablar de apego sin referirnos a la pérdida.

El apego es el vínculo afectivo que se establece entre la persona y la persona que le cuida, los une a ambos, perdura en el tiempo determinando una tendencia estable para mantener la proximidad.

Como había mencionado, será Mary Ainsworth quien identifica los tipos de apego, existen dos: el apego seguro y el apego inseguro. El apego seguro hace referencia a la búsqueda de protección, de proximidad cuando el niño o el adulto experimentan la sensación de abandono, entonces el cuidador/a, la pareja se establecen como referentes de seguridad afectiva.

Esto hace que nos interese por esta persona, busquemos la cercanía cuando se presenta la angustia. Esa persona cuando somos niños puede ser la madre, el padre, el abuelo, abuela, el hermano mayor, la hermana menor, en fin, puede constituirse en aquellos adultos que se establecen como fuente de seguridad, de refugio.

Bowlby debido a su entorno histórico, definió a la madre como esta figura, hoy sabemos que no necesariamente es así. Puede no ser la madre sino cualquier otra persona que sea significativa.

El apego inseguro comprende tres subtipos. En general apego inseguro hace referencia a una ausencia cálida que permita el desarrollo de la sensación de protección. En primer lugar está el apego ansioso *evitativo* o huidizo: en este caso el niño o también el adulto prefiere la distancia relacional que el acercamiento, ante la angustia se esconde, evita la cercanía de la persona que debería cuidarlo. Entonces al sentirse angustiado aprende a huir de los estímulos que lo afectan.

Luego está el apego resistente, también conocido como ambivalente, en este caso se busca al cuidador para ser protegido pero al mismo tiempo hay una resistencia a ser tranquilizado, esto deriva a actuar con agresividad. El niño es tomado en brazos por el cuidador y ante la sensación de estar abrazado el niño se agita, golpea y evita el contacto.

Main y Sólomon agregaron un nuevo estilo de apego incorporado en modelo de Ainsworth, este es el apego desorganizado. Se trata del niño que ante la angustia de la separación, en lugar de buscar refugio lo que hace es manifestar conductas bizarras, por ejemplo golpearse contra el piso o gritar, hacer cosas que de alguna manera son inadecuadas para la vinculación

afectiva. En otros casos la persona se congela, esto es, se paraliza ante la presencia del cuidador.

Los trabajos posteriores en el ámbito de los adultos, identificaron que los adultos también manifestamos reacciones de apego ante las experiencias de separación. Los investigadores más importantes del apego adulto han sido Hazan y Shaver, por un lado, Feeney y Noller, también Mikullinser y Goodman.

En el trabajo de Mario Mikullinser y Gail Goodman desarrollaron lo que conocemos hoy como apego adulto. El apego adulto es una forma de estudiar el amor y de definirlo. Se parte del principio que la vinculación amorosa activa nuestro estilo de apego.

En ese sentido se han desarrollado cuatro subtipos de apego adulto. El apego seguro relacionado con el apego seguro autónomo del adulto hace alusión a experiencias de separación dolorosas, sin embargo, la persona afronta ese dolor y es capaz de salir del sufrimiento recuperándose y buscando en lo futuro nuevos vínculos afectivos.

A esto sigue el apego huidizo o *evitativo*. Estas personas han tenido buenas relaciones con sus padres pero no lo suficiente en términos de la sensación de seguridad desarrollada por la protección. Viven experiencias negativas en sus relaciones amorosas, le temen a la intimidad, evitan entregarse a quienes aman de tal forma que no se establece un vínculo afectivo seguro.

Por otro lado está el apego preocupado, es el adulto abrumado por los problemas, son personas de mal humor, confusas y miedosas, muy exigentes en sus vínculos amorosos, tienden a los celos, a la persecución, vigilancia del otro y son muy muy apegadas a sus experiencias pasadas temiendo repetirlos.

Por último está el apego adulto desorganizado, manifiestan dificultades para resolver sus situaciones de pérdida, son manipuladores, incapaces de aceptar la separación, expresan sensaciones de desamparo permanente, una sensación profunda de vacío y conflictos emocionales en sus vínculos amorosos. No cabe la menor duda que los procesos de apego están inmersos en toda vinculación amorosa.

¿Cómo nos sirve esta teoría en la comprensión de los vínculos amorosos en la terapia de pareja?

Amar obliga necesariamente a asumir la separación desde el inicio de la vinculación. Al estar exigidos de despojarnos de las expectativas hacia el otro, enfrentaremos muchas veces experiencias de desencanto.

Ese desencanto produce una sensación profunda de angustia, desesperación e incertidumbre. Los amantes deben aprender a vivir con esa experiencia y esta se facilita a partir de haber tenido una organización de apego seguro.

Es interesante la terapia post racionalista centrada en los fundamentos del apego. Vittorio Guidano ha encontrado que la organización del sí mismo, de la identidad, tiene que ver con estas experiencias profundas generadas por el apego.

El asumirnos independientes del otro nos permite existir, no estamos en la dependencia, estamos en la soledad y es esa soledad la que la pareja debe aprender a vivenciar sin el ánimo de obligar al otro, sin el ánimo de dejarlo de amar para huir de la sensación de ausencia o vacío.

En la terapia de pareja vamos a encontrar la activación de esta sensación en los momentos de las crisis vividas en la vinculación, crisis que pueden motivar al aislamiento, ambivalencia o desesperación.

La colusión se forja a partir de dos personas con apego inseguro, incapaces de soportar la ruptura, se lanzan a la tarea inagotable de dominio, posesión, vigilancia y violencia. Así pues, la violencia es fruto de estas relaciones confusas de apegos inseguros.

Es indispensable en la terapia de pareja identificar las historias de apego de cada uno de los miembros que la constituye. Esto va a permitirnos comprender las expectativas afectivas del vínculo.

El concepto de amor desde el punto de vista cognitivo nos explica la conceptualización en los ámbitos racionales. El apego nos muestra los aspectos racionales y emocionales de la vinculación.

El concepto de amor constituido por pasión, intimidad y compromiso enfatizará el factor intimidad vinculado al apego. Hemos de encontrar en la bibliografía contemporánea terapias de pareja centradas en el apego. Vale la pena revisarlas y adentrarnos en ellas para involucrar esta visión en la relación sistémica de la vinculación de la pareja.

CAPÍTULO 8

TEORÍA DE LOS JUEGOS APLICADA A LA RELACIÓN DE PAREJA

Ella: Cuando yo muera un fruto tú sabrás su delicia.

Él: Cuando cierres los ojos me quedaré dormido.

Pablo Neruda

Von Neumann, Morgenstern y John Nash son quienes desarrollan la teoría de los juegos. Se entiende esta teoría por las decisiones que tenemos que tomar para alcanzar la victoria ante decisiones que los otros también pueden tomar, entonces se trata es de decidir en función del análisis de probabilidades de la acción del otro.

En los juegos hay un conflicto de intereses porque mi movida o mi acción, tiene que ver con la posibilidad de ganar ante la decisión del otro. En el ajedrez por ejemplo, haré un movimiento pensando en las posibles jugadas de mi adversario.

Un juego por lo tanto es un conflicto donde participan dos o más personas. Una estrategia hace referencia al plan de acción dominante, esto es, buscar las mejores acciones posibles para que lo peor que me pueda pasar sea empatar, nunca perder.

El más famoso ejemplo de un juego estratégico es el que desarrollaron Merrill M. Flood y Melvin Dresher, se lo conoce como *El dilema del prisionero*. Este dilema consiste en dos prisioneros detenidos después de haberse producido un robo, la policía no está segura de cuál de los dos es el principal actor del hecho. Por lo tanto se los mantiene en celdas separadas impidiendo que conversen entre sí, luego se les interroga por separado. Cada uno de ellos tiene la posibilidad de escoger entre si se confiesa culpable o niega su culpabilidad.

Si sólo confiesa uno de los prisioneros, este queda en libertad y la policía culpa al otro condenándolo a diez años. Si ambos niegan su participación los dos son condenados a un año. Si los dos confiesan y se acusan mutuamente, ambos son por lo tanto condenados a cinco años de prisión.

- Si usted fuera el prisionero, ¿Cuál sería su decisión?

Surge un principio fundamental en la teoría de los juegos que vamos a denominar de competencia o de suma cero. Este principio es el *minimax*, minimizar el daño máximo. Hace referencia a que la decisión que tomemos para que sea óptima, debe considerar la estrategia del otro. Si yo conozco la estrategia del otro, entonces, tengo una gran ventaja porque sabré cómo moverme ante esa posibilidad. Debo pensar en lo peor que me puede ocurrir y lo peor que me puede ocurrir es que el otro conozca mi estrategia. De ahí la importancia de mantenerla en secreto, o mejor aún, no tener ninguna estrategia.

El principio del *minimax* es la manera más eficaz de ganar en lo que se denomina un juego de suma cero. Entendemos al juego de suma cero como un juego no cooperativo o

competitivo. Se habla de suma cero porque el total de las ganancias al final de una partida es igual a todas las pérdidas, o sea, todo lo que gana es porque el otro todo lo ha perdido.

Dentro de la teoría de los juegos son importantes estos conceptos, una jugada, también denominada movimiento, se relaciona con cómo va desarrollándose el juego de una fase a otra. Comienza con la posición inicial hasta el último movimiento que hagamos, se pueden alternar las movidas o hacerlas de manera simultánea, pueden ser decisiones personales o también dejadas al azar, por ejemplo cuando jugamos con dados.

Otro concepto importante es el de ganancia, esto es lo que sucede cuando ha terminado una partida, al final del juego se declara un ganador y un perdedor. Bien, la información completa es el otro concepto, es la posibilidad de tener un conocimiento exacto de todas las posibles jugadas que el otro puede hacer. Eso nos lleva a la idea de lo que ocurre durante el juego bipersonal de suma cero, importante a la hora de trabajar con parejas.

Es un juego con una dinámica en la que intervienen dos o más jugadores, unos de un lado, los otros del otro lado. Los participantes pueden tomar decisiones que dan un tipo particular de estrategia capaz de interrumpir el desarrollo del juego.

El objetivo del juego bipersonal es obtener algún beneficio porque el pago de uno es el concepto fundamental. Esta es una moción más general que la de ganancia y no es una apuesta, es una forma de premio que puede ser externa al juego. La idea es que las ganancias o el pago se puedan distribuir entre los jugadores, de tal manera que uno gana la totalidad de lo que el otro o los otros pierden.

Este concepto de pago nos permite identificar una primera clasificación de los juegos: los de suma cero y los de no cero. Los de suma cero o de competencia, como dije, son aquellos donde hay un premio absoluto y una pérdida absoluta.

En ese sentido, la relación de pareja puede forjarse a través de quien gana y quien pierde, se establece como una lucha de poder, no hay amor, hay competencia, quien tiene la razón, quien no la tiene, quien es mejor, quien es peor. Las movidas que establecen en este juego bipersonal los miembros de la pareja, están dirigidos a derrotar al otro.

En los procesos de divorcio es donde se hace más patente este tipo de juego. Se manipula, uno de los miembros de la pareja propone una alternativa a cambio de otra, cuando en realidad lo que pretende es quedarse con todo, en fin, estrategias de lo más maquiavélicas en algunos casos. En los peores, los hijos entran al juego, cuando uno de los progenitores por ejemplo amenaza al otro con quedarse con los hijos, esto ha de ocasionar usualmente la renuncia del juego para evitar la pérdida de los hijos.

Lo que vale la pena considerar es lo que ocurre en las relaciones de los juegos de suma no cero. En ellos encontramos cooperación, en estos juegos si los jugadores son capaces de coordinar sus decisiones y establecer acuerdos para conseguir beneficios comunes, al final se comparten las ganancias. Si no hay colaboración, entonces alguien sale perdiendo o todos salen perdiendo, o todos ganan o todos pierden.

Nash fue quien estableció que los juegos cooperativos son mucho más eficaces que los juegos de competencia. Es fácil deducir después de lo que hemos aprendido hasta este momento que en las relaciones de amor, la tendencia es la cooperación, no es uno contra otro. Un ejemplo interesante es asociar esto con un partido de tenis, el juego de competencia es un jugador de tenis contra otro jugador de tenis. El juego de cooperación es una dupla de jugadores de tenis contra otra dupla de jugadores de tenis. En el segundo caso los jugadores se cooperan, uno va adelante mientras el otro cuida la retaguardia y cosas por el estilo, entonces hay coordinación.

En la terapia familiar, Simon ha identificado lo que se conoce como juego sin fin. Son juegos que no terminan nunca, se trata pues de una vinculación conflictiva eterna.

-¿Qué es lo que ocasiona que un juego se convierta en un juego sin fin?

La idea de un juego sin fin es resultado de la incapacidad de establecer reglas, es decir, no hay reglas claras. La regla es ¡gana!, no importa como lo hagas. El problema es que al no tener reglas tampoco está establecido cuáles son las consecuencias, ni está definido el premio. La pareja lucha sin saber qué puede ganar, entonces se vuelve una relación sin sentido, una relación altamente conflictiva y estresante, el juego no termina nunca. Claro, puede acabar con la muerte.

El juego infinito se patentiza con frecuencia en las relaciones de pareja, las parejas en la consulta, en algunos casos han olvidado el motivo que originó la disputa. Pelea y el sentido de la pelea es ganar, cuando gana uno no gana nada porque no hay una consecuencia beneficiosa, entonces la vinculación conflictiva, alterada se hace eterna.

Pasemos al consultorio, cuando nosotros identificamos un juego de suma cero, debemos comprender que en la relación de pareja esto se ha de equilibrar con subsistemas que están alrededor de la pareja. Identificado el tipo de juego de poder, debemos pasar a identificar cómo el perdedor está equilibrando la vinculación con el ganador y esto ocurre con la alianza de otro subsistema, puede ser la familia de origen, los amigos y pueden ser también los/ las amantes, de tal forma que quien gana no logra desequilibrar la relación porque el perdedor la está estabilizando a partir de los subsistemas.

Lo más dramático del juego competitivo en la pareja es la triangulación, cuando los miembros de la pareja, para mantener el equilibrio generado por el caos de quien ganó y quien perdió, involucran a un hijo en el juego, de tal manera que se equilibra la vinculación. Esa triangulación puede convocar al hijo como aliado o puede convocarlo como cómplice en una coalición.

La venganza es otro elemento a tener en cuenta. En la relación de pareja, debido a la imposibilidad de la ruptura del sistema, el miembro que ha sido ofendido por haber perdido ha de hacer algo para vengarse, esa venganza cumple como finalidad establecer nuevamente el equilibrio.

Por ejemplo el esposo ha sido infiel, esa infidelidad ha establecido un equilibrio con una esposa que era ganadora, era ganadora porque tenía un vínculo relacional con un subsistema

que generaba la indefensión del esposo. Entonces el esposo equilibra el sistema al mantener una relación externa, luego esto ocasiona un nuevo desequilibrio, por lo tanto, la esposa engañada ha de vengarse y la forma de vengarse puede ser siendo también infiel o generando un gran sufrimiento en el esposo, como por ejemplo desacreditarlo en el trabajo, en su familia, con los amigos.

Una manera común en el tipo de venganza en las relaciones de infidelidad es que el miembro engañado, ya sea el varón o la mujer desarrolla un conflicto personal a nivel sexual frustrando la sexualidad del otro.

Recapitulando, entonces debemos observar tres niveles de vinculación cuando estamos ante una pareja que juega a gana o pierde. Primero, establecer quien gana, quien ha ganado y quien ha perdido. Segundo, analizar los elementos previos que determinaron este resultado desastroso competitivo en la pareja.

Lo siguiente es identificar los subsistemas que están equilibrando la relación conyugal, ya sea a partir del subsistema que protege o apoya o defiende de manera de alianza al perdedor como aquel subsistema que se hace cómplice del perdedor para agredir al ganador. Debemos considerar este tipo de establecimiento de homeostasis, es una obligatoriedad en todo sistema, no es posible un sistema, sobre todo conyugal que establezca un desequilibrio y se mantenga de esa manera.

Entonces la *morfostasis* es fundamental en mantener el vínculo conyugal por más conflictivo que este sea. Lo último que debemos observar y lo más importante es si se está triangulando a algún hijo involucrándolo en el juego para mantener esa rivalidad de yo te gano y tu pierdes.

Cuando tropezamos con una pareja en un juego sin fin, las alternativas de intervención más eficaces son aquellas que establecen en primer lugar reglas en el juego y en segundo lugar una finalidad en el juego. Esto es que la pareja, al fin detenga el juego cuando se define cual es la ganancia y cuál es la pérdida, determinándose esto, claro está, en la organización de reglas del juego.

En una analogía que me gusta hacer con mis pacientes, es dejen de pelear como pandilleros en la calle y comencemos a pelear como boxeadores en un ring. Entonces se van estableciendo reglas para que al fin el juego se detenga.

La *morfogénesis* es el convertir un juego de competencia en un juego de colaboración. Esto se consigue generando complicidad en la pareja para favorecer el logro de alguna meta o bien el unirlos para defenderse de los subsistemas entrometidos. Entonces puedo ejemplificar con los límites que la esposa y el esposo colocaran por ejemplo a la familia de origen del uno, del otro, a los amigos del uno y del otro o a las relaciones con sus respectivas vinculaciones infieles.

Entonces la pareja, en lugar de atacarlo porque se siente ofendida u ofendido, se convertirá en aliado o coalicionado de su pareja con la finalidad de atacar o defender el mismo fin.

Ahora bien, podemos encontrarnos con parejas que tienen juegos cooperativos, estas parejas normalmente no van a requerir intervenciones terapéuticas que ocasionen una modificación de su relación.

El objetivo terapéutico desde el punto de vista de la teoría de los juegos, por lo tanto, consiste en hacer una trasmutación de la *morfostasis* ocasionada ya sea por el juego de competencia o el juego sin fin a un juego de cooperación.

CAPÍTULO 9

MODELO MATEMÁTICO DE LA INFORMACIÓN

*Hasta el frenesí tiene leyes que lo gobiernan.
Liev Tolstói*

Quien desarrolla la teoría matemática de la información fue Claude E. Shannon, conjuntamente con Warren Weaver (1940). Estos notables matemáticos pretendían crear un sistema para explicar y reducir el caos durante el procesamiento de la información.

Se trata de una teoría sobre la transmisión óptima de los mensajes, es decir, que los mensajes lleguen a destino con la mayor fidelidad posible. Este modelo ha utilizado el concepto de entropía como central en la explicación de la información. La información es la medida de reducción de entropía, la medida de reducción del caos.

-¿Cuánta información lleva un mensaje? Significa analizar la disminución de entropía que dicho mensaje otorga. No perdamos de vista, la información es una medida.

El término entropía lo retoma Shannon de la termodinámica. En la termodinámica la entropía es una unidad de medida, mide la parte de energía que no utilizamos durante un trabajo. Esta magnitud o medida se expresa como el cociente entre el calor cedido por un cuerpo y su temperatura absoluta.

Pues bien, fue muy feliz la idea de Shannon de trasladar este concepto de la física a su modelo matemático de la información. En ese sentido la entropía se plantea desde dos perspectivas: una entropía positiva, referida a aquella que nos acerca al caos absoluto y una entropía negativa o *neguentropía*, nos acerca al orden absoluto. Entonces la intención del modelo es encontrar la manera de reducir la entropía.

El modelo de Shannon está construido desde distintos componentes. Todo surge con la fuente de información, la cual contiene datos. Los datos son factibles de convertirse en noticia. Una noticia es un dato con sentido, con direccionalidad.

Elegimos en el cerebro por ejemplo, aquellos sonidos significativos para enunciar una palabra. En las regiones del lóbulo temporal izquierdo, encontraremos la fuente sustancial de los sonidos significativos. Estos sonidos son fonemas, esto es esquemas de los elementos mínimos para la construcción de morfemas, las unidades mínimas con significado.

La palabra es una toma de decisión realizada a la hora de elegir cada uno de los sonidos significativos que la componen. No usamos todos los datos, elegimos los pertinentes. Luego se transmiten estos datos, convertidos en significativos, las noticias en un mensaje. El mensaje es el portador de la información.

Esto es, dentro del mensaje tenemos reducción de entropía y podemos medirlo a partir de la reducción de incertidumbre.

Transmitimos, entonces el mensaje, el cual ha de ser realizado a través de una señal. Señal coincidente con el receptor. El receptor es el aparato capaz de recibir el mensaje y posteriormente decodificarlo. El mensaje codificado, el conjunto de noticias ordenadas, deberá llegar al receptor de la manera más fidedigna posible. Esa señal recibida puede estar de alguna manera contaminada de ruido. El ruido es una señal proveniente de fuentes ajenas al sistema de información pertinente en el momento.

Entonces, ese ruido tiene sentido en otro tipo de sistema. Habrá formas de reducir ese ruido, desde el punto de vista de Shannon consistente en encontrar las maneras técnicas para seleccionar los sonidos de la fuente de información en contra de los sonidos de la fuente de ruido.

Una vez que el mensaje ha sido decodificado y llegado a destino, podemos comprender aquello que el emisor, traductor de la fuente de información ha ejecutado como mensaje con intencionalidad.

El modelo matemático de la información, lamentablemente ha sido distorsionado, al grado de plantear que el emisor es el personaje que envía la información. No es así, el emisor es el mecanismo capaz de traducir los datos en noticias y poderlos enviar a través de un canal que puede ser de distinta índole: auditivo, visual, etc.

Bien, si hacemos una síntesis entre la teoría de los sistemas y la teoría de la información, podemos decir que todo sistema cumple una función. Es la función importante de reducir la entropía. Todo sistema intentará hacer eso, partiendo de la premisa de la imposibilidad de la reducción absoluta de la entropía. La organización de un sistema está dirigida a la reducción de entropía, no a su eliminación.

El equilibrio es el mantenimiento de la estabilidad de un sistema. Todo cambio de un sistema perturba el equilibrio. Por lo tanto, podemos decir que el equilibrio es la regularidad relativa de un sistema.

Los elementos que componen un sistema, interactúan entre ellos para reducir la entropía y alcanzar la meta propuesta. Entonces entendiendo la entropía como la medida de la desorganización, la entropía negativa o neguentropía se refiere a la finalidad de un sistema.

La pareja considerada un sistema, es el sistema social más pequeño, porque está compuesto por dos elementos. El tercer elemento juega un papel importante al descargar sobre sí mismo, la energía producida entre dos elementos. Si ponemos una familia con cuatro o cinco componentes, uno puede pensar, claro está, que se trata de un sistema con diversidad de elementos para la interacción con el fin de la reducción de entropía. No ocurre eso en la pareja, la pareja tiene solamente dos elementos en interacción, por ello, sus recursos de regulación se limitan al intercambio.

El intercambio se realiza dentro de un juego, el cual permite el crecimiento, la desaparición, o crisis. Los juegos pueden ser de colaboración o pueden ser de competencia. Los juegos de competencia visan la destrucción del contrincante, los de colaboración, al contrario, promueven el crecimiento mutuo.

Lo sustancial del sistema comunicacional humano es el afán en la reducción de entropía. El sistema relacional conyugal es altamente complejo en cuanto a la diversidad de mensajes, fuentes e intenciones.

Los miembros de la pareja tienen fuentes de comunicación distintas. Lo que para el esposo es blanco, para la esposa puede ser rojo, un ejemplo: El esposo le dice a la *esposa espera un rato*. La esposa entiende *rato* como inmediatamente. El esposo lo entiende como más de media hora. La confusión semántica está pues determinada por las indicaciones peculiares de cada uno de los miembros de la pareja.

Al ser vulnerable a la entropía, la pareja se envuelve en desesperadas acciones para alcanzar el equilibrio imposible a partir de sus acciones fundadas en la reciprocidad.

Una crisis de pareja atañe la presencia del caos, el desborde de la entropía. Dependerá de las acciones mutuas para reorganizarse en el sistema conyugal. Las crisis son pues, señal de una etapa de cambio, la pareja atraviesa por un ciclo vital conyugal. Analizaremos este aspecto con más detenimiento más adelante, mientras tanto, debemos comprender que la presencia del terapeuta inevitablemente genera un congelamiento del vínculo conyugal al constituirse en un tercer elemento. La presencia del terapeuta es un recurso inmediato de neguentropía, sin embargo el propósito será activar los recursos de equilibrio al modificar la presencia en unidad de cambio.

Generalmente la crisis conyugal deriva en la búsqueda de ayuda psicoterapéutica. Uno de los esposos busca alianza con el terapeuta para equilibrar el sistema conyugal desvencijado. Es alianza producirá el equilibrio en el lazo amoroso. Sin embargo, las preguntas del terapeuta denotarán pronto la ruptura de la alianza, esperando la generación de recursos en el otro para renovar la circularidad de la reciprocidad entre los cónyuges.

Jürg Willi notable psicoanalista suizo, percibió que este fenómeno era más agudo mientras más conflictivo el vínculo de la pareja. La pareja *triangula* al terapeuta, a mayor conflicto más probabilidad de involucrarlo al terapeuta en el juego. A este fenómeno Jürg Willi denominó colusión, dos que se ponen de acuerdo para perjudicar a un tercero.

El terapeuta sistémico parte siempre de la ignorancia, su recurso más útil es la irreverencia y por lo tanto no debe desesperarse ante el estallido caótico de la entropía de la pareja. Mantener la calma es posible si analizamos los vínculos relacionales desde la perspectiva matemática, porque si el terapeuta trata de involucrar la semántica, terminará muy confundido, adolorido, lastimado y lo que es peor, no podrá ayudar a la pareja.

Todo terapeuta es un elemento entrópico, entonces el sistema conyugal se convierte en un sistema terapéutico, en el cual existe un tercero cuya misión es inicialmente la de equilibrar el sistema desorganizado de la pareja para posteriormente devolver a la pareja los recursos

aprendidos en la terapia y que ésta continúe su ciclo, nada más emocionante, nada más desafiante.

El terapeuta debe transgredir de alguna manera lo establecido por el vínculo relacional. Esta transgresión sólo es posible si el terapeuta ha trascendido a los conceptos establecidos socialmente por la vinculación amorosa.

CAPÍTULO 10

LA CIBERNÉTICA Y LA RELACIÓN DE PAREJA

*Es importante seguir el ejemplo de los campesinos,
que saben que determinados cultivos no se adaptan a su región,
y entonces no los siembran;
mientras que cuando siembran la semilla adecuada,
saben esperar el momento oportuno para recoger la cosecha.
Roberto Shinyashiki*

El término cibernética proviene del griego *kybernetes*, quiere decir guía, piloto, gobernante. Fue utilizado por Platón para explicar la función del piloto en las naves griegas, era una especie de regulador humano.

Ampére muchos siglos después utiliza el término para hacer referencia al gobierno de un estado, entonces de las naves platónicas pasamos a la política. Norbert Wiener en 1948 plantea a la cibernética como la ciencia responsable del estudio de la regulación en máquinas y en seres vivos. El objeto de investigación es la regulación.

Wiener propone un modelo compuesto de tres elementos principales: la entrada o *input* en inglés y la salida o *output* y la retroalimentación o *feedback*.

Podemos identificar dos tipos de cibernética: la cibernética de primer orden y la de segundo orden. La de primer orden está encargada del estudio del equilibrio, como los sistemas se mantienen equilibrados en entornos cambiantes.

Esta idea se plantea con el término de *morfostasis*, cómo el sistema elimina las perturbaciones, la entropía, manteniendo su estructura básica. Esta coherencia de los sistemas tiene que ver con los circuitos de retroalimentación negativa, la tendencia a la adaptación, a evitar el cambio.

Posteriormente Maruyama plantea el término *morfogénesis*, el cual hace referencia a la formación y desarrollo de las estructuras de un sistema, tiene que ver con la evolución, con la retroalimentación positiva, con la desviación y amplificación, de tal manera que se genera una desviación. Esta desviación puede ser mínima o puede ser desproporcionada dentro del mismo sistema.

A esta nueva manera de ver la organización se le ha denominado cibernética de segundo orden. El foco está en la *morfogénesis*. En la primera en la *morfostasis*.

La segunda cibernética nos permite comprender las crisis y los ciclos de la vida familiar y de pareja. Cuando el sistema llega a un nivel de saturación de interacciones, el propio sistema

obliga al cambio. Ese cambio genera pues alteraciones del sistema, son las crisis, ellas permiten identificar los momentos del ciclo vital personal, familiar y de pareja.

Otro de los aspectos interesantes de la cibernética es considerar a la primera cibernética dentro del observador que observa una realidad. Los constructivistas consideran a esa realidad una construcción definida por los interactuantes, quienes se ponen de acuerdo en denominar a eso que observan: realidad.

Pues bien, la primera cibernética no toma en cuenta la subjetividad del observador porque el observador proviene de una cultura y tiene un cerebro que de por sí distorsiona los eventos percibidos.

En la cibernética del segundo orden se introduce un observador que observa al observador observar, este segundo observador permitirá la visión de elementos ciegos para los participantes de una primera cibernética.

El trabajo del enfoque sistémico dentro de la psicoterapia se ha caracterizado por el espejo unidireccional de tal forma que el supervisor, como el nombre indica, ve más allá de lo que el observador, el terapeuta, dentro del consultorio está viendo.

Quien observa observar al observador planteará nuevos datos ante el fenómeno difícilmente neutral de quien observa el fenómeno que está observando.

Estos principios son muy importantes en la terapia de pareja. Ya hice referencia a la idea de la relación especular en el vínculo amoroso: él observa la observación que ella tiene de él y ella hace lo propio como si colocáramos dos espejos uno frente al otro.

Esta percepción infinita es interrumpida por el terapeuta. Veamos, el esposo observa a la esposa cuando ésta lo observa a él. La esposa observa al esposo cuando éste la observa a ella. La pareja entonces está en un sistema de regulación de una cibernética de primer orden donde cada uno de los miembros de la pareja a su vez se establece como observadores de quien observa.

La complejidad del sistema, que seguramente ya los debe haber mareado al describir esta intrincada relación, es que el observador al mismo tiempo está observando al otro la observación que tiene de sí mismo.

En palabras más simples, cada uno de los miembros de la pareja observa al otro mientras se observa a sí mismo. Esta dualidad de observación, es una dualidad de protagonistas en la relación conyugal, deriva en una tremenda confusión de percepciones. Él piensa que ella piensa que piensa acerca de lo que él piensa.

Entonces, se establece una vinculación en dos niveles de relación, el primero: la persona que observa al otro. El segundo, la persona que observa al otro cuando es observado uno mismo. Esta doble circularidad deriva en la complejidad de la comprensión relacional interna.

Llega un momento durante el cual, ambos miembros de la pareja han perdido la noción de quien observa, qué observa, donde observa, produciéndose una ofuscación.

El proceso relacional amoroso *simbiotizado* determina pues una especie de relación telepática donde las premisas de uno de los observadores se plantean como si fueran tácitas, como afirmación incuestionables, cuando lo que ocurre es que esa forma de que yo creo que el otro piensa no es nada más ni nada menos que una proyección de mí en el otro en esa vinculación especular.

Cuando el terapeuta se presenta en la relación de pareja, se rompe inmediatamente esa circularidad infinita, siempre y cuando el terapeuta no ingrese al círculo, situación no solamente engorrosa sino complicada sobre todo cuando se da la colusión y la pareja como un agujero negro absorbe al pobre terapeuta incauto.

El esposo por ejemplo, tratará de mostrarle al terapeuta cómo su observación es la correcta. El terapeuta entenderá que cuando el esposo está hablando de la esposa, está hablando de sí mismo. Por ejemplo, el esposo extravertido y la esposa introvertida, el esposo se quejará de la introversión de la esposa. La esposa se quejará de la extraversión del esposo porque desde el punto de vista del extravertido, la introversión es un defecto. Y desde el punto de vista de la introvertida, la extraversión es el defecto.

La manera cómo él concibe la percepción de ella es como él aprendió a percibir en general a las personas. Si él fue tildado de tímido, aprenderá a reconocer en la esposa aquellas características que tienen que ver con su concepción de timidez, la misma que fue acuñada, desarrollada, inventada en su núcleo familiar y en sus relaciones interpersonales antes de conocerla. Así que por eso es sorprendente cuando la esposa está a solas con el terapeuta o cuando el esposo está a solas con el terapeuta, los discursos son muy distintos, las concepciones de la realidad también lo son. Cuando los juntamos a los dos miembros de la pareja se produce un torbellino semántico, una confusión de significados.

La vinculación funcional conlleva la comprensión de que las palabras de la esposa tienen significados probablemente distintos a los del esposo y ambos se empeñan en negociar dichos significados, produciendo un diccionario, si lo podemos llamar así, de la vinculación relacional. No ocurre esto en la pareja disfuncional.

La pareja disfuncional fundamenta su relación en el falso amor, priman los sentimientos en lugar de las razones. La vinculación usualmente es simbiótica, por lo tanto, ambos miembros de la pareja se empecinan en convencer al otro del significado de sus palabras y más allá de la percepción de la realidad. Mi mundo es el verdadero, tu mundo está equivocado.

Von Foerster, un epistemólogo muy importante en la teoría general de sistemas y en el constructivismo en particular, desarrolla una visión más precisa sobre la construcción que hacemos del mundo. En ese sentido va a derivar su concepción en lo que llamamos constructivismo radical, un cuestionamiento del mundo objetivo.

La verdad es que la ciencia no puede caer en el absoluto constructivismo porque negaría su método. Sin embargo, en las relaciones interpersonales la construcción del sentido, sí se establece a partir del diálogo.

El terapeuta de pareja tiene que convertirse pues en un regulador de este sistema *morfostásico*, promoviendo la morfogénesis, el cambio. La posibilidad de realizar eso, se inicia con la actitud del terapeuta sistémico, actitud que tiene dos fuentes principales: la trascendencia y la irreverencia. La trascendencia implica la capacidad de estar más allá de lo establecido. Comprender que la pareja se incluye en un sistema socio cultural con normas, reglas y muchas veces con apreciaciones de la realidad absolutas.

El terapeuta debe ser capaz de comprender todo aquello como construcciones y trabajar en entender cómo la pareja las ha asimilado y las ha llevado al campo de sus significados. Al mismo tiempo, debe verse a sí mismo como objeto observado desde la construcción que la pareja hace de su persona. La complejidad del contexto terapéutico en la psicoterapia de pareja conlleva necesariamente la comprensión de los dos órdenes cibernéticos, el terapeuta como observador y al mismo tiempo como objeto de observación.

La irreverencia hace alusión a la actitud respetuosa pero curiosa, no se trata de ser anárquico o agresivo. Se trata de hacer preguntas que rara vez las personas se hacen. Por ejemplo: ¿Qué quiere decir usted cuando exclama amo a mi esposo? Este tipo de preguntas conmueven el cerebro de las personas que están en la consulta, puesto que les obliga a la reflexión y la reflexión deriva en la búsqueda de nuevos significados, significados donde los tres componentes del sistema terapéutico puedan estar de acuerdo.

CAPÍTULO 11

LOS TIPOS LÓGICOS Y LA TERAPIA DE PAREJA

Amar es despojarse de los nombres.
Octavio Paz

Fue Bertrand Russel quien revoluciona a la matemática al plantear la teoría de los tipos lógicos presente en el libro *Principia mathematica*.

-¿Qué nos plantea Russel?

Es posible llegar a una contradicción a pesar de partir de una premisa racional. Cuando ocurre esto tenemos secuencias de pensamiento aparentemente impecables que derivan, sin embargo, en contradicciones lógicas.

Es famosa la paradoja del Cretense, dice así: *Todos los cretenses son mentirosos, firmado el Cretense*. Es una paradoja, un callejón sin salida, un círculo vicioso, si la premisa es verdadera: todos los cretenses son mentirosos, y quien lo dice es un Cretense, por lo tanto, la premisa es falsa, pero al ser falsa es al mismo tiempo verdadera. Esa es una paradoja.

La paradoja más importante para la explicación del concepto de los tipos lógicos es la paradoja del barbero, la plantea Russel en 1901. Se trata de un lejano país donde pocas personas podían ser barberas. En concreto en este país sólo había un barbero. El rey dictaminó que los barberos sólo podían afeitarse a aquellos individuos que no se afeitaban por sí mismos.

Uno de esos barberos, como dije, y el único en este país, entró en un dilema: Como barbero no puedo afeitarse al barbero de mi país que soy yo, porque entonces podría afeitarme a mí mismo. ¡Pero entonces algún barbero debe afeitarme! Pero como soy el único, entonces yo no me puedo afeitarse.

-¿Qué puede hacer este barbero para afeitarse? Esta situación es complicada. Es una paradoja y aparentemente no tiene solución.

Para explicar esta paradoja necesitamos algunos conceptos claves. Primero es definir la diferencia entre clase y miembro. Los miembros son los elementos que componen un grupo, un sistema o un conjunto. La clase es aquello que engloba a los elementos.

Entonces una clase se compone de elementos. Si pasamos esta lógica a la teoría de conjuntos, vamos a entenderla quizás mejor: Si pensamos en una caja de cartón donde introduciremos frutas, la caja es el conjunto de frutas, las frutas sus elementos, la clase la caja de frutas y las frutas sus miembros.

También podemos crear subconjuntos, dentro de nuestra caja agrupar las uvas en una cajita, las cerezas en otra, las naranjas en otra. Entonces un subconjunto es un conjunto más

pequeño dentro del conjunto grande. Los elementos que componen nuestra caja son las frutas, cada una de ellas un elemento: una manzana, una cereza, una naranja, etc.

Hasta acá no hay ningún problema. Pasemos a la segunda idea, podemos referirnos a dos tipos de conjuntos: los normales y los singulares. Los normales son aquellos que no se contienen a sí mismos. Los singulares son aquellos que si se contienen a sí mismos.

-¿Qué vamos a entender por un conjunto que se contiene a sí mismo? Pues, aquel que al mismo tiempo es elemento y es conjunto, por decir: el conjunto de no libros, el conjunto de no libros hace con que no libros sea probablemente un elemento de sí mismo, está dentro del propio conjunto. Estas propiedades son excluyentes, es decir, un conjunto es normal o singular, no hay otra opción.

Bien, llevemos estas reflexiones a nuestro barbero. El barbero está en una situación complicada: si pertenece al conjunto de los que no se pueden afeitar, él piensa que en ese caso sí se podría afeitar, pero si pertenece al conjunto de los que sí se pueden afeitar, entonces piensa que no se podría afeitar. Por ello, el grupo al que pertenece el barbero es un conjunto normal y singular a la vez, lo cual es imposible.

¿Cuáles son las implicancias de la teoría de los tipos lógicos para la terapia de pareja? Son dos: la primera hace alusión a los tipos de terapia de pareja y la segunda al dilema de la relación conyugal.

Veamos la primera, cuando vemos dentro de nuestra caja, es obvio que quien ordena la caja, introducirá dentro de ella todo aquello que pueda clasificarse como fruta: naranjas, peras, uvas, etc.

El asunto es cuando dentro de la caja encontramos casualmente un ratoncito. No podemos afirmar que el ratón por estar dentro de la caja de frutas es fruta. El ratón es un invasor, es un bichito que seguramente por hambre hizo un agujerito en la caja y entró a comer frutas. Corresponde separar al ratoncito de las frutas. Como somos personas que cuidamos la naturaleza lo sacaremos y lo vamos a llevar a una caja donde están sus compañeritos, otros ratoncitos. Entonces tenemos que un miembro debe tener coincidencias con los miembros que hacen parte del grupo o conjunto.

En ese sentido, siguiendo la lógica de Russel, no es posible un elemento inserto en una clase de otros elementos.

-¿Qué tiene que ver eso con la terapia de pareja?

Muy bien, comprender que la pareja hace parte al mismo tiempo de varias cajas, si seguimos con el ejemplo de las frutas.

Los dos componentes de la relación conyugal son al mismo tiempo frutas y al mismo tiempo ratones. Resulta que llegamos al matrimonio como frutas, fácilmente identificamos que la pareja hace una sinergia en la clase pareja. Pero una vez que la pareja ingresa al mundo social de la institución llamada matrimonio, nos encontramos con un ratón dentro de la cajita de frutas. El error es pretender manejar al matrimonio, al ratón, como si fuese una fruta, nos ha de morder al mínimo intento de atraparlo.

Una cosa es la terapia de pareja, trabajar con las frutas y otra la terapia matrimonial, hacerlo con los ratones. Hacer terapia de pareja tiene que ver con las relaciones interpersonales enmarcadas dentro del concepto de amor, mientras que la terapia matrimonial tiene que ver con el trabajo de los socios que han establecido una empresa para sobrevivir como empresarios. Inclusive la palabra esposo proviene del latín *sponsus*, que quiere decir el que te ayuda, el que te acompaña, es decir, tu socio.

El fin de la pareja es el bienestar afectivo, el fin del matrimonio es el bienestar económico. Los temas del matrimonio se resuelven con enfoques de negociación, la capacidad de hacer acuerdos para poder sobrevivir como socios.

Entonces la terapia de pareja hace alusión a la relación amorosa y la terapia matrimonial lo hace en función a la convivencia. La pareja lo confunde pero el terapeuta debe tener claras las diferencias. Y si a eso agregamos a los padres, nos vamos a encontrar con frutas, con un ratoncito y de repente con un libro. Se deben separar.

Los padres tienen otro tipo de función, es la formación de los hijos. Esta formación de los hijos conlleva a negociaciones de valores, de actitudes hacia la educación y fundamentalmente la visión que cada uno de los miembros de la pareja tiene con el futuro de sus hijos. He pensado en un libro porque ser padres tiene que ver con filosofía de vida de cada uno de los miembros de la pareja.

La mezcla de estos tres elementos es un error. Se deben separar los padres de los esposos y de los amantes. Tres funciones distintas que conllevan tipos de abordaje terapéutico diferente.

Vamos al segundo ámbito, es mucho más complejo, la pareja es una entidad abstracta, por decirlo de alguna manera, es una cajita que engloba dos elementos. Esos dos elementos son independientes el uno del otro, tienen muy pocas cosas en común. No son dos naranjas, son una naranja y al lado probablemente tengamos un chorizo.

Entonces no se trata de una unidad, son elementos que hacen parte de un conjunto denominado pareja pero curiosamente cada elemento es distinto.

¡Tenemos pues una gran sorpresa!

-¿Es posible hablar de pareja? Dilema, ¡Verdad?

-¿Si son dos elementos diferentes, qué hacen en una misma clase? Nos vamos a encontrar con una paradoja muy parecida a la del barbero.

-Si cambiamos la palabra barbero por pareja ¿Quién se hace cargo de la pareja?

-Si en esta reunión de dos, tú debes cuidarte a ti mismo ¿Qué hago yo entonces?

Me cuido a mí mismo o me hago cargo de ti. ¿Si me hago cargo de ti, entonces quién se hace cargo de mí? ¡Es un Dilema!

Es un dilema que se ha resuelto con la idea del amor romántico. Ese estado alterado de los cónyuges. Ese pensar que lo que yo pienso es lo que tú piensas. Ese conflicto cibernético. Ahora bien, una solución creativa al dilema del barbero es: ¡El barbero es mujer!

La regulación del sistema fundamentada en una locura, la imposibilidad de ser tú y de que seas yo. La solución al dilema es la emancipación conyugal, fenómeno que se ha de presentar después de haber atravesado varias etapas de la vida en pareja, que estudiaremos con más detenimiento en un capítulo posterior.

CAPÍTULO 12

TEORÍA DE LA RECIPROCIDAD

*La vida conyugal es una barca
que lleva dos personas en medio de un mar tormentoso;
si uno de los dos hace algún movimiento brusco,
la barca se hundirá.
León Tolstoi*

Una frase latina dice *quid pro quo*. Inicialmente se la utilizaba para hacer referencia a una equivocación literaria, cuando escribíamos una cosa en vez de otra. Hoy se la utiliza para hacer referencia a una cosa por otra, principio fundamental de la reciprocidad.

Reciprocidad proviene del latín *reciprocus*, significa igual uno que para otro, la reciprocidad es un principio de comunicación influyente, hace referencia a la correspondencia de favores.

Ahora bien, este principio nos puede permitir comprender la estabilidad que se produce dentro de una relación de personas, de colectivos o de instituciones. La reciprocidad ha de forjar un equilibrio, determinándose una especie de juego sin fin porque el dar y recibir no se detiene, siempre y cuando quienes participan del proceso le entreguen al otro, algo que el otro, estamos seguros, pueda devolver. Si no es así, si entregamos al otro algo que no puede devolver, el juego se detiene y por lo tanto el sistema puede destruirse.

En un sistema de reciprocidad lo que interesa es el intercambio comercial. ¿Esto qué quiere decir? Lo que intentaremos es obtener un beneficio de la entrega que hagamos. Por lo tanto, la reciprocidad vista de este modo, es una manera de enriquecerse a costa del otro.

Para que el sistema recíproco funcione, las personas o los entes que están en ese proceso de intercambio, deben entregar algo asegurándose que el otro debe devolverles y la mejor manera de realizar esto es devolver con un poquito más de lo que nos han dado.

Ese poco más en la jerga popular le denominamos *yapa*, del quechua: regalo, aumento. La usamos cuando vamos al mercado a comprar naranjas, la casera nos da una docena de naranjas más un plátano o una naranja extra.

-¿Qué genera la *yapa*?

La *yapa* ocasiona deuda, por ende la persona que ha recibido algo con *yapa*, ha de sentirse en deuda, por ello volverá una y otra vez donde esa caserita. Este tipo de interacción ocurre en la pareja. La pareja es el sistema social más pequeño, se compone de dos elementos y el recurso de equilibrio que la pareja obtiene, es necesariamente a través del proceso de reciprocidad.

Podemos hablar de reciprocidad positiva y reciprocidad negativa. La reciprocidad positiva puede sintetizarse en *hoy por ti, mañana por mí*, si yo te doy algo bueno, tú me devolverás algo bueno. En ese sentido el crecimiento relacional va a gestarse en una combinación de favores que enriquecen a uno y otro miembro del sistema.

Sin embargo, la reciprocidad puede ser negativa, en ese sentido es adecuada la frase *ojo por ojo, diente por diente*. Ese ojo por ojo es la agresión y violencia. Cuando yo te agredo, tú me devuelves la agresión y así lo haremos hasta llegar a niveles violentos.

No queda menor duda, la reciprocidad es egoísta. Pareciera una tendencia de generosidad donde uno entrega y el otro devuelve pero acá lo que hace egoísta a la reciprocidad es que se entrega esperando recibir.

Durante el siglo XIX los antropólogos comenzaron a interesarse por las formas de interacción de las culturas que ellos desconocían y Mauss, un antropólogo francés, encontró algo que le llamó mucho la atención, los mecanismos económicos de reciprocidad, les denominó *economía natural*.

En algunos grupos aborígenes, la entrega no era una entrega interesada. Las personas daban sin esperar recibir nada. Entonces a este fenómeno Mauss le denominó *don*, sinónimo de regalo.

La pregunta que se formuló fue: ¿Qué pasaba? ¿Por qué estas personas daban sin esperar retorno?

Profundizando la situación, al identificarse un donador, un donante y las cosas que se donan, se percató de que era obligatorio dar un regalo. Se considera a la persona que lo entrega, débil o que traiciona, el espíritu del grupo. Entonces hay una obligación de dar pero también hay una obligación de recibir. La persona que recibe un regalo debe a fuerza aceptarlo con alegría. Es un insulto o traición el rechazar los regalos.

Dominique Temple, antropólogo francés, que se dedicó al estudio del don en la cultura aymara, pudo mejorar la visión de Mauss, al encontrar que lo que ocasiona esa obligatoriedad de entrega y de recepción es la espiritualidad.

Espiritualidad en el sentido de que las cosas pertenecen a un ente divino, entonces si yo no doy, he de recibir un castigo, si yo no recibo también me ocurrirá aquello.

-¿Cómo nos puede servir, tanto la teoría comercial de la reciprocidad como la teoría antropológica del don en la terapia de pareja?

Desde el punto de vista de la reciprocidad comercial, tenemos a la primera cibernética. El terapeuta contempla la interacción recíproca entre los componentes de la pareja. Queda claro que es un sistema de regulación natural. ¿Qué quiere decir eso?

Que los sistemas harán de todo para reducir la incertidumbre y cuando el sistema se compone de dos elementos, el único recurso para establecer ese equilibrio es la reciprocidad.

El terapeuta está en la obligación de mantener el sistema conyugal en un estado equilibrado. Si el esposo es confrontado por el terapeuta, la esposa también deberá serlo. Si se trabaja en un tema con el esposo, se deberá trabajar en un tema con la esposa.

Antes de pasar a la teoría del don vale la pena añadir un elemento importantísimo en la psicología de la reciprocidad. Cuando el sistema se cierra, llega un momento en que los componentes no tienen más qué entregar al otro, por ello, se pasa naturalmente a la violencia.

Una pareja que se encierra es una pareja que puede terminar en conductas violentas. Esto porque al agotarse los beneficios para el otro, el otro exige y al no obtener lo requerido se pasa a la reciprocidad negativa.

Este fenómeno es distinto si la pareja pertenece a un sistema abierto. El permanente intercambio con elementos externos enriquece a cada uno de los miembros de la pareja, quienes no agotan la posibilidad de continuar dando y recibiendo favores uno del otro.

Ahora bien, todo sistema recíproco requiere de un tercero, y ahí vamos a ver lo que ocurre cuando la pareja establece reciprocidad positiva. El tercero que es el hijo, ha de beneficiarse de los excedentes de favores que los padres se dan uno al otro. Es como podríamos decir, rebalsar el amor que nos tenemos y dárselo a nuestros hijos.

Mientras que si la pareja establece una reciprocidad negativa, el hijo o los hijos son triangulados ya sea de manera perversa, rígida o patológica. El hijo es convocado para equilibrar el sistema relacional por uno de los padres y el otro tratará de hacer lo mismo, esa es la triangulación.

Es más, cuando la pareja establece la vinculación amorosa, va a construir un tercero que es lo que denominamos pareja, *el ente invisible*. Y la riqueza de la relación estará en esa construcción del *nosotros*.

Pasemos ahora con estos elementos a la teoría del don. El amor es desinteresado, amar es entregar sin esperar recibir nada. El regalo que uno hace al otro cuando lo ama es la totalidad de su ser. Yo me entrego a ti sin esperar que tú te entregues a mí.

El condicionante amoroso manifiesta de alguna forma la misma espiritualidad que emerge en las concepciones chamanistas de los grupos culturales, ajenos a la occidentalidad. En el mundo aymara la pachamama es el eje central de sus creencias.

Lo mismo pasa en el amor, la necesidad de que tú me devuelvas, se convierte pues en una obligación. Yo te doy obligatoriamente porque te amo, tú me devuelves obligatoriamente

porque me amas. Porque el amor es lo que establece ese vínculo espiritual entre ambos amantes.

El principio del don nos va a permitir establecer una meta terapéutica. Meta terapéutica que ha sido desarrollada también por estudios ajenos a este enfoque, me refiero a los trabajos de Caryl Rusbult (1980), ella desde la economía y psicología ha encontrado que lo que establece el vínculo amoroso satisfactorio es el *Fenómeno Miguel Ángel*. De ella y de este fenómeno les hablaré en el siguiente capítulo.

Dentro del modelo de Dominique Temple, el tercero incluido es muy importante. Temple señala que es en la reciprocidad que el tercero existe. Curiosamente coincide con los postulados de Humberto Maturana y la concepción de la legitimación.

Si la pareja se ama, se entregan regalos obligatoriamente, el tercero, el hijo, ha de recibir ese amor. El hijo existe, siente presencia porque los padres al amarse, lo incluyen en esa fiesta alegre del amor, cosa que no ocurre cuando existe carencia de nutrición afectiva en la pareja y el vínculo relacional es un vínculo egoísta y recíproco, entonces el hijo debe renunciar a sí mismo para convertirse en la *cosa* que equilibra la relación de sus padres.

CAPITULO 13

INTEGRACIÓN DE LOS MODELOS SISTÉMICOS

*A veces los pacientes no pueden pensar por sí mismos.
Uno puede hacer que empiecen a pensar en forma realista y buena.
Milton Erickson*

No cabe la menor duda de que el inicio del desarrollo epistemológico que dará lugar al desarrollo de la terapia con enfoque sistémico se inicia con la teoría matemática de la información.

Shannon nos ofrecerá un modelo de flujo del proceso de reducción de incertidumbre. Este aspecto es importante para la terapia, puesto que el terapeuta es un ente entrópico, su sola presencia genera caos. La pareja ante la entropía gestada por la inserción de este elemento, se verá en la obligación de equilibrar su relación, de tal forma que el terapeuta vislumbra en la vinculación dentro de la terapia aquellos juegos a los cuales la pareja se dedica para evitar el desequilibrio.

El otro modelo indispensable para la comprensión de la relación conyugal es la teoría general de sistemas. Ludwig Von Bertalanffy es quien la propone y nos permite comprender las intrincadas relaciones entre sistemas y subsistemas. Conlleva este enfoque a la organización *morfostásica* de los sistemas, es decir, la tendencia natural de mantener la entropía reducida lo más cercanamente a cero.

Dentro de la terapia de pareja, el razonamiento sistémico es indispensable al comprender a la pareja inmersa dentro de otros sistemas. Si bien la pareja es el sistema humano social más pequeño, compuesto por dos elementos, los miembros de la pareja pertenecen a familias y a redes sociales. Cuando se gesta un cambio en la pareja, el resto de sistemas entran en crisis.

El terapeuta debe verificar esas relaciones, comprender que toda relación positiva genera envidia en el entorno. Cosas curiosas como la aparición de ex enamorados cuando la pareja decide la ruptura, muestran la importancia de identificar cada uno de los subsistemas que interactúan de alguna forma u otra con la pareja. Esta visión nos llevará luego al concepto de colusión, cuando la pareja para mantener el equilibrio, involucra a elementos externos a ella dentro de sus juegos patológicos.

El siguiente modelo es el de la cibernética, desarrollado por Norbert Wiener y Ashby. Es un modelo de regulación de sistemas. La cibernética se define como la ciencia del control de máquinas y hombres.

Desde esa perspectiva se hace más fina la comprensión de la intrincada puesta en juego de los recursos de regulación de la pareja, Maruyama identifica dos tipos de cibernética: la cibernética de primer orden y la cibernética de segundo orden.

En la primera tenemos al observador que observa a los observadores. Es la cibernética donde el terapeuta es responsable por el control de la relación dentro del consultorio. Nuestras intervenciones están dirigidas a mantener al sistema conyugal equilibrado durante todo el tiempo que dure una sesión, es un accionar directivo.

Comprendemos pues que el recurso indispensable para el equilibrio es la reciprocidad, otro concepto importante dentro de la terapia de pareja. Tan importante es que he denominado a mi modelo: *Terapia de pareja centrada en la reciprocidad*.

Siendo la reciprocidad un proceso de equilibrio en la primera cibernética, es indispensable comprender el segundo orden cibernético. Éste hace referencia al observador que observa al observador observar.

Uno de los miembros piensa que el otro piensa lo que se piensa. El terapeuta no puede involucrarse en esos entretejidos complejos de la lógica interpersonal de la pareja. Debemos recordar que la otra persona también está haciendo lo mismo, piensa que el otro piensa lo que se piensa. Entonces se produce un juego infinito de espejos, uno al frente del otro.

La segunda cibernética tiene que ver con los aspectos relacionados con la semántica. La primera cibernética podríamos decir se relaciona con los vínculos y el manejo del poder.

La primera nos permite comprender la importancia de la reciprocidad relacional. La segunda en el concepto de amor y en la teoría del don. El don es un término acuñado por Marcel Mauss y desarrollado profundamente por Dominique Temple. Proviene de la cultura aymara.

La comprensión que hacemos del don desde la perspectiva de Temple, implica la entrega sin interés a diferencia de la reciprocidad donde se espera recibir nada a cambio, mientras en las relación recíproca lo que se da establece una deuda, una deuda egoísta, te voy a dar para yo ganar.

En el don no es así, en el don se entrega sin esperar recibir nada. Te entrego para que cuides lo que te entrego, para que protejas lo que te entrego.

Se produce una deuda ética, la persona que recibe se siente obligada a devolver por una condición ética. En cambio en la reciprocidad comercial, la persona que recibe debe devolver, sino pierde.

Este juego hace con que surjan los misterios de las vinculaciones amorosas complejas. El perdón es uno de los temas más fascinantes dentro de la relación vincular.

Con la teoría de Caryl Rusbult, que se verá en la segunda parte de este libro, se comprenderá la importancia de la inversión como fundamento esencial del compromiso. El concepto inicial utilizado por Rusbult fue *sacrificio*, sin embargo al ceñirse a los criterios matemáticos de la economía, decidió reemplazarlo con *inversión*. Este concepto es resultado de la inserción de las teorías de intercambio social en el ámbito de las relaciones de pareja.

En las ciencias económicas, la inversión se asocia con los costes de los recursos, prioritariamente: tiempo, trabajo y capital, haciéndose uso de alguno de ellos para obtener un beneficio. Al realizarse una inversión se acepta un coste de oportunidad al sacrificar los

recursos elegidos en la actualidad con el afán de conseguir una ganancia en el futuro incierto, por ello toda inversión entraña un riesgo.

En el modelo de inversión de Rusbult, se considera al compromiso como el principal factor en la estabilidad matrimonial. El compromiso hace alusión a la predisposición hacia el mantenimiento del vínculo amoroso y el apego hacia la pareja. El compromiso varía según la satisfacción matrimonial, el nivel de inversión en la relación y las oportunidades alternativas.

Otra teoría importante para comprender la relación de pareja es la teoría de los juegos. Los juegos de suma cero hacen referencia a juegos de competencia, presentes en las relaciones de pareja distorsionadas, donde no se espera establecer el bienestar del otro, sino ganarle, como si se tratase de una feroz competencia.

En este juego, de quien gana, el principio del *minimax*, minimizar el daño máximo, principio necesario dentro de la comprensión del proceso terapéutico. Viene a colación, el fenómeno, el problema de Monty Hall. El problema de Monty Hall nos permitirá establecer estrategias de intervención fundamentalmente en los problemas de pareja vinculados con la infidelidad.

El fenómeno Monty Hall hace referencia a un concurso, el participante escoge una puerta entre tres, el premio consiste en lo que se encuentra detrás. Una de ellas oculta un automóvil, y tras las otras dos hay una cabra. Sin embargo, antes de abrirla, el presentador, que sabe dónde está el coche, abre una de las otras dos puertas y enseña que detrás de ella hay una cabra. El jugador tiene una última oportunidad de cambiar la puerta escogida ¿Debe mantener su elección inicial o escoger la otra puerta? ¿Cuál sería la opción correcta? Quedarse con la puerta inicial, cambiar a la otra puerta, indistinto cambiar o no cambiar.

Este problema es un ejemplo de la ineficacia del sentido común, el análisis probabilístico muestra que lo más sensato es cambiar de puerta, no se trata de una decisión irrelevante, menos azarosa, tiene que ver con el análisis de probabilidades. Este juego muestra la inconsistencia de las decisiones de la pareja cuando se trata de identificar culpables.

Los juegos de colaboración o juegos de suma no cero, establecidos por John Nash y claramente comprensibles en *el dilema del prisionero*, lleva a la conclusión de que es mejor colaborar que competir para ganar.

Las parejas que juegan juegos de competencia en el proceso terapéutico, deberán transformar su juego en juego de colaboración. El terapeuta involucra a la pareja en fines comunes, en procesos de negociación que favorecerán a ambos cónyuges.

Luego está la teoría de los tipos lógicos, planteada en la teoría matemática de Bertrand Russell y Alfred North Whitehead. Los tipos lógicos nos permiten comprender los distintos sistemas de interacción de la pareja. La pareja como amantes, la pareja como esposos y la pareja como padres.

El terapeuta deberá definir al inicio de la terapia, dónde se localiza el problema conyugal, lo que permitirá la intervención en función al tipo de problema, a la pertenencia de determinada clase, funge la terapia de pareja, la terapia matrimonial o la terapia de familia.

Estos modelos teóricos matemáticos subyacen a la lógica matemática planteada hace muchos años por Évariste Galois: *Teoría de los grupos*. Una vez que conocemos los modelos que subyacen al enfoque sistémico, el terapeuta deberá integrarlos. La comprensión de la relación a partir de la luz de cada uno de estos modelos, ofrece las alternativas de diagnóstico altamente precisas y conlleva la posibilidad de intervenciones eficaces con menos riesgo de cometer errores y perjudicar a las personas que confían en nuestro trabajo.

CAPÍTULO 14

TEORÍA DEL DON

*El amor consiste en comunicación
de las dos partes, es a saber, en dar
y comunicar el amante al amado lo
que tiene o de lo que tiene o puede,
y así, por el contrario, el amado al amante;
de manera que, si el uno tiene ciencia,
dar al que no la tiene,
si honores si riquezas,
y así el otro al otro.
San Ignacio de Loyola*

Bronislaw Malinowski al estudiar grupos humanos distintos a los occidentales, plasmó una idea que tendría que ver con la economía primitiva. Observó en algunos grupos que la base de la interacción económica era el regalo.

Marcel Mauss desarrollará los conceptos fundamentales del regalo, al cual denominará *don*. El don es el elemento crucial en la comprensión del intercambio en las relaciones primitivas.

Mauss considera que el don es la entrega desinteresada de un bien a otra persona. Sin embargo, el contenido de este bien no es un contenido comercial sino uno espiritual. El don se ve inmerso en los rituales de una comunidad, su comprensión se ejecuta a partir de las mitologías que subyacen a las creencias de las interacciones sociales.

Entonces, la primera característica del don es la entrega desinteresada con la condición de que lo dado sea cuidado, la persona que recibe el don no debe devolverlo, pero se genera una cualidad interesante que es la ética del don, la sensación de deuda de la persona que ha recibido el don, tendrá de alguna manera devolver el favor recibido sin que necesariamente sea en sí el mismo elemento.

Por ejemplo una persona puede regalarle a la otra una ovejita o un corderito, visitará a la persona elegida para evaluar la situación del regalo. Si el corderito está gordito y bien cuidado, quien entregó el don se sentirá satisfecho porque el don está siendo cuidado. El donante entonces, lo único que espera es la protección de aquello que ha dado. La persona receptora del corderito se siente muy agradecida.

En las comunidades la persona receptora del don, ha recibido algo que necesita, por ende genera en sí una sensación de deuda, definirá por ejemplo cuidar el terreno del donante, no necesariamente devolverá la ovejita con otra ovejita. Es más, si en un descuido quien ha

recibido el don entrega por decir una llama, será una ofensa para quien ha entregado la ovejita. Esta es la lógica del don.

Temple estudia diversas culturas para comprender mejor los procesos de la donación y encuentra en la aymara el bastión de la base social fundamentada en el regalo. La cultura aymara se fundamenta en procesos de equilibrio comunitarios cuyo procedimiento básico se fundamenta en el don.

Desde la concreción del matrimonio aymara hasta las actividades de trabajo, todo se verifica en la actitud dentro de la comunidad del don.

Ricoeur, es un filósofo francés que ha decidido comprender las relaciones de pareja desde las intrincadas relaciones del don. Godelier es otro antropólogo que ha tratado de establecer la lógica de la reciprocidad.

A partir de estos autores, resulta imprescindible acercarnos al fenómeno del don desde la teología. El amor de Dios ofrece a las personas dones que pueden ser equiparados a los talentos y la función de quienes recibimos esos talentos es hacerlos producir, trabajarlos, no dejar el regalo inerte sino cuidarlo y trabajarlo. La caridad es pues el ejemplo extremo de la experiencia de la donación.

Ahora bien, el perdón implica la capacidad de aceptación del otro a pesar de la ofensa, es la máxima expresión del amor porque te vuelvo a entregar mi don a pesar de que lo destruiste o no lo cuidaste.

Pregunta aún sin respuesta clara es ¿qué lleva que algunas personas que sean capaces de volver a entregar el don y otras no? Pertenece al rubro de la segunda cibernética, de tal manera que el terapeuta no podrá comprender fehacientemente los intrincados escollos de la vinculación del perdón. La hipótesis más plausible se relaciona con el sacrificio o la inversión, esto es: es más probable perdonar a partir de los niveles de inversión, a mayor inversión es más plausible el perdón.

Iniciar una relación de pareja conlleva pues a entregarme totalmente al otro. En la legitimación está la condición del amor. Me entrego plenamente a ti porque confío en ti aunque no te conozco. Esto deriva en lo siguiente: la persona que ha recibido el don, a partir de la confianza recibida, es factible la sensación de existencia.

Es en el amor vincular donde las personas existimos, planteamiento de Humberto Maturana. Pero los aymaras habían comprendido esto desde la antigüedad, el otro sólo existe si se construye dentro de una relación de pareja.

Entender la ruptura de la reciprocidad a partir de la entrega del don, resulta imprescindible para comprender el proceso del perdón. Palabra del latín *perdonare*, entregar definitivamente lo que se debía. La clave de la etimología está en la concepción de devolver *definitivamente*

sin esperar recuperar. En ese tren es posible afirmar que el amor es entregar de manera absoluta y definitiva nuestra existencia. Lo que convierte ese acto en sublime es que se entrega todo sin conocer a quién le estamos dando nuestro existir, en el acto del perdón, establecido como una expresión excelsa del amor, se mantiene el don en el otro a pesar de la ofensa.

Así, el amor tiene que ver con la entrega incondicional de uno mismo, en un sentido ontológico: ser desde la mirada del otro. En el acto de recepción se sintetiza la posibilidad de reconocernos porque quien nos ama está en la obligación de cuidar nuestra existencia. Coincidiendo con la idea del *fenómeno Miguel Ángel* de la teoría de Rusbult. Cuando considera al amor un acto de valoración del otro, el amar es *sacar lo mejor del otro*. Enlazando con la teoría del don, significa cuidar la ofrenda y hacer de ella algo mejor.

Existe una relación entre la *gracia* y el *don*. Según la doctrina católica, la gracia hace alusión a la entrega gratuita que nos hace Dios para responder a su llamada y convertirnos en sus hijos, es un amor incondicional hacia nosotros, porque Dios envía a su Hijo para redimirnos del pecado sin exigir nada a cambio. Los dones se refieren a los regalos del Espíritu Santo, disposiciones naturales para seguir los impulsos espirituales.

En cuanto a la vida conyugal, la entrega del don se asocia a la posibilidad del mejoramiento de nuestro ser desde la provocación producida por el aliento del otro hacia la consecución de la felicidad. Amar entonces es cuidar y promover el mejoramiento de nuestros dones sin esperar retribución. Es pues, la ruptura del juego de la reciprocidad, independiente a la deuda, se da porque se quiere y quien recibe cuida el regalo porque le satisface la alegría del otro cuando percibe la promoción del don de la pareja yacente en uno.

Esto también permite entender el sufrimiento durante la ruptura amorosa: ¡el otro se ha quedado con nuestro don! Existe el riesgo que lo entregue a otra persona. *Todo lo que te he dado ya no me pertenece, además me aterra que lo entregues a otra persona*. La ruptura nos deja *desalmados*, en las expresiones de los poetas se habla del vacío y el abandono. Los sentimientos son confusos, como expresaba Alfonsina Storni en los siguientes versos: *¿Cómo decir el mal que me devora, el mal que me devora y no se calma?*

CAPÍTULO 15

TEORÍA DE LA INVERSIÓN

*El amor, para que sea auténtico, debe costarnos.
Teresa de Calcuta*

En este capítulo me referiré a dos temas importantes: el primero referido al pronóstico en la relación de pareja fundamentado en el modelo de inversión de Rusbult, luego hablaremos de la terapia en el ciclo vital de la pareja.

Caryl Rusbult fue una psicóloga y economista. Vivió desde 1952 hasta el 2010. En su corta vida, ella dejó la psicología como el recurso para conocer las relaciones de pareja y se adentró en el ámbito de las ciencias económicas. Es psicóloga social con enfoque experimental. Trabajó en el departamento de psicología social y organizacional en la Vrije Univerisiteit de Ámsterdam.

Caryl Rusbult recibió varias distinciones, entre ellas por ejemplo la de mejor estudiante en la Universidad de Carolina. Sus trabajos le merecieron reconocimiento en el ámbito de la psicología social, así como también como profesora.

-¿Cuál es el motivo para introducir en la teoría que sustenta la Psicoterapia de Pareja Centrada en la Reciprocidad el modelo de Rusbult?

En primer lugar porque ella nos plantea un modelo que explica el mantenimiento de las relaciones amorosas y en segundo lugar, ha de permitirnos a partir del uso de sus escalas, determinar el pronóstico acerca del bienestar futuro de una relación conyugal.

Rusbult quiere saber qué caracteriza a las parejas satisfechas en su relación. Es un cambio interesante coincidente con el espíritu de la época. La psicología actualmente está abocada a comprender los fenómenos de la normalidad y lo extraordinario en las personas.

Se ha dejado un poco el estudio de los trastornos y aquellos defectos que nos hacen sufrir en nuestra vida cotidiana, reemplazados por estudios de la felicidad, resiliencia y en nuestro caso particular de la satisfacción conyugal.

Pues bien, los trabajos de Rusbult, se inician tempranamente, ella es parte de equipos de investigación preocupados con la satisfacción conyugal y con una hipótesis interesante: el sacrificio como antesala de la felicidad amorosa.

Inicialmente consideraba como la explicación del factor fundamental en el mantenimiento del matrimonio al sacrificio. Observó en sus estudios estadísticos, la predominancia explicativa de la satisfacción marital a los niveles de sacrificio de los cónyuges. La ecuación era: mayor sacrificio, mayor estabilidad conyugal. Sin embargo, el concepto *sacrificio* resulta

subjetivo, además enraizado en la idea de sufrimiento. En cambio, cuando asume la teoría económica, encuentra en el concepto *inversión* la posibilidad de mensurar el sacrificio entendido como los costes de los recursos para obtener un beneficio. Al realizarse una inversión se acepta un coste de oportunidad al sacrificar los recursos elegidos en la actualidad con el afán de conseguir una ganancia en el futuro incierto, por ello toda inversión entraña un riesgo.

Cuando ella aborda el problema desde el concepto de inversión, ha de permitirnos comprender que este es el factor determinante para establecer un vínculo. La inversión deriva en el nivel de compromiso.

A diferencia de los estudios iniciales de Sternberg, quien planteaba como el eje de una relación amorosa estable a la intimidad, descartando por cierto la pasión por ser el factor efímero de un vínculo amoroso. Rusbult contradice a partir de sus estudios el hecho de pensar en la intimidad como el eje de la relación amorosa satisfactoria y encuentra en el compromiso el mencionado núcleo.

Ahora bien, ¿cómo se establece ese compromiso?, es el compromiso el que da estabilidad a la relación, la implicación en el vínculo, el acuerdo en la relación amorosa determina la mantención de la relación y plantea una socio sexualidad restrictiva.

Pues bien, son tres los factores que determinan el compromiso según el compromiso de Rusbult: en primer lugar la satisfacción, en segundo lugar la calidad de alternativas y en tercer lugar la inversión.

La calidad de alternativas hace alusión a la satisfacción en la elección de pareja, esto es, tener como compañero a alguien que es mejor que la mayoría de los pretendientes de tal forma que la persona se siente muy contenta con su elección porque se ha llevado alguien superior al resto.

Si la relación de pareja en cambio está fundada en dos personas donde una de ellas considera a la otra como inferior al resto, las posibilidades de ruptura son amplias. Si mi pareja es mejor las posibilidades de ruptura son mínimas, es la propia satisfacción, es decir cuán contenta se encuentra la persona en su vínculo amoroso. La satisfacción deviene de tres elementos: las recompensas que obtenemos en la interacción, factor trabajado en los albores de la terapia de pareja conductual, donde los terapeutas enfatizaban en la importancia de los reforzadores que uno al otro debían otorgar.

Bien, una vez más vemos que esta apreciación inicial de la reciprocidad positiva es parte de este nivel de satisfacción. Si me siento recompensado por mi pareja, en ese sentido pues, estaré satisfecho.

El segundo elemento son los costos, a menor costo en nuestra relación mayor satisfacción tendré. Esto es, si hay un equilibrio entre el dar y el recibir del uno y el otro, ninguno de los

dos se considera desventajado en comparación a cuanto el otro está gastando en la relación. Y por supuesto al nivel de comparación, la satisfacción será mayor a mejor calidad de alternativa.

El tercer elemento es la inversión propiamente dicha. La inversión hace referencia a cuánto hemos renunciado para estar con nuestra pareja. La palabra sacrificio es inevitable, entendiendo sacrificio como el entregar algo para obtener un beneficio en su definición más elemental.

Por lo tanto, si la pareja ha hecho sacrificios para estar juntos, les ha costado mucho estar juntos, en ese sentido el nivel de inversión es alto y por ende la posibilidad de romper la relación disminuirá notablemente.

La inversión tiene que ver también con los aspectos meramente materiales: el dinero, los bienes, cuánto yo he entregado para estar juntos. De ahí que si la pareja no ha hecho ninguna inversión tanto a nivel de sacrificio como a nivel de inversión material, las posibilidades de ruptura son más grandes.

Rusbult continúa su trabajo identificando las acciones dentro de la relación conyugal para mantenerse satisfechas, encontró la respuesta en el *fenómeno Miguel Ángel*.

Miguel Ángel afirmaba cuando trabajaba en estatuas de mármol era extraer lo que la roca de mármol llevaba dentro, tenía una inspiración mística, él era un instrumento de Dios

Rusbult observa que las parejas sacan siempre lo mejor del otro. El proceso de este fenómeno implica tres etapas: la primera es la hipótesis de afirmación del otro, cuando el miembro de la pareja reconoce al otro tal cual como es. Tiene que ver con la legitimación de Humberto Maturana, legitimar es reconocer al otro como es, sin el afán de transformarlo.

La antítesis de esta afirmación es la desconfirmación, es decir, cuando la persona no está conforme con el otro, no quiere al otro como es y pretende cambiarlo. A eso Rusbult llama *desconfirmación pre conceptual*. Entonces la afirmación pre conceptual del otro es el primer movimiento en el Fenómeno Miguel Ángel.

El segundo movimiento es la hipótesis del movimiento hacia el ideal. Hace referencia a que nuestra percepción del otro nos acerca hacia lo mejor que el otro tiene. Es la búsqueda incansable de ayudar al otro a la realización de sí mismo. En ese sentido tenemos también una dicotomía, el movimiento del sí mismo hacia la búsqueda del ideal del otro. Cuando la persona, como dije, apoyará a su pareja para que ésta se realice, en contra del movimiento fuera del ideal, cuando evitamos apoyar, cuando más bien boicoteamos los pasos que el otro da en la búsqueda de sí mismo.

Finalmente, el tercer movimiento hace alusión a la hipótesis del bienestar, la idea del amor, definido como desear el bienestar del otro. Es un complemento del movimiento del *self* hacia

el ideal. Se trata de confirmar aquello que el otro nos muestra como resultado de sus esfuerzos de autorrealización.

Estos tres elementos conllevan finalmente al compromiso con el bienestar. El compromiso con el bienestar es asegurarle al otro que estaré a su lado para alcanzar, a partir de lo que yo pueda hacer, un apoyo y acompañamiento de su realización personal.

Habiendo descrito estos aspectos, es posible hablar ahora de cómo nos sirve el modelo de inversión de Rusbult. El terapeuta evaluará al inicio de la terapia de pareja el nivel de compromiso de la relación. Si el compromiso es alto, las posibilidades de logro terapéutico son también altas pero si la pareja está con un compromiso débil, entonces la terapia debe dirigirse a fortalecer dicho compromiso.

No tiene sentido trabajar en los otros elementos del amor, ni en la intimidad ni la pasión será nuestro foco de atención cuando el compromiso sea débil. Si el compromiso es fuerte vale la pena analizar los otros componentes y trabajar para fortalecerlos.

Recurriendo a la teoría de los tipos lógicos, el compromiso hace parte del área racional de la relación conyugal, se vislumbra en la efectividad de la convivencia dentro del matrimonio o bien en la unión libre. Lo importante es en ese sentido, mantener a la pareja como socios en el afán de construir una relación amorosa racional.

El trabajo de la terapia marital es más importante que el trabajo en la terapia amorosa, resulta efecto no causa. A una relación satisfactoria del vínculo es muy probable la activación de la intimidad y de la pasión. Mientras que si esto no es posible, el terapeuta estará perdiendo el tiempo trabajando por ejemplo en una terapia dirigida al perdón.

El perdón es la máxima expresión del amor y el perdón se encuentra en el ámbito del compromiso. No se trata pues de un sentimiento, se trata de un análisis racional que la pareja hace acerca si vale la pena o no la reconciliación. Una vez definida esa reconciliación se promueve fácilmente la decisión de compromiso.

El último elemento que nos ha de servir en la terapia es la posibilidad de establecer el pronóstico evaluando los tres aspectos del vínculo: la satisfacción, la calidad de alternativas y la inversión. La evaluación de estos tres niveles nos permite determinar la probabilidad de continuidad o ruptura de la relación.

CAPÍTULO 16

CICLO VITAL DE LA PAREJA

*No nos une el amor sino el espanto.
Jorge Luis Borges*

El concepto de ciclo es proveniente de la biología y se refiere al desarrollo de la vida, el nacer, crecer y morir. En el enfoque sistémico se utilizó esta concepción para hacer referencia al ciclo vital familiar. De este enfoque deviene la idea de ciclo vital en la pareja.

La advertencia es no considerar este ciclo como necesariamente el paso de una etapa a otra sino como momentos donde la pareja enfrentará algunas crisis. Si bien, es más probable que las parejas comiencen por la primera etapa y terminen en la última, no es necesariamente una condición. El terapeuta debe vigilar cuáles son las crisis de la pareja para determinar el momento en el cual la pareja se encuentra durante este ciclo.

El primer momento es la atracción, cuando las personas se sienten inclinadas a elegir a alguien para formar una relación. La atracción es un momento biológico, responsabilizado por los genes inquietos por la procreación. Entonces la atracción es la que ha de definir la elección de pareja. Lamentablemente si nos basáramos en esta etapa, todas las parejas fracasarían porque la atracción es irracional.

La etapa que ocurre después es la del enamoramiento. Se trata de un momento complejo al cual he denominado *estrés del deseo*. Ante la incapacidad del organismo de promover la procreación, las personas inhibimos ese deseo y lo convertimos en un estado alterado de la conciencia que conlleva estados de depresión y de obsesión. El enamoramiento activa el estilo de apego.

Hay estudios que muestran la duración del enamoramiento, los cuales oscilan entre tres a cuatro años en personas adultas. Es difícil establecer si existe o no esta determinante temporal, a ello se suma la diferencia de intensidad y duración dependiendo de los rasgos de personalidad, por ejemplo en las personas extravertidas tiende a menor duración de sus enamoramientos, menos intensidad y las introvertidas a mayor duración e intensidad.

El enamoramiento produce dolor, el proceso biológico del deseo y la inhibición del mismo terminará generando *sustancia P*. La feniletilamina, la dopamina, la serotonina y la melatonina son precursores del ácido GABA, inhibidor de las respuestas nociceptivas.

Por lo tanto, el estado del enamoramiento es una especie de adicción en la cual la persona requiere de la presencia del otro para no entrar en un síndrome de abstinencia. Esto felizmente

termina. En Bolivia se ha inventado una manera de mantener el enamoramiento sin implicación, se llama *el prende*.

Otro fenómeno es el enamoramiento virtual, ocurre en las relaciones establecidas a través de la Internet. Los estudios muestran claramente que no hay diferencia entre un enamoramiento cara a cara y un enamoramiento virtual.

La siguiente etapa es la simbiosis. Esto es patológico. Es un término de la biología que se utiliza para referirse a la unión de dos o más especies distintas para facilitar la supervivencia. Un ejemplo es la anémona de mar y el cangrejo ermitaño, la anémona ofrece protección debido a sus tentáculos y el segundo movilidad, lo mismo ocurre en la relación de pareja.

Son parejas que no tienen la capacidad de separarse, son inquebrantables, por lo tanto se mantienen estrechamente unidas mientras van aislándose del resto de sus sistemas. El proceso puede derivar en violencia si es que se presentan cuatro factores, el primero de ellos es el aislamiento: la pareja hace con que el otro paulatinamente vaya perdiendo vínculo con sus amigos, con la familia, etc. y se aíslan.

Este aislamiento deriva en el segundo factor, la intensidad de la relación, una intensidad exagerada, es un amor apasionado, indecible. No es factible una relación tan intensa en dos personas que recién se conocen.

El tercer elemento es el de los celos. Celos enfermizos dirigidos a la posesión, de tal forma que la persona no tiene la posibilidad de establecer ningún vínculo porque el otro define esto como una ofensa hacia la relación. Una película al respecto es *Te doy mis ojos*.

El otro elemento importante es la descalificación. A pesar de esta posesividad aparentemente benéfica, la persona agresiva lo que hará será insultar, inclusive golpear, descalificando cualquier posibilidad de logro del otro.

En la simbiosis la relación violenta es simétrica, en el sentido de que una acción violenta va y la otra viene. Esta reciprocidad violenta es lo que caracteriza a la simbiosis, no así a la relación complementaria donde hay un agresor y hay una víctima. La simbiosis deriva en una violencia insertada en una especie de espiral creciente donde la violencia de uno de los cónyuges lleva a la respuesta violenta del otro. Cuando la simbiosis termina en una relación amorosa, involucrando a un tercero, usualmente el hijo, llamaremos colusión, tema que abordaremos con profundidad en los siguientes capítulos.

La simbiosis se origina por carencias infantiles de ambos miembros que la componen. Ambos tienen una falencia en el amor de su familia de origen, de tal forma, que esperan que el otro la satisfaga. La simbiosis evoluciona desde el enamoramiento hasta la imposibilidad de aceptar el desencanto.

El desencanto es la siguiente etapa de la relación de pareja. Es el darnos cuenta que el otro no corresponde a nuestro ideal. Existirán pues, tres opciones: la primera es ignorar esa diferencia. La segunda es aceptar que nuestro ideal es mejor que lo real y dejar partir. Y la tercera es acomodar lo ideal a lo real. Dicho de otra manera, es el inicio del amor, porque representa la capacidad de aceptar al otro como es, sin la necesidad de cambiarlo.

El desencanto rara vez ocurre al mismo tiempo en las dos partes. A veces ocurre de uno y no del otro, lo que conlleva una crisis en la relación porque desgraciadamente la idea del desencanto está asociada al concepto de desamor. El desencanto nos ofrece la oportunidad para conocernos, la oportunidad para crecer, en otras palabras, para amar.

El desencanto ocurre dentro del matrimonio, puesto que las parejas se casan enamoradas. Esto es, sin conocerse, exaltadas por la pasión, tienen carencia en sus habilidades de negociación, lo que derivará en la siguiente etapa: la lucha de poder, quien gana, quien impone, donde se requiere tolerancia, negociación y pelea. El poder es inevitable en un vínculo matrimonial porque tenemos que adaptarnos a la realidad del otro.

La siguiente etapa es la emancipación. Emancipación de ambos miembros de la pareja. Una vez que se adaptaron a la convivencia, sobreviene esta sensación de estar incompletos ocasionada por la reflexión acerca de no haber encontrado lo que esperábamos en el otro sino es urgente la independencia, en el afán de quererse ambos tuvieron que renunciar a algunos sueños personales.

Es el tiempo de realización de uno mismo estando acompañado. Algunas parejas no son capaces de realizar los sueños individuales y deciden por la separación y el divorcio, medida que puede ser necesaria cuando la persona está jugando demasiado de sí misma en el vínculo. Otras parejas se apoyan, uno deja que el otro crezca, el otro espera o ambos deciden volar para realizarse a sí mismos, porque es una etapa usual en el crecimiento de los hijos.

La última etapa del amor en la vida en pareja es el reencuentro, las parejas pueden volver a la etapa inicial de su vínculo para renovar el amor en una etapa que nos anuncia la cercanía de la muerte.

El terapeuta si identifica una crisis de etapa, lo que deberá hacer es trabajar en la crisis, no es necesario introducirnos en los vericuetos de las historias personales, en heridas causadas por el uno y por el otro, sino simplemente en favorecer el desarrollo de cada uno a partir de lo que está ocurriendo en la etapa amorosa.

CAPÍTULO 17

COLUSIÓN

Amar a alguien para hacerlo distinto significa asesinarle.
Igor Caruso

La colusión es un término sustraído de las ciencias jurídicas. En ese ámbito, hace referencia a la unión de dos entidades para perjudicar a la tercera. Quien desarrolla el concepto en profundidad es Jürg Willi.

El primero en utilizar el término fue Ronald Laing en el libro *El yo y los otros*, publicado en 1969, refiriéndose al jugar y al engañar. Henry Dicks, pionero de la terapia de pareja, enuncia el concepto en su libro *Tensiones maritales*, lo considera fundamental en la vinculación romántica como *complementariedad inconsciente*. Se trata de redescubrir en el lazo amoroso las relaciones objetales primarias reprimidas reactivadas. Esta concepción se fundamenta en los postulados teóricos de Melanie Klein, los mecanismos primitivos: idealización, escisión e identificación proyectiva.

Jürg Willi es un médico especialista en el ámbito de la psiquiatría con formación psicoanalítica, de origen suizo, nace en 1934 y se dedica a trabajar con parejas. Este investigador y terapeuta encuentra que las parejas que atendía, en algunas circunstancias se ponían en contra de él después de una especie de alianza en el inicio de la terapia.

En estas parejas había cierta necesidad de involucrar a un tercero en sus conflictos. Es así que decide incluir en sus conocimientos analíticos los fundamentos del enfoque sistémico. De esa manera, toma la palabra colusión para referirse a este tipo de parejas.

Hendrix, también psicoanalista fue el primero en utilizar el término en el ámbito de la psicología relacional. La plantea dentro del enfoque de la familia. Según Hendrix la colusión tiene diferentes grados, por ejemplo una persona que es gerente puede utilizar sus habilidades de dirección en las relaciones con su pareja o con sus hijos.

Hendrix no veía en la colusión una patología, él hablaba que eran normales siempre y cuando éstas no sean rígidas. Entendía que alguien cuida y otro se deja cuidar. Esa es la idea de la cual parte Jürg Willi cuando ha de referirse a la colusión.

Todo comienza en la elección de la pareja. Parejas con conflictos no resueltos, se sienten atraídas hacia personas que tienen conflictos similares. Por ejemplo alguien que fue desprotegido en su infancia, se sentirá atraído por una persona que tenga el mismo conflicto.

Sin embargo, no se manifiestan de la misma manera. Uno aparentará ser protector ocultando su demanda de fondo de ser protegido que es la misma de su consorte. Esta elección de pareja

tiene como objetivo la búsqueda de la sanación de las frustraciones y las heridas de la infancia. Pretenden encontrar en el otro, la solución a esos temores inexplicables, a la angustia, a la desolación, a la incapacidad de sentirse queridos entre otras cosas.

Podemos darnos cuenta de una pareja colusionada porque son parejas irrompibles, no se quiebran. Intentan separarse, no lo consiguen, intentan estar juntos, tampoco. No pueden estar juntos ni separados.

Para comprender este fenómeno vale la pena definir el deslinde en la relación de pareja. La palabra deslinde hace relación al trazado de límites dentro y fuera de la pareja. Las fronteras a las cuales hará referencia Minuchin.

En el campo normal las parejas tienen límites internos, claros y franqueables. El otro puede ingresar al mundo de su pareja y también tienen fronteras hacia los demás, que pueden al mismo tiempo permitir la entrada y salida de otros sistemas. Estamos hablando de un sistema parcialmente abierto.

En cambio en el campo de la patología tenemos los límites *intradiádicos*, cerrados, rígidos y los límites *extradiádicos* difusos. En ese caso estamos frente a parejas esencialmente organizadas con sistemas cerrados.

El otro extremo son las parejas difusas, sus límites no existen, internamente ingresan, salen sin poner límites a la relación. Lo mismo ocurre en el ámbito con las relaciones externas, no hay fronteras.

Las relaciones coludidas se organizan con sistemas fundamentalmente cerrados. Willi nos habla que las formas de comportamiento en la colusión pueden ser regresivas o progresivas. Cuando Willi hace referencia al estilo regresivo, alude a comportamientos infantiles, la persona se comporta como un niño o una niña, mientras que su consorte en una relación progresiva aparenta ser maduro. Esta fachada de experticia, de capacidad de protección, más bien es una manera de esconder la debilidad con la cual la persona se comporta desde niño.

Como se darán cuenta, en ambos casos se trata de dos niños pidiéndole al otro la sanación de sus heridas emocionales. Aparentemente se organiza un cierto equilibrio, ambos están conformes con su relación en búsqueda de las expectativas infantiles, entonces podemos tener a uno activo y al otro pasivo o también ambos activos, ambos pasivos.

De la relación coludida, paulatinamente van surgiendo exigencias cada vez menos plausibles de realizarse, por ejemplo, por qué la pareja no es atenta, no se fija en detalles, jamás trae flores, jamás invita a salir o por qué no van juntos a visitar los padres del otro. Demandas como falta de flexibilidad, incapacidad de compartir y finalmente, por qué no me dejas tranquilo/a.

Estas demandas como se pueden percatar, son absurdas en vínculos entre adultos. Es una especie de creer que el otro es el responsable por satisfacer mis expectativas en lugar de realizarlas independientemente.

Willi define la colusión como un juego conjunto no confesado. Es un juego oculto recíproco entre los miembros de la pareja debido a un conflicto fundamental similar no superado.

Este conflicto no superado actúa de manera distinta, impresión de que los miembros son uno contra el otro, cuando en realidad son variantes polarizadas de lo mismo. La interacción del conflicto fundamental favorece en estas relaciones los intentos de sanación personal progresiva, en el caso de uno y regresiva en el caso del otro.

La imposibilidad de satisfacción de sus expectativas deriva en simbiosis. Esta simbiosis fracasa en el intento de salvar al otro, la idea romántica del amor entorpece aún más las actitudes de los miembros de la pareja porque justifica su incapacidad de amar al entorno semántico que se tiene del amor en su contexto cultural.

Las demandas delegadas o expresadas por parte de uno y otro miembro de la pareja vuelven al sí mismo incrementadas. Eso deriva en lo que Stierlin llama el juego infinito, un juego sin fin que puede derivar claramente en violencia.

Sin embargo, la colusión tiene una solución. La solución es involucrar a un tercero, la triangulación. Desgraciadamente son los niños quienes equilibrarán la relación coludida, al mantener el vínculo de sus padres sin que estos puedan separarse.

Jürg Willi nos habla de ciertos problemas frecuentes en el juego conjunto de la colusión, identifica cuatro: La colusión narcisista es la primera: el amor como encontrar en el otro a uno mismo. Es la búsqueda de que el otro afianza la identidad de la persona que tiene esta estructura. Ambos en el juego narcisista coluden a partir de la necesidad de admiración.

El segundo esquema es la colusión oral, el tema central es el amor como preocupación por el otro, ambos buscan cuidarse, uno en una posición protectora y el otro en una posición de sumisión.

Posteriormente Willi habla de la colusión anal, acá la idea del amor es la posesión, ambos buscan pertenecerse. Actitudes posesivas, maniacas, de mantener al otro como alguien exclusivo. Finalmente está la colusión fálica, el tema es buscar la confirmación de la masculinidad en el caso del varón y de la feminidad en el caso de la mujer.

Estos fundamentos nos permiten entender estas relaciones patológicas en los vínculos conyugales. Es frecuente en la consulta que las parejas en colusión nos busquen por un hijo que tiene problemas. El diagnóstico se hace indispensable a la hora de definir el tipo de abordaje terapéutico que usaremos.

En mi trabajo personal he visto que los trastornos de personalidad conllevan claramente a este tipo de relaciones. En el siguiente capítulo hablaré con mayor profundidad sobre estos añadidos que he podido darle a la teoría de la colusión.

CAPÍTULO 18

TRASTORNOS DE LA PERSONALIDAD Y TRIANGULACIONES

*Me enamoré de mi mujer y nunca más me volví a enamorar.
La fidelidad te la propones inconscientemente:
tienes una familia, unos hijos. ¿Cómo vas a jugar al amor por ahí?
Paco de Lucía*

Habiendo revisado los conceptos fundamentales de la colusión, corresponde abordar los trastornos de personalidad y las triangulaciones. Es importante señalar que el desarrollo de esta idea la plantea Jürg Willi (1993), y considero que para enriquecerla vale la pena referirme a Kernberg, Guidano y también a Millon.

Estos estudiosos se han aproximado a la comprensión de los trastornos de personalidad, de tal manera que la síntesis de sus trabajos nos permite tener una visión más certera del concepto de colusión y de su manejo posterior en la psicoterapia.

En cuanto a Vittorio Guidano, el centro de su teoría es la construcción del sí mismo, consecuente del apego, desde esta perspectiva la conciencia de sí mismo tiene que ver con la experiencia del vínculo amoroso con nuestros cuidadores. Eso da lugar a una aproximación del trastorno de personalidad desde la teoría del apego inseguro, ocasionando las crisis de identidad patentes en los trastornos de personalidad.

La aproximación que hace Otto Kernberg de los trastornos de personalidad proviene de una visión psicodinámica, según la cual la estructura de personalidad de estas personas oscila entre el límite inferior y el límite superior.

Desde este punto de vista, los trastornos más complejos son aquellos ubicados en los niveles inferiores de la *limitroficidad*. Mientras que son más adaptables los cercanos al límite superior.

Finalmente la teoría de Millon ofrece una comprensión cognitiva - conductual de la organización de los trastornos de personalidad y permite la clasificación de estos trastornos. Un trastorno de personalidad se organiza a partir de un apego inseguro, una triangulación familiar y una construcción inadecuada del sí mismo.

Dentro de la perspectiva de los trastornos de la relación conyugal, la colusión se forja en función a estructuras disruptivas de la personalidad. Vale la pena mencionar cuales son los trastornos y su concepción del amor en cada uno de ellos.

Primero están los trastornos con dificultades para el placer. El esquizoide, quien establece su concepción del amor fundamentada en la independencia, esto es, siento ser amado cuando se respeta mi espacio.

La estructura por evitación también pertenece a este grupo, el miedo al fracaso es el eje emocional de estas personas y la concepción del amor tiene que ver con el cuidar y proteger porque el mundo es un lugar peligroso.

Luego está la estructura depresiva. Las personas con trastorno de la personalidad depresivo son pesimistas, tienen sentimientos constantes de pérdida y consideran al amor como una concepción de ser cuidados. El depresivo busca en su pareja el cuidado.

Los trastornos por conflicto intrapsíquico es el siguiente grupo. En el obsesivo compulsivo, el eje emocional es el sentimiento de culpa y la tendencia a buscar el perfeccionismo. La concepción de amor en el obsesivo compulsivo es el control y el dominio. Sienten que son amados cuando son obedecidos.

Posteriormente está el pasivo agresivo, quien vive con mucha furia interior, la expresión de su personalidad es de alguien renegón. Es ambivalente en cuanto a sus apreciaciones afectivas y su concepto del amor es también el de ser obedecido en un ambiente de control y posesividad.

El siguiente grupo de Millon es el que corresponde a los conflictos interpersonales. La personalidad dependiente, personas indecisas, tienen miedo a ser desprotegidos por lo cual se someten a las demandas del otro. El concepto de amor está ligado a la protección, buscan a alguien que les ofrezca seguridad emocional.

Luego está la personalidad histriónica, personalidades superficiales con permanente insatisfacción afectiva y búsqueda constante de la afirmación de su sexualidad. Estas personalidades son seductoras porque buscan alguien que no se interese por su sexualidad. Es una paradoja el comportamiento de estas personalidades. Ahora bien, el concepto de amor es la confirmación de su sexualidad. Buscan a alguien que les defina ya sea como mujer o ya sea como varón.

El siguiente trastorno es el narcisista, son personas vanidosas, exaltadas emocionalmente, personas que se apropian del otro, buscan sentirse especiales. Por ello su concepto de amor se centra en ser admirados.

Posteriormente está el trastorno antisocial. Si bien este trastorno aún no se define claramente como un problema de la personalidad, Millon lo considera así, y muchos autores lo mantienen dentro de estas categorías.

Pero en fin, mientras la ciencia no clarifique esta situación, mantendremos al antisocial como un tipo de personalidad dentro de estos grupos de trastornos. Está claro que son calculadores,

impulsivos, no tienen conciencia moral, incapaces de considerar al otro empáticamente. Su concepción del amor es de dominio y sumisión.

Luego está el esquizotípico, comenzando los grupos con déficit estructural. Si bien se tratan de personalidades narcisistas, se caracterizan por su excentricidad. Son personas extrañas, con ideas desafiadas de la realidad, son nihilistas en su procesamiento de la información. El concepto de amor de un esquizotípico es que lo dejen en paz, busca aislamiento y que se respete ese su aislamiento.

Luego está el paranoide, dentro de los trastornos con déficit estructural, son desconfiados, susceptibles, muy rígidos en su manera de ver la realidad. Teme a los demás porque considera que el mundo es peligroso, eso deriva en un concepto de amor centrado en la confianza, para ellos quienes los aman deben confiar.

Finalmente está el trastorno límite de la personalidad, quizás el trastorno más complejo de todos. Son personalidades que tienen miedo al abandono, el eje de su problema es la incapacidad de regular emociones. La emoción que los caracteriza es la angustia. Entonces definen el amor como posesividad: *quien me ama no me abandonará.*

Esta es la primera parte pues, creo necesaria para comprender que una relación coludida se configurará entre dos personas con estructuras de personalidad patológicas. El terapeuta debe cerciorarse de cuáles son estas estructuras.

El mejor camino antes de definir la personalidad es identificar las demandas afectivas que realiza uno en relación al otro. Esas demandas se relacionan con la historia triangular de estas personas. Por lo tanto, coluden hijos triangulados. De ahí la importancia de identificar dichas triangulaciones porque eso permitirá al terapeuta comprender las carencias afectivas, las demandas y los temores.

Según la teoría sistémica es factible identificar tres tipos de triangulación: la perversa, la rígida y la patológica. La perversa fue descrita por Jay Haley, hace referencia a una triangulación en la cual la persona se encuentra en el mismo nivel de uno los progenitores y el otro ha sido desplazado.

En esa nivelación con el otro progenitor, el progenitor establece un vínculo romántico con el hijo o la hija, produciendo dos cosas: la primera el rechazo a la identidad sexual y la manipulación centrada en expectativas que nunca se han de satisfacer. Es como que el progenitor o progenitora dice *yo tengo lo que tu otro progenitor no posee.*

Es importante visualizar que el progenitor desplazado no es víctima sino es participante del juego. Esta persona se encuentra incapaz de desvincularse de su familia de origen, por lo tanto, el desplazamiento del cual es víctima le permite mantener esa vinculación familiar.

Las consecuencias de una triangulación de este tipo son desastrosas para la vinculación amorosa porque determinan personas insatisfechas ya sea a nivel afectivo como en el caso de la histeria o ya sea a nivel intelectual como en el caso de la obsesión.

El segundo tipo de triangulación es la triangulación rígida, descrita por Salvador Minuchin. En este caso el tema no es el afecto, es el poder. En las triangulaciones rígidas tenemos un hijo o hija *parentalizada*, esto es que ha asumido la función de los padres en lugar de comportarse como un hijo.

Esta organización personal está determinada por la indefensión de los padres, ocasionando ya sea la protección que el hijo les otorga o el sentido que les puede dar su realización personal a los padres.

Las consecuencias son más complejas que en el caso de la triangulación perversa. Minuchin señala que este tipo de estructura ha de establecer problemas de comportamiento social al no respetarse la autoridad. Se llaman rígidas estas triangulaciones por la monotonía de los juegos que se realizan dentro de la familia.

La tercera categoría de la triangulación es la más compleja, es la triangulación patológica, se caracteriza por la falsa mutualidad, es decir, el hijo está triangulado en una relación de pareja disfuncional, sin embargo, muestran al mundo que es una pareja perfecta.

Juan Luis Linares habla de la *honorable fachada* y se adecúa claramente a este tipo de triangulación. Unos padres que ocultan al mundo su disfuncionalidad y usan al hijo para promover la idea de que todo está bien.

En este tipo de triangulaciones patológicas es muy factible el incesto y el maltrato físico. Las estructuras que devienen de esta triangulación han de definirse como personalidades limítrofes, paranoides, esquizotípicas y también depresivas.

Las consecuencias en la vida amorosa de estas personas son claramente nefastas, son las más desastrosas porque las demandas son ambiguas. La comunicación se focaliza desde el doble vínculo, por lo tanto, la construcción amorosa ha de derivar en hijos con imposibilidad de emancipación y desvinculación y lo más probable el desarrollo de cuadros sintomáticos altamente riesgosos con la vida.

CAPÍTULO 19

TIPOS DE COLUSIÓN

*Y las parejas, que creían amarse tanto...
No son más que dos tristes soledades,
acostadas en la misma cama, una al lado de la otra.
Michel Quoist*

La colusión más frecuente y más fácilmente comprensible es la colusión entre la personalidad histriónica y la personalidad obsesiva.

Hablemos de la estructura histriónica, una personalidad histriónica se organiza desde un apego inseguro ambivalente, en una triangulación perversa donde uno de los progenitores está colocado al mismo nivel de la persona, el otro está desplazado. La idea es que el progenitor que establece el vínculo romántico con el hijo o la hija, está muy decepcionado de su consorte, por lo tanto, en una especie de secuestro, lleva al hijo o hija a su nivel amoroso, estableciéndose así una configuración edípica.

El progenitor ligado con el hijo/a promete satisfacer las demandas afectivas y de identidad del hijo/a en una especie de decirle: *Yo te voy a dar lo que tu otro progenitor no te puede dar y en algún momento te voy a confirmar, voy a reconocerte como un ser existente.*

El otro progenitor no es víctima, es parte del juego. Se mantiene en la postura indefensa ante las arremetidas, muchas veces humillantes, que hace su pareja. De tal manera que el hijo/a contempla la indefensión de este progenitor. Es muy común que éste sea una persona con depresión o adicción al alcohol.

Por lo tanto, en la conciencia de formación del sí mismo, la persona histriónica rechazará el modelo sexual que le ofrece el indefenso progenitor. Esto deriva en un desconocimiento de lo que significa ser mujer o ser varón, mientras que espera recibir la satisfacción afectiva que le ha prometido su progenitor igualado.

También la triangulación es perversa en el caso de la personalidad obsesiva, la organización es similar. La personalidad obsesiva está nivelada con uno de los progenitores y el otro progenitor ha sido desplazado, por lo tanto, la diferencia con la organización histriónica se centra en la inteligencia y la perfección.

El progenitor que se encuentra al mismo nivel condena la incapacidad de ser perfecto por parte del hijo o hija y le muestra al hijo/a la organización estúpida que tiene el padre o la madre que han sido desplazados. Es como decirle al otro progenitor: *Mira, tu hijo es mejor que tú.* Entonces la inconveniencia de reconocer los logros del hijo radica en el hecho de que si se lo hace dejará de ser un modelo contrastante para el otro progenitor.

Ahora bien, cuando estas dos personalidades se vinculan amorosamente, la personalidad histérica exigirá del otro la satisfacción afectiva incapaz de llegar y el reconocimiento de su sexualidad, también incapaz de definirse.

Por su parte, la estructura obsesiva demandará de su pareja obediencia, ejercerá control y por supuesto una demanda permanente de valoración de sus logros, porque hay una insatisfacción ante la imposibilidad de ser perfecto.

Como se darán cuenta, este lazo se establece en un juego infinito porque ninguno de los dos estará satisfecho con las expresiones amorosas del uno o del otro.

Otra tipo colusión es la estructura narcisista con la estructura dependiente. En este caso, ambos provienen de triangulaciones rígidas. El narcisista es alguien que ha recibido adoración por parte de sus padres, usualmente sobreprotegido. Su presencia en la familia le da sentido al existir de los papás, entonces se sitúa encima de ellos condenado a negarse a sí mismo para satisfacer para siempre lo que los padres esperan de esta persona. Entonces aprende a ser admirado, existir solamente cuando logra lo que los padres esperan de él o ella.

En la estructura dependiente también existe una organización triangular rígida, la diferencia está en que la persona dependiente se sitúa en una postura de protección hacia los padres, padres también indefensos pero que a diferencia del narcisista, no centrarán su vida en los logros del hijo/a sino en la necesidad de recibir protección por parte de esta persona. También ocurre en algunos casos que esta persona ha aprendido a proteger a los hermanitos ante la ineficiencia de los padres.

Por lo tanto, el narcisista buscará ser admirado y la persona dependiente buscará ser protegida, cuando estos dos se encuentran la vinculación se enmarca en un juego también infinito.

Cuando la personalidad dependiente por cualquier circunstancia, muestra atisbos de igualar al narcisista, o peor aún, superarlo, lo que hace la persona narcisista es vincularse con una persona externa a la relación. Narcisismo define necesariamente infidelidad. Es una infidelidad focalizada en la búsqueda de ser admirado.

Pasemos a otra colusión también frecuente: personalidad evitativa y personalidad paranoide. La organización de la personalidad evitativa pertenece a una triangulación de tipo rígida. Se trata de una persona generalmente vinculada fuertemente con uno de los progenitores, que se caracteriza por ser alguien gobernado por el miedo.

En los casos más dramáticos se trata de una madre o un padre con trastorno de angustia agorafobia, de tal manera que el niño o la niña aprende por un lado a evitar las crisis de la madre o del padre con esta dificultad, y por otro, a asimilar que el mundo es peligroso porque es el mensaje cotidiano. El otro progenitor que también está indefenso es incapaz de romper esa vinculación ceñida por el miedo.

La personalidad paranoide es muy parecida a la evitativa, la diferencia es que la amenaza es externa, el mundo es peligroso y por lo tanto puede hacernos daño. En la personalidad evitativa, el mundo es peligroso, hay que evitarlo.

En la personalidad paranoide, el mundo es peligroso hay que destruirlo. La organización se fundamenta en una estructura de índole obsesiva, de tal manera que la personalidad paranoide está empecinada con la perfección absoluta, a lo que debemos añadir la susceptibilidad, la desconfianza, el terror. Son personalidades muy violentas, por cierto, generalmente provienen de familias muy violentas.

Entonces cuando estos dos personajes establecen un vínculo amoroso, se forja una colusión casi perfecta. La personalidad evitativa busca a alguien que la proteja del mundo y la personalidad paranoide busca alguien que coincida con sus delirios de que el mundo es peligroso.

Ambos ingresan en una vinculación apasionada, ambos se han de sentir satisfechos, son cómplices en contra del mundo hasta que la persona evitativa comete un desliz, de tal manera que el paranoide percibe que deja de ser necesario en la vinculación de protección y de cuidado. O bien, la personalidad evitativa aprende a enfrentar el miedo, situación que desconsuela tremendamente al paranoide, quien ha de demandar dominio y control en su pareja.

Pasemos a la siguiente, se trata de la personalidad esquizoide vinculada con la personalidad histérica. Esta es una colusión muy patética porque habrá violencia. Es simplemente comprender que la persona esquizoide proviene de una organización triangular patológica, de índole rígida, es narcisismo más aislamiento.

Entonces son personalidades que han aprendido a encerrarse en sí mismas y en el entorno laboral generalmente. La personalidad histérica se siente atraída por alguien con estas características porque aparentemente le ha de ofrecer tranquilidad y estabilidad sexual, lo cual no ha de pasar.

La personalidad esquizoide se ha de sentir invadida por las actitudes y conductas de la personalidad histérica, terminará pues golpeándola y humillándola. Varios estudios muestran que la organización esquizoide es una de las patologías más vinculadas con la violencia en la relación conyugal.

Luego tenemos la colusión entre la personalidad límite y la personalidad antisocial. La personalidad límite buscará alguien que no la deje, por lo tanto, acepta cualquier tipo de persona que se acerque con intenciones sexuales y/o afectivas.

La personalidad antisocial busca alguien a quien someter, humillar y a quien dominar. Por lo tanto, la colusión es pues perfecta. La personalidad límite se caracteriza por dificultades en

la regulación emocional, mientras que la personalidad antisocial, se caracteriza por el excesivo control emocional, entonces a uno le falta lo que al otro le sobra.

La vinculación amorosa se centra en el apasionamiento, en actividades sexuales frenéticas, de tal manera que el antisocial ha de llenar sus expectativas perversas. La triangulación de ambos es patológica y el subtipo dependerá de la triangulación escondida dentro de esta patología, ya sea perversa o rígida.

CAPÍTULO 20

TERAPIA DE LA COLUSIÓN: SEGUNDA ETAPA

*Cuando la princesa besa al sapo,
no es el sapo que se transforma en príncipe,
sino ella la que se transforma en sapo...*
Roberto Shinyashiki

Recapitulando, la primera etapa es la del diagnóstico, diagnóstico personal, familiar y conyugal. Una vez que hemos establecido el diagnóstico de la colusión, trabajaremos en la segunda fase: la develación del juego familiar.

Recordar el principio que nos indica que: *En un mundo azul, es imposible el concepto de azul*. Este principio lingüístico se aplica a la patología de la colusión.

-¿Por qué no son reflexivos quienes padecen de un trastorno de personalidad?

-¿Por qué si a los ojos de los demás es evidente el sufrimiento conyugal, ellos continúan en la relación?

-¿Qué hace con que no puedan romper?

-¿Qué hace que cuando están juntos se asfixian y cuando están separados, se extrañan?

Los miembros de la pareja han sido triangulados en su familia de origen, los padres no han sido capaces de amarlos. Por lo tanto, no han sido capaces de dotarles de una identidad. Identidad que se ha visto resquebrajada ante la necesidad de ser amados, entonces se han ido desarrollando dentro de un esquema cognitivo fundamentado en mitos familiares, en creencias familiares y en expectativas familiares que denotan disfuncionalidad.

Andolfi ha aplicado los principios de la teoría de los mitos, proveniente de la literatura y antropología a la comprensión de los mandatos familiares. Estos mandatos están en directa relación con la necesidad de sostener el mito, porque el mito familiar equilibra el sistema familiar.

Un mito es una mentira verdadera, es una construcción social para explicar lo inexplicable. Tanto la familia como la sociedad está plagada de mitos, sin embargo, las leyendas han de confirmar los mitos y han de otorgar el camino por el cual las personas alcanzarán la realización del mandato que le obliga el mito.

La leyenda son los ejemplos en la familia que justifican el mito. En cuanto a las triangulaciones patológicas, son familias que pertenecen a mitos, diríamos desastrosos, destructivos.

Entonces la incapacidad de haber logrado la satisfacción de la concreción de los mandatos, los padres esperan que los hijos cumplan aquellos mitos. Los mitos al ser mentiras verdaderas, son apreciaciones tácitas de construcciones de realidad absolutas, por ello es imposible contradecir un mito.

La disonancia cognitiva que se produce ante la evidencia del contraste, genera más bien una reafirmación del mito. El adolescente fracasará en su intento de remover los mitos familiares cuando estos pertenecen a familias disfuncionales.

En las familias disfuncionales, la revolución de los adolescentes conlleva un cuestionamiento por parte de los padres de aquellos mitos que establecieron el sentido de sus vidas. Por esa razón, las personas son irreflexivas, porque no pueden darse cuenta de los errores lógicos en el establecimiento de sus conductas y de sus expectativas afectivas porque no tienen con qué compararlas.

Su vida se ha visto dentro de un juego, un juego que ha gobernado la cotidianidad de sus vidas, un juego con la esperanza de ser queridos. Esta esperanza de ser queridos ha de trasladarse a la vinculación romántica con el otro y el otro está en las mismas. Una esperanza que nunca fue satisfecha.

Por lo tanto, la primera etapa de la terapia de la colusión es mostrarles a ambos miembros de la pareja, el juego al que cada uno estuvo sometido. Es importante la presencia del otro, no como un testigo solamente, sino como un interlocutor que conoce muy bien las carencias del otro.

Entonces, el cónyuge nos ayudará en la clarificación de la triangulación de la cual proviene su pareja. Develar el juego es una tarea delicada si es que uno no realiza fuera del contexto pertinente para realizarla. Puede uno darse cuenta fácilmente del juego en las primeras sesiones pero es un error develarlo mientras no estemos seguros de que las personas van a poder digerir tamaña historia.

-¿Por qué esa historia trágica? Porque es reconocerse vacío, hemos sido víctimas de un juego, nuestros padres no nos amaron, nos usaron. Esta conclusión a la cual llegará la persona triangulada cuando se deleve el juego, consecuentemente generará dolor. Un dolor que si no encuentra contención habrá más bien generado más problemas de los que había.

La develación del juego deberá realizarse cuando hemos logrado de alguna manera que la pareja abandone el juego de competencia y esté en un juego de colaboración. Cuando ambos sean cómplices aunque sea en pequeñas cosas porque si yo develo el juego de uno de los miembros de la pareja en medio de la lucha de poder, el otro usará la develación como

instrumento de guerra y destruirá definitivamente a su pareja. Pero si estamos en el trabajo terapéutico de la complicidad usualmente generada a través del amor a los hijos, la pareja deberá ver en el otro alguien que le apoya, alguien que le acompaña.

Otro aspecto que podemos considerar importante para la develación del juego es que hayamos conseguido ciertos niveles de consuelo de uno hacia el otro cónyuge, no importando cuál sea la pérdida, lo que necesitamos es que uno y otro se puedan consolar. El dolor común permitirá la complicidad.

Entonces será importante trabajar en la complicidad de la pareja para conseguir cuando develamos el juego la protección, el cuidado y el consuelo del otro. En terapia individual esto es más complicado porque no podemos contar con la contención del cónyuge.

Una vez que hemos logrado la complicidad a través de la liberación de un tercero, o la presencia del dolor en uno o ambos congéneres, develamos el juego. Lo debemos hacer con mucha ternura, con mucha contención. Debemos entender que tal vez no sea en un sólo momento que podamos trabajar en el juego familiar.

El paciente requiere de tiempo para digerir cada una de las intervenciones que hagamos de la develación del juego. Sólo vamos a estar lo suficientemente seguros de que la persona ha reflexionado sobre el juego cuando se perciban cambios en la actitud hacia sí mismo en nuestros pacientes.

La confrontación con el vacío conlleva desesperación, tenemos que estar seguros que vendrá finalmente la reconciliación consigo mismo. Un terapeuta novato puede develar el juego sin saber lo que está haciendo y luego observar que el paciente se va estabilizando paulatinamente.

Es un momento crítico, por eso es importante tener la seguridad de que el cónyuge va a estar presente para consolarlo. Otro dato importante es que usualmente la persona con quien comenzamos es la persona que tiene menos sufrimiento que el otro. El que tiene menor sufrimiento se entrega a las intervenciones de confronte realizadas por el terapeuta con mayor facilidad que aquel que tiene dolores más profundos.

Entonces, una vez que estamos seguros del juego, develarlo significa trabajar en los eventos que la persona nos ha contado acerca de la relación con las personas significativas de su familia. Por ejemplo en una triangulación histórica la persona deberá reconocer que el progenitor que le prometió la realización plena, es la persona que la usó en contra de aquel progenitor que se desechó.

En una triangulación de tipo histórica, la palabra clave es reconocimiento. En una triangulación de tipo dependiente es protección. En una triangulación de tipo narcisista es realización.

Reconocimiento porque nadie te reconoció, porque tuviste que abandonar tus sueños para satisfacer las expectativas de tu progenitor, sin darte cuenta que al hacerlo perdías el amor de aquella persona que tu progenitor dejó de querer, ósea tu madre o tu padre.

Entonces cómo esto derivó en las angustias que viviste desde niño, en la soledad que sentiste, en la rabia, en la culpa, en la sensación de abandono, etc., dependiendo de la estructura de personalidad básica.

En el trastorno límite es el miedo al abandono y la angustia. En el trastorno dependiente es la necesidad de ser protegido proveniente de descuido. En la personalidad evitativa el miedo, en la narcisista la obligación de ser lo que los demás esperan.

Por lo tanto, las patologías asociadas a los trastornos derivaran en la carencia que cada uno de los miembros de la pareja tiene en su vida. El núcleo de la carencia lo explica todo, es el centro de un rompecabezas. El paciente entenderá por qué busca ser reconocido por los amigos, por qué tiene miedo a la traición, porqué es desconfiado en el trabajo.

El núcleo afectivo que define nuestro *sí mismo* se vincula con el estilo de apego y del juego familiar en el cual hemos sido introducidos. El paciente deberá reconocer que el juego en el que se metió no fue su responsabilidad, fueron los padres quienes lo convocaron al juego de la relación de ellos.

Considero que por un lado, el paciente reflexiona sobre su incapacidad de ser independiente de los demás, de su incapacidad de perseguir sus sueños, desechando aquellas pesadillas que le obligaron a realizar.

Esto es muy importante, retomaremos la teoría de Guidano en cuanto a la construcción del sí mismo. El paciente independientemente a su edad podrá retomar el sentido de su vida pero debe para ello desvincularse, si no se desvincula la persona es incapaz de perseguir sus propios sueños. Seguirá con la sensación de deuda, con la sensación de esperanza, con la sensación de decepción, de traición si es que no comprende que fue víctima de un juego.

El cónyuge escuchará toda esta historia y reflexionará sobre sí mismo también y comprenderá como lo hará la persona a la cual estoy ejemplificando el juego que repite en su vinculación conyugal, ¡no lo debemos decir!

No debemos decir en este momento *te das cuenta que lo que viviste en tu familia es lo mismo que estás viviendo en tu familia actual*. No, porque aún no hemos trabajado con el otro miembro de la pareja. Si hacemos eso podemos invertir la relación de tal forma que el bueno sea el otro cónyuge y el malo sea a quien hemos develado el juego.

Durante este proceso es importante, en los bloqueos de la persona, permitir que el cónyuge intervenga, que el cónyuge dé su opinión porque él conoce la historia, ha visitado a la familia del otro o en algunos casos más dramáticos, vive con la familia del otro.

Debemos permitir las apreciaciones, no centrarnos rígidamente en lo que pensamos, podemos estar equivocados. Puede que no hayamos acertado al explicar el juego, puede que nos hayamos apresurado. ¡Calma! Retrocede, reconoce tus fallos, no tengas miedo a retroceder. Deberías más bien tener miedo a avanzar sin que estés ayudando a la pareja.

Recuerda que no hay resistencia, hay malos terapeutas. Entonces si el paciente no asimila tu intervención es que tú estás haciendo las cosas mal, no el paciente.

Una vez que hemos trabajado entre los tres en la historia de la familia, puede ayudarte el uso del genograma. Me gusta mucho que traigan fotografías de su historia, fotografías de sus padres, de sus abuelos, de ellos cuando eran niños y con las fotografías armamos el genograma pero cada uno puede utilizar los recursos simbólicos que aprendemos en teoría sistémica para que el genograma facilite la comprensión del juego familiar en el cual la persona se encuentra.

Recomiendo utilizarlo después de que hemos trabajado verbalmente en el desarrollo de los temas centrales de la familia porque una vez que hemos identificado que nuestros padres nos han triangulado, sino comprendemos que ellos también han sido víctimas podemos culpabilizarlos y generar rencor hacia los papás y ese no es el objetivo.

El paciente debe comprender de dónde viene esa necesidad que tuvieron los padres para involucrarlo en el juego. Hecho esto procederemos a la develación del juego del otro cónyuge. Es interesante, en mi práctica pude observar que no es necesario decir: *Bien, ahora te toca a ti*, sino que la otra persona por sí sola va introduciendo aspectos de su propia historia. En los casos más interesantes se han ido intercalando el juego de uno con el juego del otro.

CAPÍTULO 21

TERAPIA DE LA COLUSIÓN: TERCERA ETAPA

*¿Cómo nos deshacemos de la pasión?
Preguntó el monje.
¿Por qué deberíamos deshacernos de la pasión?
Chao-Chou*

La primera etapa es el diagnóstico personal, familiar y conyugal. La segunda etapa es la develación del juego, que terminará con el perdón hacia los padres. Dos advertencias: la primera, no se trata de centrarnos en el trauma, no debemos caer en el error de pensar nuevamente de manera causal, la identificación del trauma no deriva en la sanación de la persona. Es más, hoy sabemos que puede empeorar la situación del paciente.

No debemos creer que necesariamente en el juego familiar haya un trauma. Si lo hay, ha de derivar en construcciones de personalidad más complejas pero aun así, el trabajar en el trauma no resuelve nada.

Por lo tanto, es difícil para los jóvenes terapeutas abandonar el pensamiento causal. A veces creen que la triangulación significa algo simple como que los padres generan problemas en los niños. No es así, es un juego familiar en el cual el niño también participa, si bien es víctima, para mantener el equilibrio familiar, el niño tiene que asumir su función de triangulado.

La segunda advertencia tiene que ver con el perdón, no necesariamente se deberá perdonar a los padres. El terapeuta no debe forzar ni el perdón, ni el desprecio, ni el odio. El terapeuta simplemente debe acompañar el proceso de comprensión que el paciente haga de la vinculación patológica con sus padres.

En el caso del perdón, ayuda el uso de cartas y realizar algunos rituales. En algunas ocasiones vale la pena conversar con los padres, con los tíos o abuelos participantes de las experiencias del paciente. El cónyuge deberá apoyar este proceso, no es terapia individual con un espectador, es terapia de pareja.

En ningún momento se debe abandonar los principios de reciprocidad, los principios de los juegos y de los tipos lógicos. En esta etapa, a veces puede ocurrir que los hijos boicoteen el proceso terapéutico de los padres porque al notar los cambios se desestabiliza el sistema.

No es inadecuado convocar a sesiones a los hijos, hacer sesiones con los hermanos, hacer también algunas sesiones de terapia familiar para evitar este tipo de boicot que probablemente pueda ocurrir.

También he comprendido la importancia de las personas externas a la familia, los amigos pueden estropear nuestro trabajo terapéutico. Por lo tanto, dependiendo de los casos, se podrá convocar a los amigos. En fin, esto dependerá de cada caso, sin embargo no debemos perder de vista la posibilidad de disturbios en los otros sistemas, a partir de los cambios de la relación conyugal.

Recordemos que la colusión se produce por la manifestación de carencias afectivas en la historia personal que repercuten en la relación actual. A partir de esta premisa abordamos la tercera etapa.

La teoría indica que necesitamos satisfacer esas carencias, no es suficiente la reflexión. Ahora la persona está vacía y es el momento en que el cónyuge deberá dar aquello que le ha perdido siempre.

Por ejemplo, si la demanda es protección, la pareja debe proteger. Los ayudaremos con la lectura de sus discursos. En el ambiente terapéutico, el terapeuta debe activar la manera de actuar del otro a partir de la demanda recibida.

Si el paciente está llorando porque reconoce su soledad, inmediatamente le preguntaré a la pareja: *¿Ganas de qué tienes al ver a tu esposo llorar?* Ayudar a la persona a activar el consuelo, la comprensión, el silencio y la compañía. Puedes ver al paciente como si fuera un niño. Eso te permitirá sentir compasión y te ayudará a pedirle al otro que lo haga. No lo debes hacer tú, es un error, lo debe hacer el cónyuge y debes trabajar con ahínco hasta que la pareja sea capaz, delante de ti, de ofrecerle al paciente aquello que necesita.

En la mayoría de los casos, yo no he tenido que intervenir para que el otro active el consuelo, el otro simple y llanamente reacciona. Recuerdo un caso en el que una persona de estructura dependiente, jamás había recibido agradecimiento y su pareja se puso de rodillas delante de ella y le dijo espontáneamente: *Yo te agradezco todo lo que has hecho por mí.*

Interviene diciendo: *Cuando pienso en ti de niño, me da pena,* luego le preguntas inmediatamente al otro: *¿Tú qué sentirías si estuvieras con él en su infancia?* O en otra circunstancia: *a mí me da mucha rabia lo que hizo tu papá. ¿A usted que le ocasiona?* Supongamos que la persona dice si, entonces inmediatamente preguntar: *¿Ganas de qué le da?* A partir de ese *¿Ganas de qué le da?* nace la respuesta referida a la actitud que en ese momento se deberá asumir. Por ejemplo, *¡me da ganas de detener a ese papá!* *¿Y en relación al niño, qué siente? Lo veo indefenso ¿Ganas de qué le da? De estar a su lado. ¿Qué le dirías?* Y una vez que la persona dice lo que le diría al niño, yo le pido inmediatamente, *díselo en este momento a tu pareja.*

Son sesiones de un alta intensidad, en algunas ocasiones te llevará más de una hora un trabajo cuando has empezado a mostrar lo que el otro necesita. Por supuesto ya habrás comprendido lo que sigue, es invertir los papeles.

Es indispensable regular lo que van a hacer al salir del consultorio, es conveniente señalar la importancia de no discutir los sucesos de la sesión fuera de ella. También recordar que esto puede desalentar las funciones parentales al concentrarse en la relación conyugal, por ello los hijos podrían revolucionar la familia para evitar el reencuentro de los progenitores.

La cuarta etapa, después de un tiempo de trabajar en los aspectos afectivos relacionados con el apego, llega el momento en que la pareja entra en un impase.

La etapa de impase hace referencia al desencanto, la pareja ha estado viviendo una ilusión fundamentada en una esperanza vana, por lo tanto, no han sido capaces de enfrentar el desencanto, de darse cuenta que el otro no es lo esperado. Es una etapa que ha estado estancada en el ciclo vital de la pareja, por lo tanto, el terapeuta debe entender eso, porque en esta etapa las parejas usualmente plantean la separación. ¡Alto! ¡Cuidado! Porque se trata ahora de lo mismo que enfrentamos con una pareja funcional en la etapa del desencanto, el aprender a amar al otro.

Cuando llegamos al punto del desencanto es importante retomar la historia de la relación de pareja, enfatizando los aspectos positivos. *¿Qué fue lo que te gustó de él? ¿Qué fue lo que esperabas de él? ¿Qué admirabas de él?* Luego pasar con las mismas preguntas a la otra persona.

Debemos poner a prueba la relación amorosa y la pertinencia del matrimonio. La teoría de los tipos lógicos en este momento es el recurso más importante: pareja, matrimonio, padres.

Si los hijos están con problemas, es el momento de trabajar en la pareja como padres. Trabajamos en la pareja para que en la función de padres se hagan cómplices. Nos avocamos a las conductas negativas de los hijos, vislumbrando la recuperación positiva de ellos, luego abordaremos los problemas del matrimonio, la convivencia, los límites a los padres, amigos, los hábitos, manejo del dinero, el contrato matrimonial en sí.

Ya hemos trabajado en la pareja, ya hemos trabajado en el amor, entonces no vale la pena volver una y otra vez a los mismos temas, no mires el retrovisor. Concretadas las exigencias infantiles, se debe mirar hacia el frente, no hacia atrás.

Es el tiempo de la terapia centrada en soluciones, de la terapia estratégica, de la terapia centrada en el problema, de la terapia cognitiva-relacional, en fin, de aquellas técnicas terapéuticas que usamos generalmente en las parejas funcionales.

Entonces no tener en este momento ningún resquemor en introducir las técnicas terapéuticas de nuestra predilección, considerando si esta pareja se ha de consolidar como pareja, como matrimonio, si esta pareja a pesar de todo va a poder trabajar como padres o plantear el trabajo para la ruptura.

CAPÍTULO 22

COMUNICACIÓN EN LA TERAPIA DE PAREJA

*El amor consiste en comunicación
de las dos partes, es a saber, en dar
y comunicar el amante al amado lo
que tiene o de lo que tiene o puede,
y así, por el contrario, el amado al amante;
de manera que, si el uno tiene ciencia,
dar al que no la tiene, si
honoros si riquezas, y así el otro al otro.
San Ignacio de Loyola*

Uno de los trabajos más difundidos de la Escuela de Palo Alto fue el desarrollo de la Teoría Humana de la Comunicación, dando lugar a sus cinco axiomas:

1. La imposibilidad de no comunicar. El mensaje depende de la interpretación de quien lo recibe y no de la intención de quien comunica. En la relación de pareja es la fuente de los malentendidos. Conlleva a la creencia errónea de los mensajes emitidos como perfectos, sin considerar la presencia del ruido ocasionado por las fuentes referenciales diferentes en cada uno de los interlocutores y el procesamiento de la información necesariamente sesgado por las condiciones de interpretación de cada quien. A mayor vulnerabilidad del vínculo, mayor es la rigidez de quien envía el mensaje, incapaz de comprender este primer axioma expresado en su extremo como: el no comunicar es comunicar la no comunicación.
2. La interacción entre contenido y relación. El contenido hace alusión a los elementos semánticos del mensaje, lo que se quiso decir, aspecto donde el significado es el fin de la expresión. Por su lado, la relación se refiere a los elementos políticos del mensaje, esto es, la ubicación en cuanto al dominio de cada uno de los participantes. La relación se establece por los factores paraverbales: gesticulación, entonación y proxemia. Los gestos del rostro y las expresiones de las manos pueden enfatizar o disminuir el contenido emocional de una frase, lo mismo que la entonación. A estos se acompaña el distanciamiento o acercamiento del cuerpo hacia el otro. En la pareja es común la confusión entre el contenido y la relación, un tema manejado a nivel semántico puede ser interpretado en el político y viceversa.
3. La secuencia de hechos. La comunicación se forja en un continuo donde hay un elemento activador de otro elemento. Se trata de un proceso de retroalimentación, donde una expresión activa otra y esta otra hasta el infinito. El error comunicacional estriba en identificar la causa, sin comprender la circularidad de la comunicación. El ejemplo dado por Watzlawick es el siguiente: la esposa señala al esposo como un

renegón empedernido, mientras él la considera una mujer fría. Los acontecimientos en la secuencia de hechos es el siguiente: él se enoja ante la frialdad de la señora, ella se enfría ante el enojo del señor, situación dada en una espiral infinita.

4. Existen dos maneras de organizar la información: digital y analógica. En el primer caso los mensajes se organizan en un sistema de correspondencia unívoca, es decir significan una cosa nada más, en cambio en la comunicación analógica el significado es múltiple o polisémico. Lo no verbal tiende más hacia la analogía pero no siempre pues existen señales corporales digitales, como levantar el pulgar significa bien hecho, o levantar el dedo del medio indicando una grosería. De la misma manera en el ámbito verbal existen figuras analógicas como las metáforas y metonimias. El doble vínculo es una patología de la comunicación, donde el mensaje digital enunciado paralelamente al analógico contradiciéndose mutuamente, esta patología es común en familias con algún miembro gravemente perturbado.
5. La relación puede ser simétrica o complementaria. Es el estilo político de la interacción. En el vínculo simétrico ambos interlocutores están al mismo nivel de poder, mientras en el complementario uno domina sobre el otro. La funcionalidad está en la flexibilidad de estas formas de relacionarse, la pareja actúa de una manera en determinada circunstancia y lo hace de la otra en situaciones donde es pertinente actuar de esa manera. Juan Linares identifica los dos tipos de violencia conyugal en la violencia castigo asociada a la complementariedad y la violencia agresión en la relación simétrica.

Durante la terapia de pareja, el terapeuta debe estar atento a los errores de comunicación resultantes de la alteración en cada uno de los axiomas. Se deben señalar los altercados generados y explicar el error, posteriormente se pide a los miembros de la pareja la repetición del intercambio de información siguiendo las normas de los axiomas.

CAPÍTULO 23

RUPTURA AMOROSA

*Sólo hay dos caminos:
sufrir o convertirse
en profesor del sufrimiento de otros.
Kierkegaard*

Algunos autores han planteado a la ruptura amorosa como si esta fuese un duelo, por ejemplo el autor Jesús García la sugiere como una *experiencia de pérdida en un proceso de duelo con manifestaciones de tristeza y sensación de abandono, inmediatamente después a la separación*. Otros autores que han seguido esta línea como Rodgers y Cook manifiestan la presencia de tristeza, enojo, distracción, pensamientos inquietantes, además de alteraciones de la memoria y otras funciones.

Se plantea en ese sentido que se trata de un proceso que requerirá tiempo para generar adaptación. Concebir desde este punto de vista a la ruptura nos ubica en los modelos de Parker cuando sugiere el síndrome asociado al duelo.

En mi experiencia terapéutica he fracasado en el manejo de la ruptura amorosa como duelo, generalmente los pacientes trabajaban por sí solos aquellos elementos que por supuesto no coincidían con mi trabajo en ese momento u otros abandonaban la terapia, mientras la mayoría resolvía su proceso independientemente a mis intervenciones.

Con el tiempo fui reflexionando sobre el problema e investigando artículos en revistas especializadas, así tropecé con la teoría de Pauline Boss sobre la pérdida ambigua. Esta terapeuta familiar e investigadora ha sugerido el concepto de pérdida ambigua para referirse a aquellas pérdidas que no están claras.

Hace referencia a la incertidumbre sobre el estado de un ser querido ausente o presente. No es posible saber si la persona está viva o muerta. La persona está presente pero psicológicamente ausente, o está físicamente ausente pero emocionalmente presente. La ambigüedad congela el proceso de duelo y bloquea el afrontamiento, el cierre se hace imposible porque una ruptura amorosa nunca se cierra.

Esta visión me permitió abordar el problema de la ruptura desde otro tipo de enfoque, es un marcharse sin decir adiós o decir adiós sin marcharse. Los dos tipos de pérdida ambigua. Las dos formas de pérdida ambigua se viven durante la ruptura amorosa. El periodo previo a la ruptura define una relación donde la persona está presente físicamente pero psicológicamente se ha ido. Cuando nuestra pareja está ahí pero hemos dejado de sentir cualquier tipo de involucramiento con ella. Esta etapa puede prolongarse durante años, sobre todo en matrimonios en el pre divorcio.

Las dificultades de la ruptura se deben a la presencia de los niños y otros factores que pueden estar jugando el papel de mantener a la pareja cuando no hay otra alternativa. Es una etapa dolorosa. En el noviazgo, la pre ruptura ha de durar menos tiempo que en el matrimonio pero de igual manera se tiene esa sensación de que el otro está pero no está.

Conlleva a la esperanza o a la ceguera voluntaria cuando las personas prefieren mantener el vínculo a pesar de ya no experimentar la sensación placentera de estar junto al otro. Tiempo usual para la infidelidad, en algunos casos el amante o la amante llena ese vacío producido por la sensación de ausencia en presencia.

El momento de la ruptura propiamente dicha ofrecerá la aparición del otro tipo de pérdida ambigua: La persona no está pero está. Cuando independientemente a los motivos de la ruptura la persona puede pensar que la decisión de ruptura es lo mejor y aun así mantener tiempos de nostalgia.

Por supuesto, cuando uno de los dos se queda amando, el sufrimiento se hace más intenso e insoportable, es muy parecido al fenómeno del miembro fantasma, cuando a una persona se le amputa un miembro, la persona tiene la conciencia de que ese miembro está presente, puede sentir adormecimiento, cosquilleos, dolores pero no está el miembro.

Es probable que en el cerebro las cosas sucedan de la misma manera ante la ruptura. Recordemos que el cerebro va forjando una imagen del otro, imagen que se torna parte de la relación de la persona con el mundo.

Entonces es posible que el cerebro ante la pérdida del otro mantenga la sensación de presencia, independientemente a los factores neurológicos que deberán ser investigados. Quien sufre una experiencia de ruptura mientras ama y el otro se va, demorará mucho tiempo en procesar la ausencia.

He mencionado dos sentimientos frecuentes en la ruptura: Nostalgia y esperanza. Nostalgia por lo que ya no es y fue y esperanza porque tal vez la otra persona retorne en una especie de síndrome de Penélope. Quien se queda amando, mantiene a pesar del tiempo transcurrido, la sensación del retorno del otro.

Seguramente ya lo pensaron, el estilo de apego juega un papel determinante durante la ruptura. Ese papel es francamente solucionable en personas con apego seguro. El apego ha establecido la sensación de esperanza, por lo tanto, quien rompe habiendo estructurado en su vida un estilo de apego seguro, sufrirá mucho en la primera etapa pero paulatinamente irá aceptando que el otro tiene derecho a rechazar estar con uno o que uno tiene derecho a alejar a aquella persona que ya no amamos.

La esperanza juega un papel fundamental durante la pre ruptura y finalmente se apaga durante la ruptura. El apego inseguro proporcionará menos recursos para procesar de manera

adaptativa la ruptura. En ese sentido, considerando el apego adulto inseguro: Está el preocupado, el huidizo o desdeñoso y el temeroso.

En la organización del apego preocupado, la persona oscila entre la esperanza y la decepción, confundiendo al terapeuta que no reconoce este estilo de apego. Las oscilaciones pueden extenderse o reducirse, la esperanza durar un gran tiempo y luego aparecer el desprecio o en un día tener las dos experiencias casi al mismo tiempo en una especie de trastorno del amor bipolar, los de apego temeroso un día quieren volver y pronto desisten de hacerlo.

El apego huidizo o desdeñoso en el adulto conlleva a una parálisis emocional, una especie de shock indefinido. La persona aparenta no sufrir la ruptura, la gente la tildará de fría ante una experiencia de ruptura. Es como una olla a presión que ante la inminente falta puede estallar, estallar con crisis emocionales, ideaciones suicidas o inclusive desesperación que puede llevar al asesinato.

El apego temeroso es el que aqueja a aquellas personas que mantienen la idea de que van a volver con la persona que se ha ido. No hay forma de que estas personas acepten el derecho de dejar de ser amadas.

Dependiendo del estilo de apego el afrontamiento en la ruptura amorosa ha de variar. De cualquier manera es importante reconocer que no lloramos por la persona que se ha ido, lloramos por lo que se ha llevado de nosotros. Y en la ruptura funcional convencional es un llanto que tiene que ver con la partida, porque cuando encontramos a alguien para amar, lo hacemos en un momento de integridad, cuando esa persona se va retornamos a ese momento y podemos seguir nuestra vida.

Sin embargo, si la relación se inicia en un momento de crisis, cuando el otro se va, volvemos al estado de crisis y esto es lo que hace la ruptura insoportable. La ruptura es haber dado fin a un vínculo romántico, detener el amor durante un momento del ciclo vital de la pareja.

Por ello, la ruptura también tendrá que ver con el momento del ciclo vital. Existe un síndrome asociado con la ruptura, se llama el síndrome de la ruptura amorosa, un trastorno cardiaco, generado por el alto nivel de estrés que produce la ruptura. Este síndrome fue identificado durante los periodos de ruptura en el noviazgo, es así de dolorosa la experiencia.

He esbozado un modelo de las etapas de la ruptura que pueden servirnos como pauta a la hora de la terapia, son tres los momentos: La anticipación de la pérdida, la ruptura y la pérdida propiamente dicha.

Durante la anticipación de la pérdida debemos evaluar el pronóstico de la relación amorosa escuchando al cónyuge cuando se está produciendo la ruptura, mientras se mantiene la relación. Puede darse en dos circunstancias: La primera durante el proceso terapéutico de la pareja y la segunda cuando nos busque uno de los miembros de la pareja ante la decisión de la ruptura pero conviviendo y manteniendo el vínculo amoroso con el otro.

Si acontece la ruptura durante la terapia de pareja, las cosas se facilitan porque podemos tener una idea de la historia de uno y del otro cónyuge y la construcción que ambos hicieron de su vinculación, de tal manera, que evitaremos lastimar con nuestras intervenciones a uno o al otro, facilitando el afrontamiento de su decisión.

Cuando viene la persona a la consulta y mantiene un vínculo con su pareja, nosotros debemos escuchar a la pareja antes de comenzar a trabajar el proceso terapéutico en la persona que nos busca, esto por motivos éticos y también técnicos. Éticos porque no está bien trabajar en contra de alguien que no está presente en la sesión y técnico porque la ruptura se ha de facilitar cuando el terapeuta establece una estabilidad en la relación terapéutica, si he escuchado a uno debo escuchar al otro para no generar desequilibrio que puede derivar en violencia.

Entonces el proceso terapéutico se debe asumir de esa manera cuando la persona aún mantiene el vínculo con el otro. Situación diferente a aquella en la cual el paciente ya ha generado un proceso de distanciamiento con la pareja. En esos casos es un error convocar al otro porque podemos a través de esa convocatoria generar ilusiones o mantener un vínculo patológico en una colusión.

Si el paciente está en proceso de ruptura, ya no vive con la persona, entonces debemos escuchar sólo a la persona. Eso va a permitir determinar el pronóstico. Algunas parejas se equivocan al plantear la ruptura cuando no reconocen en su relación simplemente una etapa que está llevando a otra.

Esto es fundamental en la terapia del divorcio, entonces derivará nuestra intervención en la reconciliación o la ruptura en función a dicho pronóstico. Si se produce la ruptura, durante el proceso, debemos facilitar los procesos emocionales involucrados en el afrontamiento.

Aprender a contener y consolar es indispensable en los jóvenes terapeutas. Evitar trabajar en el cierre porque una pérdida ambigua nunca se cierra. El trabajo debe dirigirse hacia dos factores: El factor de las cosas buenas vividas y el factor de las cosas malas.

La persona debe atesorar los momentos positivos, de tal manera que ahí entenderá porqué a veces le invade el corazón la nostalgia. La nostalgia es señal de que la persona en su momento amó y fue amada, y aquello confunde porque queremos desechar todo inclusive lo bueno.

Rememorar lo positivo es parte indispensable en el proceso de perdón como veremos más adelante. Luego trabajar la vergüenza, la culpa, la rabia y el dolor que subyace a estos sentimientos, que están asociados a los momentos negativos.

La frase: *Si yo hubiera hecho tal cosa u otra* va a ir mermando los sentimientos de culpa, confundiendo a la persona y alejándose del dolor, lo que prolonga el sufrimiento. La vergüenza es por supuesto un sentimiento inevitable. La vergüenza por haber establecido ante el mundo ciertas esperanzas y tener que afrontar la ruptura. La vergüenza ante los hijos

si los hay, la vergüenza ante la familia de origen, la vergüenza hacia la familia del otro. Es muy importante trabajar en ella, recordar que la vergüenza está escondida siempre detrás del orgullo.

El orgullo es una defensa del yo para protegerse del dolor. Vergüenza y culpa, por lo tanto, son sentimientos naturales en el proceso de ruptura pero muy perjudiciales. Abordar el dolor sólo se ha de conseguir si se reconoce la nostalgia por los eventos positivos y la rabia por lo que se perdió.

De ahí que la ambivalencia de las emociones se ha de clarificar si empleamos la lógica de los tipos lógicos, una cosa es la nostalgia y otra cosa es la rabia. Entonces la persona organizará el sentimiento de sufrimiento en función a ambas circunstancias.

El estilo de apego seguro favorece el trabajo terapéutico porque contamos con un proceso de adaptación natural al cual la persona irá a acogerse, se trata de una terapia de acompañamiento y de facilitación del proceso.

Si el estilo de apego es inseguro, estaremos frente a una ruptura amorosa patológica, tema del siguiente capítulo.

Es importante recordar que la persona no está sola en el espacio, por lo tanto, indagar acerca del impacto de la experiencia en la familia de origen, en los amigos, en la familia del otro, en el ámbito laboral, etc.

A veces el proceso terapéutico se estanca porque hay algún elemento de los sistemas externos que pueden estar evitando la solución o algunas veces la ruptura puede afectar sobremanera a personas que no son parte de la pareja. Esto ocurre principalmente durante el divorcio.

Es importante comprender que la ruptura activa procesos de duelo no resueltos, la tristeza invade la experiencia pero es una tristeza independiente al vínculo. Puede ser un duelo por la pérdida de una madre, del padre o cualquier duelo que no se resolvió y que ha sido detenido por el amor romántico que se tornó en una especie de paréntesis.

También se han de activar rupturas amorosas previas no resueltas. Se debe facilitar el perdón y trabajar en las despedidas y posibles reencuentros. He aprendido que no es útil anular la esperanza. Hay casos de parejas que después de muchos años retoman la relación, por lo tanto insisto, no se debe trabajar la ruptura como un duelo sino como una pérdida ambigua. El objetivo de la terapia de ruptura es la aceptación de no ser amado o de darse el permiso para dejar de amar.

Una vez que las emociones merman es posible trabajar con la racionalidad. Comprender los errores y aciertos de uno y la percepción de errores ya aciertos del otro. Tampoco es aconsejable evitar la responsabilidad, no la culpa, la responsabilidad por las cosas que se hizo y las que no debió haberse hecho.

Paulatinamente la persona debe volver a su vida cotidiana, sabiendo que el otro está afuera y que al abrir la puerta quizás se encuentren. La terapia ha de estar bien encaminada cuando la persona retoma sus sueños personales y elabora planes para realizarlos independientemente a la compañía del otro.

CAPÍTULO 24

RUPTURA AMOROSA PATOLÓGICA

*Nadie aprende, nadie aspira,
nadie enseña a soportar la soledad.
Friedrich Nietzsche*

La ruptura amorosa patológica es un término que he acuñado para hacer referencia a la terminación de una relación coludida. Interesa principalmente el manejo de aquellos pacientes que han logrado detener o suspender una vinculación *inquebrantable*.

En los casos más delicados se encuentra la ruptura en la colusión límite-psicópata, lo cual no significa que haya otras que también impliquen niveles de riesgo como la evitacional-paranoide, la narcisista-dependiente, la esquizoide-histérica y otras.

Me he de centrar en la experiencia de una vinculación con una personalidad psicopática, inclusive en aquellos casos donde la persona que ha sido víctima de una vinculación de este tipo, no posee una estructura de trastorno de personalidad.

Bien, una experiencia con alguien peligroso, manipulador, inmoral, frívolo, ha de ocasionar problemas emocionales similares a las víctimas de tortura o a los veteranos de guerra. Se presentará el estrés postraumático, depresión, ataques de angustia o síndromes del ámbito de los trastornos de ansiedad.

El terapeuta, psicólogo o psiquiatra que desconoce el concepto y el proceso de la colusión puede enfocar inadecuadamente un paciente que ha sobrevivido a este tipo de lazo afectivo. Recordemos que en el mundo de la psicopatía se ha de proceder con sumo cuidado ante la historia narrada por el paciente.

El psicópata es una persona encantadora con una habilidad extrema para sugestionar y opera en base a su experiencia en forma de seducción, atracción, atrapamiento y sufrimiento, establecidos en conductas que previamente le otorgaron éxito.

En las vinculaciones violentas, psicológicas, físicas o sexuales, el único responsable por el maltrato es el ofensor. De ninguna manera la víctima es corresponsable, la víctima se somete porque no le queda alternativa. O bien, ha sido sugestionada en procesos de conquista con los cuales el psicópata es experto.

La ruptura puede deberse al darse cuenta de las mentiras y del bochorno del cual ha sido víctima en la vinculación con la maldad, o cuando el ofensor se cansa de la víctima y la abandona.

Es importante comprender cada uno de los momentos de la manipulación ejercida por el psicópata para que el terapeuta proceda con el análisis de estos eventos, centrándose principalmente en evitar la culpa y hacer comprender a la persona su inocencia.

Las consecuencias de la ruptura, como dije, deben ser abordadas desde la perspectiva de un evento traumático. Entonces se presentan los síntomas clásicos del estrés postraumático. Las características de estos síntomas son las siguientes: La persona se vio expuesta ante un evento traumático del cual no podía escapar, afrontando amenaza de muerte o lesiones a su integridad física o a su relación perturbada con los demás. Respondió con miedo, impotencia o terror intenso ante esta experiencia. O bien, esta experiencia desembocó en estas emociones.

El estrés postraumático se ha de manifestar de una o varias de las siguientes maneras: La presencia de recuerdos recurrentes e intrusivos, de tal manera que tiene imágenes, pensamientos o sensaciones asociadas a lo que vivió, sueños sobre la experiencia vivida. La persona se comporta como si el acontecimiento estuviese ocurriendo, inclusive llega a tener la sensación de revivir la experiencia teniendo ilusiones, alucinaciones o flash backs. A todo ello se suma malestar psicológico o reacciones corporales intensas cuando la persona enfrenta estímulos internos o externos que se asemejan o significan cosas asociadas al trauma.

Estas cosas, que pueden ser imágenes, sonidos e inclusive fechas, se denominarán desencadenantes. Además la persona evita los estímulos que se asocian al trauma. Hace esfuerzos para evitar pensamientos, sentimientos o conversaciones asociadas a la experiencia. Le resulta imposible recordar algún aspecto importante de lo que vivió. De pronto se siente muy interesada en trabajos o actividades relacionadas con la experiencia. Se aleja de los demás. Hay un cambio en sus emociones, mostrándose incapaz de experimentar emociones que se ligen con lo que vivió. En el caso de la ruptura, volverse a enamorar. Hay una sensación de un futuro desolador. No se tiene esperanza. El futuro lo ve negro.

Además a eso se suma los síntomas de activación, por ejemplo dificultades para mantener el sueño, estar irritable todo el día, problemas de concentración, estar muy alerta con las cosas y susceptible. Hay respuestas de sobresalto como si estuviera constantemente sometido a una situación de amenaza.

Es importante que estos síntomas estén presentes durante un mes o más, entonces la persona vive deteriorando su vida social, laboral y familiar. Hablaremos de estrés agudo si los síntomas han estado presentes menos de tres meses y crónico en el caso de que haya durado tres o más.

Entonces, hoy en día cuando hablamos de trauma, no nos referimos específicamente a un evento, sino al significado que la persona le da de aquellas situaciones que le generaron gran malestar. La reacción al trauma más frecuente es la disociación, es quedarse paralizado como

si el cuerpo se hubiera separado de uno mismo. Algunas cosas se han olvidado. Experimenta mucha fatiga sin que sea explicable.

La experiencia de ruptura con un psicópata conlleva generalmente estos elementos mencionados. Por lo tanto, el terapeuta debe trabajar con el paciente con técnicas efectivas para el estrés postraumático. La activación conductual es un recurso altamente eficaz como lo es el trabajo con la terapia post racionalista de Guidano, concretamente el trabajo de las técnicas de moviola, también la hipnosis se consolida en un recurso complementario a las terapias conductuales y cognitivas.

No es suficiente el trabajo del trastorno por estrés postraumático porque usualmente después que se han despejado estos indicadores de ansiedad, sobreviene una etapa depresiva, no necesariamente pero es probable. La persona corre alto riesgo de suicidarse en esta transición de la ansiedad a la depresión.

Las cosas se complican cuando hay un trasfondo con una depresión mayor o un trastorno bipolar. Entonces se hará indispensable el apoyo psiquiátrico con farmacología. Los psicólogos debemos estar abiertos a la posibilidad de recurrir a medicación porque no todas las circunstancias emocionales devienen de la psicología sino también de la biología.

Es formidable el impacto de la psicoterapia cuando el paciente además está recibiendo apoyo en el equilibrio de sus niveles de serotonina y dopamina. No debemos huir al trabajo en equipo con el psiquiatra. El trabajo terapéutico efectivo ha de derivar en la sensación de vacío, una vez desaparecidos los síntomas ansiógenos del estrés postraumático y los síntomas de la profunda tristeza.

Ese vacío es peligroso si se presenta en una persona con trastorno de personalidad porque recordemos en ese caso estamos ante alguien coludido. Las posibilidades de retorno al vínculo son altísimas en la colusión y el terapeuta puede correr riesgo si es que no sabe manejar adecuadamente el trabajo porque el otro despechado ha de comprender que la terapia lo está alejando de su pareja y el responsable de aquello es el terapeuta.

Es un error en estos casos convocar al otro porque, recordemos, estamos trabajando con una persona que ha sido víctima de un psicópata. Si el trabajo se realiza durante el divorcio, deben ser los hijos lo que preocupe más al terapeuta porque el psicópata puede usarlos de maneras inconcebibles en contra de nuestro paciente, puede llegar a amenazarlos o inclusive planear el asesinato de los hijos y de la pareja.

El trabajo terapéutico no debe descuidar los riesgos del terapeuta y por supuesto los riesgos que corre el paciente. El apoyo en recursos legales suelen ser indispensables. No está demás decir que hay casos en los que puede involucrar la vida del terapeuta o de su entorno, así que se debe evaluar claramente si es pertinente o no atender a una persona en estas circunstancias.

El trabajo terapéutico, más que centrarse en el vínculo, se debe dirigir al engrandecimiento en la ampliación del mundo vital del paciente. La terapia debe dirigirse hacia el sentido de la vida. Los fundamentos de la logoterapia de Viktor Frankl, pueden ser recursos hacia los cuales el terapeuta pueda inclinarse. Devolver el sentido de vida al paciente, que se reconozca como un sobreviviente y retomar la vida en función a los sueños que tuvieron que ser abandonados por una relación desastrosa.

Entonces, como verán, el trabajo con la persona que está tratando de salir de la colusión es mucho más complejo que en la ruptura, llamémosla “convencional”. Los mismos pasos que seguimos en la terapia de pareja de la colusión se deben seguir con los pacientes que están en proceso de ruptura coludida, es decir, el estudio de la familia de origen, la comprensión de las triangulaciones, develar el juego de la triangulación y finalmente contener al paciente en la renovación de su vida.

CAPÍTULO 25

LA INFIDELIDAD

*Es más fácil quedar bien como amante que como marido;
porque es más fácil ser oportuno e ingenioso de vez en cuando que todos los días.*
Balzac

Infidelidad es un término que nos remite al engaño, a la traición y a la mentira. Es fácil definir adulterio, pues es un término del ámbito legal donde se establece el contacto sexual fuera de la relación matrimonial oficial, mientras que el concepto de infidelidad atañe a aspectos subjetivos asociados con la singularidad de la relación y el contrato de exclusividad que la pareja haya manifestado.

En los estudios que se han realizado sobre este tema, se han encontrado tres causas concretas de la infidelidad: Estrés laboral, oportunidad y estados de tristeza. En ese sentido, es posible considerar que se trataría de una especie de experiencia relacionada con el alivio del estrés o con el consuelo. La problemática en el ámbito de la investigación se ciñe a los tipos de infidelidad: la infidelidad sexual, la infidelidad afectiva y la infidelidad mixta.

Los estudios realizados sobre esta área deben clarificar cuál de esas tres infidelidades se toma en consideración. En el informe Kinsey por ejemplo, el concepto de infidelidad estaba plenamente relacionado con la sexualidad. Actualmente Esther Perel ha comprobado que la infidelidad no es un fenómeno exclusivo de las parejas insatisfechas, sino una ocurrencia en cualquier situación conyugal, por ello queda claro que se trata de la presencia un conflicto personal y no de una condición necesariamente de la relación de pareja.

Serán estudios posteriores que cuestionen esta aproximación debido a la definición de infidelidad como una experiencia no necesariamente sexual y más bien afectiva. Desde otra perspectiva podemos considerar los aspectos contemporáneos de las comunicaciones como la Internet, produciéndose de esa forma otra tipo de infidelidad, la infidelidad cibernética.

Es innegable que los avances tecnológicos han complejizado la relación de pareja y al mismo tiempo las posibilidades del descubrimiento de una infidelidad se han ampliado notablemente.

Los estudios señalan alrededor del 70% de matrimonios con experiencia infiel. El año 2008 en México se ha encontrado un incremento de la infidelidad femenina superando los niveles masculinos.

-¿Cómo vamos a enfocar la problemática de la infidelidad desde la perspectiva relacional?

El principio elemental es que la infidelidad no es un problema de la pareja, es un problema del infiel. La infidelidad es una manera de compensar un déficit afectivo experimentado por la persona que ha de incurrir en la relación extramarital.

Es posible plantear dos alternativas para la consumación del acto infiel: el primero tiene que ver con la insatisfacción marital y el segundo con una crisis personal. En ambos casos la decisión es del infiel.

En el déficit de la relación matrimonial, es posible comprender la crisis ocasionada por el ciclo vital o las insatisfacciones en la convivencia, generalmente relacionadas con el sexo y con la ternura.

El diario vivir produce un cansancio en ambos miembros de la pareja a lo que se suma el estrés laboral. Esto perturba la relación, más aún si hay niños. La pareja va alejándose la una de la otra y las carencias que permitieron inicialmente la consumación del vínculo amoroso pueden ser buscadas en otra persona.

Las crisis del individuo tienen que ver con situaciones afectivas y motivacionales no resueltas. Las afectivas usualmente conllevan alteraciones en el ego o bien experiencias nostálgicas.

Cuando una persona asciende en niveles de poder superiores a los de su pareja, es muy probable la búsqueda de alguien que se encuentre dispuesto a compensar estas necesidades generadas por la jerarquía. El cónyuge se estanca y la persona al elevar su nivel de poder buscará alguien con quien compartir esa situación.

La nostalgia hace mella cuando los hijos se van o cuando hay alguna pérdida en la vida de la persona. La urgencia de consuelo deriva en la búsqueda de protección fuera del matrimonio en un afán curioso de proteger la relación.

Quien es infiel lo es para proteger el vínculo matrimonial o a la familia. Paradoja porque se va a cometer un acto en contra de la relación pero al mismo tiempo se evita destruirla. De ahí la diferencia entre encontrar evidencia de la infidelidad a la declaración de la infidelidad.

En el primer caso, la persona infiel protege su matrimonio por eso engaña y miente. En el segundo caso la persona ya no tiene nada que perder por lo que denuncia su acto infiel.

La experiencia clínica señala la presencia de la pareja con más frecuencia que otras cuando ha existido infidelidad. Las parejas que buscan ayuda son aquellas que han tomado la decisión de buscar una solución para continuar juntos. El sólo hecho de que ambos vengán a la sesión es señal de que hay un interés para la reconciliación.

El problema como lo vive la persona víctima de la infidelidad es relacionada con la ausencia de amor porque quien es infiel demuestra en su acción una falta de respeto y una falta de consideración del vínculo romántico, por lo tanto es un desamor.

El núcleo es la traición de haber faltado a la exclusividad afectiva y erótica en el vínculo romántico. La confusión de la víctima se debe a la actuación del otro y la pasividad al no poder. No es responsable la víctima pero buscará de alguna manera culpabilizarse.

En muchos casos la persona que ha sido infiel tratará de convencer a su pareja de su responsabilidad en lugar de asumirla. Este tipo de juego puede llevar a invertir los papeles, verse la víctima como la perpetradora del dolor y la persona infiel como si fuera la víctima.

El terapeuta no debe perder de vista dos cosas: La primera que la responsabilidad es exclusivamente del infiel y la segunda que la víctima no hizo nada para que el otro hiciera lo que hizo.

Esta visión se clarifica con los tipos lógicos: Una cosa es el matrimonio y otra la relación extraoficial. Centrarnos en el tema de la infidelidad acarrea mortificación en ambos miembros de la pareja. En la primera etapa si es importante cerrar las dudas y procurar en lo posible el perdón de la persona que ha sido infiel.

El perdón es de ambos, eso es importante subrayar. No es cuestión de que la persona perdone y el otro sea perdonado, sino que el otro tiene derecho a rechazar el perdón. Esto es altamente complejo en el proceso terapéutico.

La infidelidad marca el fin de la relación. Será imposible retomar la relación como era. Se debe reconstruir algo diferente. Por ende se debe trabajar el vínculo romántico ante la infidelidad como una pérdida ambigua porque ya no es como antes pero siguen juntos, esto a través de rituales, a través de reestructuración de la historia.

Se puede decir adiós a la etapa anterior guardando aquellas cosas que sobrevivieron y planteando una nueva relación de pareja. La confianza es difícil de ser recuperada. Otro error es pensar a la desconfianza como parte de la confianza. No, ambos procesos son distintos el uno del otro y pertenecen a tipos lógicos diferentes. La confianza puede disminuir y la desconfianza estar alta o al contrario, la confianza incrementarse y la desconfianza subir o bajar.

Entonces, lo que las personas generalmente pensamos es que si confío voy a dejar de desconfiar. Esto el terapeuta debe manejarlo con inteligencia porque no se trata de confiar y dejar a la desconfianza en cero. Se trata de nivelar ambos procesos relacionales, confiar sin dejar de desconfiar, más aun después de una experiencia de traición.

Por lo tanto, el juego personal de confiar desconfiar se rompe cuando la persona entiende que son dos procesos distintos. En la medida que la confianza se va manifestando lo que mengua es el control, no la desconfianza.

Entonces la persona va paulatinamente abandonando las estrategias de control superlativo gestadas después de la experiencia infiel y paulatinamente va recuperando la confianza sin abandonar la desconfianza.

Los celos pueden ser consecuencia de la experiencia infiel o bien, estar presentes en la relación de pareja. Los celos deben ser entendidos como violencia y como tal deben ser tratados. Es decir, se debe hacer terapia individual de la persona violenta. No vale la pena el trabajo de los celos en terapia de pareja por dos razones: Primero porque se alienta y justifica la violencia y segundo porque los celos son problema individual, no conyugal.

Estos aspectos: confianza, desconfianza, control y celos son cuatro fenómenos que suelen enredarse durante la experiencia de la infidelidad. Una vez que la pareja retoma el vínculo puede hablar de lo sucedido porque perdonar no es olvidar sino recordar lo que ha pasado y a pesar de eso seguir avanzando juntos.

El terapeuta comienza la terapia de pareja cuando se estabiliza la posibilidad de dejar de mirar hacia atrás para comenzar a reconstruir hacia adelante.

CAPÍTULO 26

TERAPIA DE LA SEXUALIDAD

*Un mundo nace cuando dos se besan.
Octavio Paz*

Los trabajos de Masters y Johnson fueron los primeros en ofrecer una alternativa de actuar terapéuticamente sobre los problemas sexuales. Posteriormente Helen Kaplan va a especializarse en estructurar un modelo de psicoterapia para las parejas con estas dificultades. Después surgieron nuevas corrientes, nuevas propuestas, aunque la base terapéutica siguió siendo conductual.

El enfoque relacional involucra los aspectos de la respuesta sexual humana y el apego. En ese sentido vale la pena retomar los criterios de Rubens cuando hablaba de las funciones de la sexualidad.

La sexualidad humana tiene tres funciones: la procreativa, la romántica y la recreativa. La procreativa hace referencia a la necesidad de preservar la continuidad de nuestra especie. La romántica involucra en el vínculo erótico los aspectos tiernos del apego, la sensación de sentirnos bien, protegidos y cuidados. La recreativa hace referencia a lo divertido de la sexualidad.

En un estudio realizado con Huáscar Villarroel, identificamos que los jóvenes de hoy tienden a banalizar la sexualidad en cuanto a la valoración del bienestar afectivo a diferencia de la generación de los 70, donde lo sexual estaba fundamentalmente ceñido en los aspectos eróticos.

Johnson asume además la posibilidad de tres tipos de sexualidad en función a la protección. En primer lugar está la sexualidad dirigida al placer, coincidiendo con los aspectos recreacionales mencionados anteriormente. Luego está la sexualidad de la ternura y finalmente la sexualidad que integra ambos aspectos.

Entonces obviando la sexualidad por procreación, debemos considerar cómo la pareja está viviendo su sexualidad tanto erótica como afectivamente. Muchas veces disminuye el deseo ante las exigencias de lo cotidiano y la presencia de los hijos.

Por lo tanto, la pareja puede olvidar su actividad sexual para favorecer la convivencia. Otro aspecto que también atañe al impacto sobre la vida sexual de la pareja es el confundir las necesidades fisiológicas del deseo con las necesidades afectivas del apego.

En la vinculación erótica la pareja se siente bien el uno con el otro, tanto la intimidad como pasión pueden unirse para otorgar experiencias plenas en la vinculación. La anorgasmia, la

inhibición del deseo, la eyaculación precoz, el trastorno de erección masculino son frecuentes en la consulta de la terapia de pareja.

El terapeuta relacional sistémico actúa con irreverencia ante el erotismo considerando que el trasfondo más importante es la vinculación y que el juego erotismo versus ternura puede confundir y establecer distanciamientos físicos en la pareja.

Descartando que hayamos evaluado la sensualidad y el conocimiento sexual, abordaremos la vinculación erótica desde los parámetros fundamentales del apego, la necesidad de ser protegidos, la necesidad de sentirnos bien.

Cuando se atiende la vinculación afectiva se activa la actividad sexual. Si nos centramos en el tema sexual de manera particular vamos a cometer un error porque no se trata solamente de técnicas sexuales sino fundamentalmente de un lenguaje afectivo entre uno y otro miembro de la pareja. El corazón va adelante y el resto del cuerpo le sigue.

Cuando lo sexual está involucrado en una crisis relacional también es probable que uno de los miembros de la pareja esté usando lo erótico como una forma de castigar al otro. En alguien ardiente es muy dolorosa la inactivación sexual.

Todo comienza en la conquista, en volver a seducir al otro, por lo tanto, el intervenir con técnicas creativas permitirá que la pareja vuelva a activar su alegría de estar juntos. Si esto no es así, puede ser que haya un juego perverso dentro de la relación sexual. La única forma de descubrirlo es una vez más adentrándonos en las profundidades de las carencias afectivas.

Proceder con la terapia sexual también obliga a conocer los fundamentos de la respuesta sexual y cómo abordar las técnicas terapéuticas diseñadas por Helen Kaplan.

El diagnóstico diferencial es obligatorio, por ejemplo, en una disfunción eréctil debemos descartar la diabetes u otros problemas relacionados con el sistema endocrinológico. La inhibición del deseo en una mujer puede acompañar el proceso hormonal que conlleva el climaterio. La disfunción lubricativa usualmente también acontece durante esa fase. Las alternativas de solución por lo tanto, no son psicoterapéuticas sino más bien médicas. Empeñarnos en introducir variables de técnicas psicológicas llevará al fracaso terapéutico porque no hemos realizado un estudio diferencial.

Seguros de que el problema es relacional, entonces tenemos una gama de técnicas terapéuticas que van desde la paradoja pasando por la ordalía, la desensibilización sistemática, en fin, varias opciones terapéuticas eficaces.

CAPÍTULO 27

LAS ETAPAS EN LA PSICOTERAPIA SISTÉMICA DE PAREJA CENTRADA EN LA RECIPROCIDAD

*Amar, aunque no lo creas, es creer.
Jaime Barylko*

La Psicoterapia Sistémica de Pareja Centrada en la Reciprocidad requiere de un procedimiento compuesto por varias etapas las cuales se inician con la recepción de los pacientes, algunas veces asistirá uno de los miembros de la pareja, en otros acudirán juntos los cónyuges y en ocasiones vendrá la familia. La optimización de la psicoterapia dependerá del diagnóstico diferencial y la pertinencia de la indicación, Independiente a cómo llegan los pacientes, debemos iniciar el trabajo realizando la evaluación individual de los componentes de la pareja, es así que damos inicio al proceso terapéutico.

Primera etapa: diagnóstico diferencial.

El diagnóstico diferencial hace referencia al descarte de causas que podrían explicar la presencia de un trastorno psicológico, pueden ser neurológicas, psiquiátricas o psicológicas. En la Figura 1 presento el flujograma del análisis diferencial.

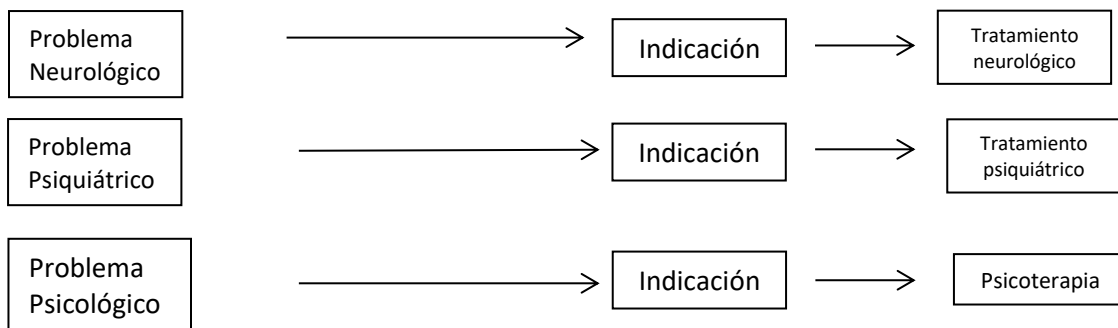


Figura #1 Flujograma del diagnóstico diferencial en la terapia de pareja

Una vez definida la indicación, debemos derivar el caso a neurología o psiquiatría si no corresponde la solución al ámbito psicoterapéutico. Por supuesto existe la posibilidad de la presencia de combinación de factores, un problema neurológico puede acompañarse de un trastorno psicológico, lo propio en el ámbito de las enfermedades mentales. Ejemplo de lo primero es el paciente con epilepsia y tristeza, en el segundo una depresión con trastorno de ansiedad.

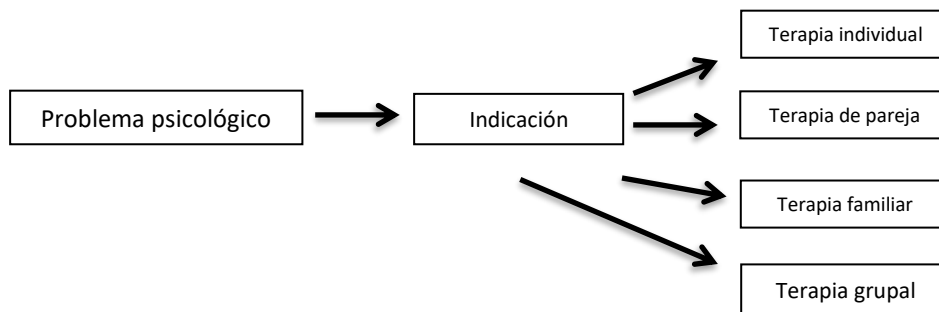


Figura #2 Flujograma de la indicación acerca de la terapia más pertinente.

Al estimar el recurso de la psicoterapia como lo más atinado en la solución del problema, debemos luego reflexionar sobre qué tipo de terapia es la conveniente: individual, pareja, familia o grupo. Es importante advertir la tendencia de los pacientes a auto diagnosticarse y establecer el tipo de terapia considerada por ellos como la idónea. Los pacientes son expertos en su dolor pero no en psicoterapia, nosotros somos los expertos en psicoterapia y hacemos lo posible para comprender su padecer.

Es frecuente en los terapeutas novatos caer en los autodiagnósticos y en sobreestimar las indicaciones ofrecidas por los pacientes. Es el terapeuta quien toma las decisiones en torno al diagnóstico y a la indicación. En la Figura 2 se presenta el flujograma del proceso para definir la indicación psicoterapéutica, puede ser: individual, de pareja, familiar o grupal. A veces se puede realizar una intervención combinada, por ejemplo en el caso del Trastorno Límite de la personalidad lo más aconsejable es la terapia individual combinada con la grupal. En algunos casos de anorexia, es plausible la terapia familiar, individual y grupal. En la terapia de pareja dirigida al divorcio lo óptimo es la combinación de la terapia individual, de pareja y familiar, considerando si es posible realizar terapia de grupo.

Debemos reconocer la eficacia de las psicoterapias en relación al problema presentado, por ejemplo, los trastornos fóbicos son resueltos con mayor eficiencia por terapeutas cognitivos conductuales, mientras los casos de trastornos de alimentación pueden ser tratados con éxito por la psicoterapia sistémica.

Cuando uno de los cónyuges recibe terapia individual paralela a nuestro trabajo es indispensable la coordinación con su terapeuta o la interrupción de la terapia individual.

Segunda etapa: evaluación de la relación conyugal

En esta etapa el objetivo es definir el área de la problemática conyugal, detectar el momento del ciclo vital de la pareja y estimar la presencia o no de colusión.

Las áreas de la convivencia son tres: pareja, matrimonio y familia. El contexto de la pareja se estructura a partir del amor y la relación erótica. Las crisis se enmarcan en el desencanto al descubrir en el otro alguien difícil de amarse porque no coincide con nuestras expectativas. También se produce la insatisfacción al dejar de encontrar un compañero en el juego sexual y en la diversión cotidiana.

En el contexto del matrimonio, la crisis se produce en las dificultades de la convivencia, la coordinación en el mantenimiento del hogar, manejo del dinero, fronteras para los sistemas externos, hábitos y creencias. A diferencia del ámbito amoroso, en éste no se trata de reflexionar sobre los estilos de apego y la coincidencia o no del sentido de existencia, sino de saber negociar el contrato matrimonial.

El tercer contexto relacional de la pareja es el parental, espacio del amor a los hijos y la crianza. Los conflictos se gestan por las diferencias en las creencias y valores, repercuten en las actitudes hacia la crianza ocasionando disputas entre los padres.

Por supuesto, algunos problemas se sitúan en más de un área, sin embargo debemos proteger los contextos donde las cosas están mejor que en los otros. Por ello el inicio de la terapia se dirige a preservar las funciones adecuadas para pasar luego a trabajar en las desacertadas.

En esta etapa debemos dilucidar si existe o no una colusión, por ello debemos revisar los estilos de apego y los mitos familiares. Para ello es acertado recurrir a la Entrevista de Apego Adulto y al análisis de los genogramas. Si se encuentra la presencia de indicadores de trastorno de personalidad resultará inocua la terapia dirigida a restablecer la dinámica conyugal en los cambios del ciclo vital y en las áreas de conflicto. El proceso terapéutico deberá tomar el rumbo de la terapia de la colusión antes de procederse con las técnicas dirigidas a la pareja, matrimonio o familia.

Tercera etapa: negociación del significado del concepto de amor

En el enfoque sistémico existen dos campos de intervención, el semántico y el político. En esta etapa nos centraremos en el semántico. Hace referencia a la construcción de los esquemas determinantes del significado de los conceptos.

El amor es un constructo social, producto de la historia y la cultura, los amantes asumen los dictados del contexto sociocultural e histórico, emitidos por las personas significativas de su familia en una transmisión intergeneracional. Las personas asumen irreflexivamente su forma de amar, tanto las actitudes como el significado. Por ello vale la pena iniciar esta etapa con la evaluación de las actitudes hacia el amor, el concepto de amor, la satisfacción e inversión en el matrimonio y las dinámicas intergeneracionales.

Las actitudes hacia el amor pueden medirse con la prueba de Hendrix: *actitudes hacia el amor*, nos permite identificar la tendencia actitudinal de la persona hacia el amor, en los siguientes tipos de amor: *ágape, storge, pragma, eros, ludus, manía*. Los resultados obtenidos deben compararse entre uno y otro cónyuge. A mayor coincidencia jerárquica es más probable una relación amorosa funcional.

El concepto de amor se mide con la *escala triangular del amor* de Sternberg, identifica los tres factores componentes del amor: intimidad, pasión y compromiso, la combinación jerárquica, determina el concepto específico del amor: sólo intimidad es amistad; únicamente pasión define el encaprichamiento o enamoramiento; cuando el concepto se centra solamente en el compromiso es amor vacío; la combinación pasión e intimidad indica amor romántico; intimidad más compromiso es amor de compañeros; pasión y compromiso es amor necio o fatuo; el amor consumado es fruto de la presencia entre los tres componentes.

La funcionalidad conyugal se define por la presencia de tres factores: optimización en la elección de pareja, nivel de inversión y satisfacción. De ahí la eficacia de la evaluación de estos elementos con el *inventario de inversión* de Rusbult.

A esos tres inventarios se debe añadir el análisis del genograma con la finalidad de encontrar los mitos familiares y los mandatos. Esto permitirá la comprensión de la organización del sentido del amor, contrarrestándolo con el del cónyuge.

El terapeuta insistirá en la comprensión de los conflictos resultantes de las diferencias en la concepción de la realidad de cada uno de los miembros de la pareja. A su vez trabajará en las posibilidades de conciliación resultantes de la reflexión sobre las estructuras conceptuales. Establecer las posibilidades de negociación, tolerancia o rechazo. No debemos forzar las respuestas a nuestras expectativas sino a las manifiestas por nuestros pacientes.

Cuarta etapa: terapia centrada en el apego

Esta etapa es indispensable en los casos de colusión. Sin embargo, Sue Johnson la utiliza en su sistema terapéutico *Terapia de pareja centrada en las emociones* en parejas normales. Si bien las técnicas empleadas por ella hacen referencia a un plan terapéutico estricto, alerta sobre la inconveniencia de aplicarlo a parejas con trastornos. Sin embargo en mi práctica con parejas coludidas se inserta como un elemento más bien indispensable cuando se trabaja con personas que tienen algún trastorno de personalidad, exceptuando antisociales y personalidades límite desorganizadas.

Trabajar en el apego significa reflexionar sobre los estilos de respuesta ante las experiencias de pérdida. La manera como afrontamos la ruptura provee información sobre la patología del sistema de apego. La pareja debe comprender los temores subyacentes al abandono para estimar nuevas formas de afrontar las demandas infantiles del cónyuge.

Las experiencias traumáticas vividas en la infancia requieren una nueva manera de afrontarlas, siendo las acciones de la pareja las indicadas para curar esas heridas. Las demandas insatisfechas tienen vinculación con los vacíos afectivos vividos durante la infancia y en las relaciones amorosas previas.

Cuando cada uno se involucra en el sufrimiento del otro es posible comprender y satisfacer las solicitudes infantiles. Las exigencias infantiles son: cuidado, protección y reconocimiento activadas en el lazo romántico. Al no ser satisfechas pueden derivar en violencia, por lo tanto es indispensable su abordaje para erradicar el maltrato.

Quinta etapa: revisión y corrección de los errores de comunicación.

No es posible abordar los problemas de la comunicación en presencia de las inconexiones conceptuales del amor y menos ante la prominencia de apegos inseguros. Una vez despejado el terreno recién podremos abordar la comunicación perturbada, lo cual no quiere decir que en el transcurso de las etapas anteriores no impongamos algunas reglas básicas de la comunicación para favorecer el intercambio de ideas.

Evaluamos el manejo de los cinco axiomas de la comunicación humana: la imposibilidad de no comunicar, los niveles de relación y contenido, el uso del poder simétrico o complementario, la comunicación digital y analógica, la secuencia de hechos. Se trata de una etapa educativa, el terapeuta deberá enseñar a la pareja a optimizar la emisión y comprensión de mensajes.

Sexta etapa: solución de problemas.

Debemos seleccionar las áreas donde radican los problemas: matrimonio, pareja, parentalidad. Luego definir si se trata de problemas o dificultades. Los problemas son situaciones cuya solución depende de la persona y dificultades donde la solución no depende de la persona. La estrategia dependerá de la precisión de la definición y del establecimiento de la responsabilidad.

Lo mismo que ocurre en la quinta etapa acontece en esta, es probable haber mencionado los problemas anteriormente, aunque la solución era imposible debido al caos afectivo. Se los debe retomar pero con la racionalidad que corresponde al planteamiento y búsqueda de alternativas.

Se puede optar por técnicas estratégicas centradas en el problema o terapia centrada en la solución. Dependerá de la actitud de los miembros de la pareja hacia una u otra alternativa, como también con la experticia del terapeuta.

Séptima etapa: seguimiento

Una vez alcanzados los objetivos terapéuticos, vale la pena marcar una cita después de tres meses para evaluar los cambios. Se deben elogiar las acciones realizadas para mantener las metas, estimular la continuidad de ellas. Identificar los ámbitos donde aún no se lograron los cambios y promover acciones para alcanzarlos. Si se estipulan situaciones donde aún se producen las conductas inadecuadas, es oportuno proponer la reanudación de la terapia.

Evaluados los alcances de la terapia, debemos proponer una sesión para la evaluación de los cambios después de seis meses. Seguiremos con el mismo accionar de la primera sesión de seguimiento.

Este programa de siete sesiones se centra en el modelo de la reciprocidad como recurso indispensable en la regulación de la pareja. La visión dirigida a la semántica es paralela a la política, trabajaremos en las concepciones del amor y el matrimonio consecuentes con la

historia familiar de cada cónyuge y también modificaremos el juego de competencia por otro de colaboración.

La visión es eminentemente sistémica, por ello cuando atendemos a la pareja también estamos preocupados con los sistemas externos y los subsistemas internos. El cambio en el andamiaje conyugal inevitablemente afecta a los sistemas interactuantes y viceversa.

La cautela del terapeuta se centraliza el diagnóstico previo a la terapia, la cual será indicada siempre y cuando nos aseguremos de estimar el problema en los contextos de la relación amorosa: pareja, matrimonio y paternidad. La efectividad de la terapia dependerá de la precisión del diagnóstico.

CAPÍTULO 28

ESTUDIO DE CASO: CONCEPTO DE AMOR¹

El amante de la peluquera

*Observa a los amantes:
A la hora de las confesiones,
Qué pronto se mienten.
Rainer Maria Rilke*

Descripción del caso:

Horacio (38) y Elsa (39) están casados hace seis años. Tienen una hija de cuatro años y un bebé de ocho meses. Acuden a consulta debido a que no están seguros de reconciliarse después de una infidelidad de Horacio con la peluquera de su esposa. Están separados hace dos meses, ella ha iniciado las tratativas con un abogado para ver la posibilidad de divorciarse. Horacio insistió en tomar mis servicios como último recurso para la reconciliación.

Ambos trabajan en el negocio de ropa de los padres de Elsa. Horacio es el responsable de una de las varias tiendas de la familia. Vivían en casa de los padres de la esposa, quienes radican en Cochabamba, pero a menudo están en La Paz. La relación de Horacio con su suegro es buena, puesto que comparten intereses y actividades, con la suegra no, porque según ella su esposo y su yerno tienen problemas con la bebida y con las mujeres. Cuando la infidelidad fue descubierta la suegra alentó la separación de su hija.

Horacio es hijo único, su padre muere cuando él era pequeño, actualmente la madre vive con una pareja y dos hijos de ésta. Elsa es la hermana menor, tiene dos hermanas mayores.

Después de dos sesiones individuales con cada uno de los miembros de la pareja, se estima pertinente la terapia de pareja dirigida a posibilitar el perdón en primera instancia.

Incidente crítico #1 “Amar es...”

Es la primera sesión conjunta, después de aproximadamente veinte minutos de compenetración, ocurre el siguiente incidente:

¹ En los casos presentados, los nombres de los pacientes han sido cambiados, así mismo varios datos, todo ello con el afán de salvaguardar su identidad.

Psicoterapeuta: Entonces Horacio... qué espera usted de este matrimonio...

Horacio: La verdad... yo la amo con todo mi corazón... usted véala es muy linda... le puede asegurar que no hay otra como ella...

Elsa: (Interrumpiendo) ¡Seguro! Tuviste que meterte con otras para darte cuenta de eso...

Horacio: Solamente estuve con la peluquera, te juro...

Psicoterapeuta: (dirigiéndose a Horacio) No ha respondido mi pregunta, pero vamos... ¿qué quiere decir con que la ama?

Elsa: Llorando: Es de boca para afuera... si me amara no me lastimaría... me ayudarías con la wawa... no andarías por ahí perdiendo el tiempo...

Horacio: vea doctor... vea... así es no puedo decir nada, jamás la he golpeado... nunca la lastimaría... yo la amo... ella no entiende...

Elsa: (Intenta intervenir)... pero...

Psicoterapeuta: Entiendo su dolor Elsa... es una gran decepción ¿verdad?

Elsa: (calmándose) ¿Dolor? Es peor que eso... jamás me imaginé que me iba a traicionar con alguien que no está a nuestra altura... con esa birlocha... si usted la viera... (llora)

Horacio: (Entregándole un pañuelo de papel) Cálmate hija... me arrepiento, te lo dije... no volverá a pasar... sabes que te amo...

Psicoterapeuta: Entonces Horacio, lo ha vuelto a decir... ¿qué entiende por amarla?

Horacio: (Largo silencio) Difícil explicar...

Psicoterapeuta: (Dirigiéndose a Elsa): ¿Cómo Horacio transmite su amor?

Elsa: Con mis hijos es muy amoroso, juega con mi niña y también con el bebé... ni bien llega los hace reír... también es cariñoso... pero no me ayuda con ellos...

Psicoterapeuta: ¡Ajá! Con los niños es juguetón y cariñoso... ¿Con usted?

Elsa: Ufff, hace tiempo no es cariñoso... se ha alejado mucho de mí...

Horacio: Desde que nació la wawa, ya no quiere pues...

Psicoterapeuta: ¿No quiere tener sexo?

Elsa: ¿¡Cómo voy a querer!?! Estoy cansada de tanto trabajo, la tienda, la casa y las wawas... no tengo ganas, además él todo el rato quiere...

Horacio: No digas que no te gusta, si la pasamos tan bien... Doctor hace más de un año no pasa nada...

Elsa: Mentiroso... ayer nomás...

Horacio: A mí me gusta completo... si contamos los "rapidines" es verdad, hemos tenido sexo, pero para mí no cuenta...

Psicoterapeuta: Hagamos una escala... cero nada importante 10 muy importante... en relación al sexo ¿cuán importante es para cada uno de ustedes?

Elsa: (Apresurada) Para mí es un 9

Horacio: Yo digo once Doctor. Por eso me metí con la peluquera...

Elsa: ¡Cochino! Me das asco cuando me tocas, ¿Sabía doctor que con ella tuvieron sexo por atrás?

Horacio: No digas eso... te conté porque me amenazaste si no te contaba...

Psicoterapeuta: Y... ¿en relación al cariño? Primero, Elsitita, qué entiende usted por esa palabra cuando la menciona...

Elsa: Caricias... no sexo pues... que me abrace nomás...

Psicoterapeuta: Y usted Horacio, ¿qué entiende por cariño?

Horacio: Eso no va mucho conmigo...

Psicoterapeuta: Yendo a la escala

Elsa: ocho doctor... quizás un poco más... ahora estoy en cero...

Horacio: Para mí, no tanto, digamos un 4
Psicoterapeuta: Entiendo que con los niños es diferente... entonces no es que no sepa dar cariño...
Horacio: ¡Exacto! Me da cosa que me acaricien...
Elsa: Su mamá es fría...
Horacio: Cierto, en mi casa no habían esas cosas...
Elsa: Por eso se escapa de mí cuando busco su cariño...
Psicoterapeuta: Y en su familia de origen Elsa ¿cómo fue el tema del cariño?
Elsa: Mis dos papás son bien cariñosos... ¿no ve bebé?
Horacio: Para mí bien raro es... todo el tiempo están tocándose...
Psicoterapeuta: ¿Puede ser que usted no entienda las demandas de cariño de su esposa?
Elsa: Se pasa... cuando lo quiero acariciar él quiere sexo...
Psicoterapeuta: ¿Pasa al revés?
Elsa: No entiendo
Psicoterapeuta: O sea... cuando él quiere sexo usted interpreta que quiere cariño...
Elsa: No lo veía así... pero ahora que lo pienso puede ser... Yo no soy de piedra pues Doctor
Psicoterapeuta: Me corrigen... estoy entendiendo que para usted, Horacio, el sexo es muy importante y para usted Elsa, es más importante el cariño... ¿es así?
Elsa y Horacio asienten con la cabeza
Psicoterapeuta: Me pregunto si no les ha ocurrido una especie de círculo vicioso. Horacio quiere sexo y Elsa interpreta cariño... al contrario, Elsa pide cariño y Horacio responde con deseo... Así se arma un círculo vicioso infinito que tiene que haberlos distanciado físicamente...
Elsa: Y peor cuando me embaracé... yo tenía ganas de sexo pero Horacio dejó de acercarse a mí... ni cariño ni sexo...
Horacio: te volviste muy fría... me rechazabas cada vez que yo me acercaba...
Psicoterapeuta: Tal vez no interpretaba correctamente lo que cada uno quería...
Horacio: Además me daba cosa... cuando ella estaba gorda, me daba miedo lastimar al bebé... fue difícil tener a Karinita, casi la perdemos, entonces yo tenía miedo lastimar al peque...
Elsa: Es cierto, además la *doctorita* nos dijo que evitemos cualquier esfuerzo durante los primeros meses del embarazo...
Horacio: Ve doctor... qué culpa tengo yo de que Elsitita sea tan linda...
Elsa: No te creo, eres zalamero, si me vieras linda... ¿por qué te metiste con esa mujer asquerosa?
Horacio: Te lo expliqué mil veces... ella me provocó y yo caí. No lo voy a negar fue puro sexo... ella está divorciada y todos saben que se mete con todo mundo...
Psicoterapeuta: Horacio, en su definición de amor... ¿usted amó a la peluquera?
Horacio: ¡Nada que ver! Para nada, yo amo a Elsitita... A esa señora no la amé, fue desahogo nomás.
Psicoterapeuta: Si usted no la amó, ¿Además del sexo, que otra cosa tiene su forma de amar?
Horacio: Me la pone difícil doctor, me hace pensar...
Elsa: Es una bestia... no sabe amar...
Psicoterapeuta: Mientras Horacio piensa... Elsa, ¿cómo ama usted?
Elsa: para mí el amor es todo...

Psicoterapeuta: si desglosa ese todo... empezaría por...

Elsa: lo primero, sinceridad...

Psicoterapeuta: explique... ¿qué es sinceridad?

Elsa: desde que nos casamos juramos jamás ser infieles...

Psicoterapeuta: entonces... ¿para usted lo más importante en el amor es la lealtad?

Elsa: esa es la palabra exacta... lealtad...

Horacio: Dale... ahora con eso... ¿le contaste al doctor que me fuiste infiel, recién casados?

Elsa: No lo niego... me casé dudando... al inicio no sé si te quería... yo estaba firme con un chico, y me embaracé de este ñato... luego abortamos... fue durísimo...

Horacio: para mí también lo fue, aún me echo la culpa de eso...

Elsa: nos casamos a la loca...pero aprendí a quererte... es que eras todo para mí...

Horacio: yo perdóné tu infidelidad...

Psicoterapeuta: He pensado algo feo... lo diré... a ver qué dicen... ¿La peluquera fue una venganza?

Elsa: (Sin inmutarse) Creo que sí... él dice que me ha perdonado...pero no creo... estaba esperando la ocasión para vengarse...

Horacio: Paren con eso... no es así... lo de la tipa fue un desliz... yo estaba con necesidades... y tú andabas hecha la linda... no me dabas ni la hora...

Psicoterapeuta: Bueno... en fin... queda claro que los dos se querían, el sexo disminuyó... la ternura también... pero se mantuvieron juntos... es como que hubiera algo más fuerte que los une ¿Es así?

Elsa: nuestros hijos, yo creo...

Horacio: estoy de acuerdo...

Psicoterapeuta: vaya, vaya... se fijaron... en algo están de acuerdo... Y si dejamos a los niños por un rato, ¿en qué otras cosas están de acuerdo?

Elsa: en los negocios, somos un buen equipo...

Horacio: sí, es cierto, nos organizamos muy bien, al grado que trabajamos juntos sin problemas, nadie se da cuenta de nuestros problemas...

Psicoterapeuta: ¿Y, como padres?

Elsa: no puedo negar que es buen papá, lo adoran sus hijos... y a mí me encanta verlos juntos... es por eso que dudo del divorcio... lo único es que quisiera que me ayude más con ellos, no es todo jugar y jugar...

Psicoterapeuta: Y... Elsitita, como madre ¿qué tal?

Horacio: La mejor mamá del mundo...

Psicoterapeuta: (a Horacio)... si pudiera realizar algunos cambios en Elsa, ¿cuáles serían?

Horacio: no me valora, me insulta y siempre que puede me compara con su ex... y también con los esposos de sus hermanas.

Psicoterapeuta: lo mismo... Elsa... ¿si pudiera cambiar algunas cosas en su esposo?

Elsa: que deje de mentirme, ya no le creo nada... pienso que me ha engañado otras veces y no lo he descubierto... si no era mi amiga que fue a la peluquería... yo no me habría enterado de sus cochinas...

Psicoterapeuta: Horacio quiere ser valorado y Elsa quiere seguridad... Veamos... Horacio, esa sensación de no ser valorado, ¿la sintió antes, cuando niño?

Elsa: (Horacio queda en silencio) Su madre es mala... que yo sepa, nunca lo felicitó... él fue muy buen estudiante en el colegio, se levantó solito... su madre se dedicó a la bebida...

lo trata como sirviente... sé que se escapó de su casa...trabajó en la calle de chiquito... bien triste es su historia...

Psicoterapeuta: (Horacio llora) ¿Fue así Horacio?

Horacio: Fue peor, mi madre me golpeaba...

Psicoterapeuta: ¿Quién te protegía?

Horacio: nadie... aprendí a chupármelas solito...

Elsa: Yo creo que el cura de su iglesia... hasta me contó que por un pelo no se entra de cura...

Psicoterapeuta: y en su caso, Elsa... ese sentimiento de inseguridad...¿le resulta familiar?

Horacio: su padre fue mujeriego...

Elsa: dice que tengo hermanos desparramados por todo el país...Mi madre sufrió mucho por eso...

Psicoterapeuta: ¿Quién cuidaba a su mamá?

Horacio: (señala con el dedo índice a su esposa)

Elsa: Hasta ahora... ella me cuenta las cochinas de mi padre... pero se aguanta nomás, ¿qué puede hacer a estas alturas de su vida?

Psicoterapeuta: ¿Se dan cuenta de sus expectativas del uno hacia el otro? Para Elsa el amor es difícil porque duda de la lealtad, y para Horacio también es difícil porque busca ser valorado...

Horacio: ¡Estamos jodidos!

Análisis:

Desde la teoría de las actitudes hacia el amor de Hendrick y Hendrick, se trata de una pareja con distintas actitudes hacia el amor. Horacio tiene actitudes Eros, Ludus y Manía.

Mientras Elsa Storge y Eros. Es probable que al inicio del vínculo hubiera coincidencias, alteradas en la convivencia y con el nacimiento de los hijos. Considerando la teoría factorial del amor, la jerarquía de los componentes en Horacio es: pasión, compromiso, intimidad determinando un amor fatuo, con predominancia de la pasión. En el caso de Elsa: compromiso, pasión, intimidad, su tipo de amor es también fatuo con predominancia del compromiso.

Desde la perspectiva de la validación, ambos sí son capaces de validarse en ámbitos ajenos al vínculo amoroso, reconocen sus capacidades y las favorecen. El apego adulto de Horacio es el preocupado y el de Elsa evitativo. Horacio busca aprobación y reconocimiento, Elsa fidelidad.

Horacio espera pasión en su concepción de amor, ha establecido un vínculo fuerte basado en el compromiso, mientras afectivamente busca valoración. Elsa ha fundido el compromiso con la pasión, por eso el dolor de la infidelidad es tan grande, mientras su actitud hacia el amor es de compañía y pasión. No puede estar satisfecha con el amor que recibe de su esposo porque su apego es evitativo, teme dejar de ser querida y desconfía de la fidelidad de su esposo.

CAPÍTULO 29

ESTUDIO DE CASO: MODELO DE RUSBULT

Hacer lo mejor posible

*Y amar... es amargo ejercicio;
Un mantener los párpados de lágrimas mojados,
Un refrescar de besos las trenzas del cilicio
Conservando, bajo ellas, los ojos extasiados.
Gabriela Mistral*

Descripción del caso:

Hernán (27) y Mariana (24) son una pareja de novios. Buscan ayuda terapéutica para trabajar su relación antes de contraer nupcias en ocho meses más. Hernán es de una ciudad del interior, pertenece a una familia aristocrática con poder económico y social. Mariana es de una familia de clase media de la ciudad de La Paz. Hernán trabaja en una entidad financiera. Mariana está terminando sus estudios en Administración de Empresas. Son católicos conservadores.

Quisiera regalarte mis ojos.

Psicoterapeuta: Vamos por partes, me gustaría que cada uno puntúe en una escala del 1 al 10 cuán satisfechos están en su relación. Uno es muy insatisfecho y 10 altamente satisfecho. Escriban el nivel en estos papelitos. (Cada miembro de la pareja escribe el número en los sendos papeles). Veamos... Hernán puntúa diez... y Mariana también... Eso es macanudo. Dime Mariana, ¿Qué de la relación con Hernán hace que te sientas muy satisfecha?

Mariana: No sé...(silencio)...es muy bueno...

Hernán: Habla, di lo que piensas. (Le toma de la mano)

Mariana: He tenido pocos chicos, en verdad antes de él dos en serio...ninguno fue tan bueno...

Psicoterapeuta: ¿Qué lo hace muy bueno?

Mariana: No sé... lo siento así...(silencio) me trata bien, nunca me ha faltado al respeto...me hace reír...

Psicoterapeuta: ¿Qué cosas de él no quieres que cambien?

Mariana: (Silencio prolongado) Así está bien...

Hernán: Puedes decir lo que no te gusta de mí...

Psicoterapeuta: Me parece notable cómo Hernán es un libro abierto... pero vamos con calma...la idea es evaluar la situación actual de la pareja para elaborar un plan para la convivencia... Entonces, retomemos...

Mariana: Es muy bueno, tiene un gran corazón... le gusta ayudar a la gente...creo que eso es común en su familia...es chistoso, y siempre está preocupado por mí...

Psicoterapeuta: Me corriges si entendí mal... lo que define la satisfacción que sientes en este matrimonio tiene que ver con la generosidad de Hernán...el trato que te da, lo gracioso que es...

Mariana: Eso es...

Psicoterapeuta: ¿Y en tu caso Hernán?

Hernán: Lo que me tiene satisfecho...son muchas cosas, yo tampoco tuve muchas experiencias amorosas antes de conocer a Maricita...tuve una chica...nada más...pero al conocer a Maricita todo fue lindo, ella es... ¿cómo decir en una palabra? Tierna, ¡tiernísima! Es dulce, ¿te habrás dado cuenta lo delicada que es? Pero al mismo tiempo es una chica apasionada...todo lo hace con pasión...yo necesito que me empuje en mis cosas...y ella me apoya...se conquistó a mis viejos...cosa difícil...pero es hacendosa y muy dócil...además es muy linda...

Mariana: No exageres, soy tímida...y para nada linda...

Hernán: (Toma las manos de Mariana y se acomoda para verla dándole la espalda) Maricita...quisiera poder sacarme mis ojos y dártelos...para que mires cómo yo te veo...

Psicoterapeuta: (Conmovido) (Después de un largo silencio) Nunca escuché algo más hermoso en este consultorio...

Hernán: (Con lágrimas) Es que es cierto...esta chica no se da cuenta cuánto vale...yo la amo como ella es...te juro nunca conocí una chica así, con valores...correcta en todo lo que hace...muy, demasiado generosa...

Psicoterapeuta: Si te entiendo...estás satisfecho porque ella es dulce y al mismo tiempo apasionada...te apoya...es correcta...

Hernán: Y es hermosa...

Psicoterapeuta: ¿Qué es lo que no quieres que cambie jamás en ella?

Hernán: Eso no depende de mí... si ella desea cambiar no me opondría...tal vez lo que más me gusta de ella es su dulzura...yo soy un tanto frío e indeciso...es la verdad, aunque me dicen lo contrario...ella me conoce a fondo y sabe estas cosas...

Psicoterapeuta: ¿Parecen lo contrario? Hernán el seguro y Mariana la tímida...

Hernán: (Riendo) así parece...

Psicoterapeuta: Entiendo que ambos están muy satisfechos y tienen buenas razones... ¿me pregunto si creen que cada uno es lo mejor que pudieron encontrar? Mi esposa tiene una frase chistosa para referirse a la relaciones entre personas que no tuvieron más que elegir... ella dice "su peor es nada"...

Hernán: (Riendo) Yo estoy más que seguro que ella es la mujer de mi vida...no tengo que buscar más...

Psicoterapeuta: ¿Qué te da esa seguridad?

Hernán: Llevé años buscando alguien como ella...difícil, muy difícil...principalmente porque no hay chicas que respeten mis creencias...

Psicoterapeuta: ¿Católicas?

Hernán: Muy católicas...mi familia es del opus...yo no estoy de acuerdo con varias cosas...bueno, no debemos exagerar. A ver, te doy un ejemplo...Maricita no es virgen, ella tuvo relaciones sexuales con su anterior chico...yo recién me estrené con ella...Esto imposible conversar en mi familia...pero no lo veo como pecado por ejemplo...Al inicio me chocó un poquito...¡qué va! Mucho... pero ella fue sincera y me lo contó... no sé... fue como tener envidia (ríe) Pero comprendí y acepté, la verdad ya no me hago lío...cuando me contó le terminé sin reflexionar...estuvimos como una semana separados...no aguanté...y pues fue una cosa de macho creo...pero pasó antes de conocerme...así que pensándola bien era

una tontera...otra cosa es que usamos preservativos...eso no lo acepta la Iglesia, pero no me parece inteligente, y tampoco lo vemos como pecado...hemos hablado de tener hijos de aquí a unos tres años tal vez...ya veremos...

Psicoterapeuta: ¿En tu caso Mariana? ¿Consideras que Hernán es lo mejor de lo mejor?

Mariana: (Silencio prolongado) Sí...he conocido varios chicos, ninguno como él. Mi ex, no se acerca ni un poco...Hernán es excelente profesional, muy responsable...tiene una familia buena...y como le dije, conmigo es de lo mejor...

Hernán: No nos podemos cambiar por otro...

Psicoterapeuta: ¿Cómo están planeando su convivencia?

Hernán: Para comenzar hemos comprado un departamentito...chiquito pero nuestro...he puesto de mis ahorros del trabajo, Maricita un poco de sus ahorros. Mis padres quieren que nos vayamos a vivir a su ciudad, pero nada que ver, Dios pide que los hijos se vayan de casa de sus padres.

Mariana: No es fácil para mí...en mi casa soy la primera en salir...Mis dos hermanos mayores se casaron y viven con mis padres...

Hernán: Eso es nada, en mi familia es peor...si salen vuelven divorciados...

Psicoterapeuta: Ahora entiendo por qué me buscaron...ambos están rompiendo una regla familiar...esa de nadie sale de casa...tener una familia unida...

Hernán: Si pues...además son hipócritas...muestran que somos la mejor familia del mundo y no es así...hay muchas cochinas por dentro...

Mariana: En eso mi familia es distinta, es pequeña y más normal digamos...es cierto que en la familia de Hernán preocupa mucho el qué dirán...

Hernán: ¡Esas cosas las queremos cambiar! Además son machistas...

Mariana: En mi familia igual...

Hernán: Yo no me hago lío de cocinar...y cocino rico, me gustan las cosas de la casa...

Mariana: Lo hemos hablado, a mí no me gustan muchas cosas de hacer en la casa...

Hernán: Pero yo voy a ceder a algunas cosas aunque no me guste...y creo que ella tiene la misma disposición, ya lo veremos en el día a día...

Seguimiento:

Se tuvieron dos sesiones más donde se trabajó en el contrato matrimonial, casi sin objeciones por parte de cada uno de ellos. A los ocho meses de concluida la terapia se casaron

Análisis:

Es una terapia prematrimonial con el fin de determinar los niveles de adaptación marital según Rusbult. El nivel de satisfacción es alto, el de optimización también lo es y el grado de inversión se inicia con inversiones recíprocas. Las probabilidades de convivir funcionalmente son altas.

CAPÍTULO 30

ESTUDIO DE CASO: LA PAREJA COMO SISTEMA

Devuélveme el rosario de mi madre

*No me llevé nada
porque nada de lo tuyo me pertenecía
-nunca me hiciste dueña de tus cosas-
y saliste de mí
como salen -de pronto-
desparramados, tristes,
los árboles convertidos en trozas,
muertos ya,
pulpa para el recuerdo,
material para entretrejer versos.
Gioconda Belli*

Descripción del caso:

Eduardo (32) y Camila (33) están casados hace dos años, tienen un bebé (Matías) de un año. Ambos son arquitectos, Camila trabaja en una tienda de ropas de su madre. Eduardo está sin trabajo, viven en casa de su madre desde que se casaron. Ocupan su cuarto de soltero. Además de ellos, deben compartir la vivienda con la hermana menor de Eduardo, Juliana (30) es soltera, trabaja como cajera en un banco. Camila tiene dos hermanos mayores, casados. Uno de ellos vive en Buenos Aires y el otro en Santa Cruz, sus padres viven solos en un barrio alejado de la casa donde habitan. Asisten a consulta una vez que Eduardo descubre una relación romántica de su esposa con su ex novio. Ella plantea la separación a la cual el esposo es reticente.

Se han tenido dos sesiones conjuntas, el problema se ha centrado en la infidelidad, sin embargo, una vez clarificados los motivos personales de Camila y asegurado el rompimiento del vínculo externo, se presenta el siguiente incidente.

Tu madre o yo

Camila: Sabes chango... no aguanto más vivir con tu madre...

Eduardo: He puesto esa puerta de venesta para separar el espacio de mamá del nuestro... con eso tenemos un poco más de privacidad...

Camila: No es un problema de espacio... no soporto vivir con tu madre... eso es lo que debes entender...

Psicoterapeuta: ¿Qué pasó en tu familia de origen para que te quedes anclado en ella?

Eduardo: Cuando yo tenía 8 años, sí... cuando estaba en tercero de primaria... mi padre nos abandonó...

Psicoterapeuta: ¿Por qué?

Camila: (interrumpe) no lo va a decir... no lo quiere aceptar... su madre se metió con un tipo... fue muy jodido... sé que ella se embarazó del ñato... abortó... y debido a que casi se muere, su padre se enteró... y claro... la dejó...

Psicoterapeuta: (A Eduardo) ¿Qué te contaron?

Eduardo: Mi padre golpeaba a mi mamá...ella no soportaba más... y el señor del que habla Cami fue mi tío...

Camila: todo quedó en familia... es el hermano de su madre... un viejo verde... estaba casado cuando se metió con ella... su hijo tenía la edad de ella...

Eduardo: a mí no me consta nada de eso...

Psicoterapeuta: (A Camila): ¿Quién te contó esa historia?

Camila: Pues Patricia, la mamá de Eddi.

Eduardo: Es que son buenas amigas...

Camila: ¡Éramos! Ahora no... desde que nació el Mati... su madre se metía en todo, me corregía en todo... ¿Quién es pues la madre? Yo... ella es la abuela...

Eduardo: Es que mi madre fue criada por su tía, ella no tuvo mamá... su tía la recogió... su madre se embarazó de un hombre casado. Su tía la adoptó... se la trajo de la Argentina... fue difícil la vida de mamá. Siempre ha sido sobreprotectora... mucho... la verdad... mi hermana por eso no tiene pareja... hasta he llegado a pensar que es lesbiana...

Camila: Tu hermana es caso aparte y sin solución, yo creo que ella debería venir, está loca...

Psicoterapeuta: Volviendo a mi pregunta, Eduardo... ¿Qué pasó para que te ancles en tu familia?

Eduardo: Es que usted debe conocer a mi mamá...

Camila: Le tiembla doctor, le tiene mucho miedo... es una mujer manipuladora y poderosa...

Eduardo: Está muy sola...

Psicoterapeuta: ¿Qué edad tiene?

Eduardo: alrededor de 55...

Camila: No es vieja... tiene sus chicos... tampoco está tan sola, yo no la veo así...pero delante de este pues... se hace la víctima, le duele todo, hasta el alma...

Eduardo: no quiero dejar a mi mamá... no es que ella me retenga...

Psicoterapeuta: ¿Cómo pudiste casarte?

Eduardo: Enamoramos desde el colegio, mi madre la quiso siempre...

Camila: Cuando rompimos, y yo comencé a salir con Andrés... Eduardo no le contó a su mamá... ella siguió pensando que estábamos juntos...

Psicoterapeuta: Eso me hace recuerdo a que me gusta mucho la hamburguesa MacDonald... ¡Cuánto la extraño!

Eduardo: No entiendo... nada que ver...

Camila: (Ríe) Pues el combo... yo me casé con un combo

Psicoterapeuta: Un combo de cuarto de libra...

Camila: Sí... y justo naciste en Septiembre... eres libra

Eduardo: (ríe) Si pues... tú sabías eso... no voy a dejar a mi mamá...

Psicoterapeuta: Entonces tu infidelidad es abierta...no como la de tu esposa que fue un secreto...

Eduardo: no entiendo...

Camila: ¡que me eres infiel con tu madre...!

Psicoterapeuta: Me siento obligado a hacerte una pregunta... recuerdo que cuando hablamos de tu relación con Andrés, te pregunté: ¿O Eduardo o Andrés? Y tu respuesta fue... Eduardo, y por eso estamos en el afán de reconstruir esta relación... la pregunta es para Eduardo...

Camila: (Interrumpe) Sí... es lo mismo, o Patricia o yo... o tu madre o yo... así son las cosas...

Eduardo: No pueden ser así... no es lo mismo... yo no dejaré a mi mamá...

Psicoterapeuta: Camila... ¿entiendes?

Camila: No, no entiendo, es un amor enfermizo, a mí no me pasa eso con mis padres...

Psicoterapeuta: ¿Te gustaría entender?

Camila: No entiendo...

Psicoterapeuta: (A Eduardo) A tu esposa y a mí nos gustaría entender, qué pasó en tu familia de origen para que mantengas ese vínculo tan estrecho con tu madre...

Eduardo: la veo muy sola, sufre mucho... ha depositado su felicidad en sus hijos. A veces la veo llorando escondida... pienso que todavía lo quiere a mi padre...

Psicoterapeuta: ¿entonces no quieres dejarla porque ella te necesita?

Eduardo: Sí... además el Matías es su vida... no quiero alejarla....

Psicoterapeuta: Estás en un dilema... tu esposa te pide que decidas entre ella y ella... ¿qué propones?

Eduardo: No es fácil, además yo creí que ellas dos se querían.

Camila: A veces pienso que buscaste en mí una hija para reemplazar a tu hermana... que no se te parece en nada, he llegado a pensar que es hija de otro hombre... sí pues, tu madre no es ninguna santa...

Eduardo: Me lo dice cada vez que puede... es mi hermana y punto, además ella es como es... no puedo hacer nada... mi madre sufre con ella, es como una niña... es que Camila no sabe lo que le pasó... lo voy a contar por primera vez...

Psicoterapeuta: Contar este secreto... ¿servirá para algo?

Eduardo: Creo que sí... yo veo que no tenemos nada que perder... Mi hermana fue abusada por mi propio padre...

Camila: (Después de un silencio prolongado) Eso explica muchas cosas... inclusive me confirma la idea que no es hija de tu padre... es bien rayada tu hermana, se corta los brazos como una chiquilla, se intentó matar varias veces, según sé... y ahora es como una gallina sin huato... trabaja pero no la veo feliz... además el trato que le da su mamá es muy diferente al que le da a Eddy... a ella la trata como si fuera una adoptada... y a su hijito como si fuera un niño...

Psicoterapeuta: (A Camila) Entiendo que tú sabías del combo... ¿cómo aceptaste casarte así?

Camila: (Se sonroja) No sé...

Psicoterapeuta: (A Camila)... veamos, empezaste a enamorar con Eddy en tu adolescencia, ¿es así?

Camila: Pues sí... yo estaba en la promo y él en la pre...

Psicoterapeuta: ¿Pasó algo en tu familia de origen cuando empezaron a enamorar?

Eduardo: Pensándolo bien, sí... tu padre entró a la cárcel... lo acusaron de estafa... tres años estuvo el pobre en San Pedro... gracias a Dios pudo salir... fue una injusticia...

Psicoterapeuta: Eso seguramente fue duro...

Camila: Por eso mi hermano Fernando estudió Derecho...

Psicoterapeuta: ¿Cómo te afectó?

Camila: Jodido... yo era la hija adorada de mi padre... aún lo soy... él sabe que amo a Eddy, y me apoya en todo... eso me dice, porque él vivió algo parecido, mi madre estaba muy metida con su familia... mi abuelo es alcohólico, y mi mamá es la hermana mayor...

Psicoterapeuta: O sea... tuvo cuidar de su mamá ¿es así?

Camila: tuvo... no le quedaba otra... mi abuelo por el trago se enfermó jodido... y mi abuela se ocupaba de él, de ahí que tuvo que hacerse cargo de sus hermanos...

Psicoterapeuta: es interesante... ambos vienen de familias con gran corazón... aprendieron que amar es cuidar... sentir pena...

Camila: por eso me enredé con el Andrés... está muy enfermo como les conté..

Psicoterapeuta: ya veo... te enamoras de la soledad...

Camila: (Sonrojada) Otra vez me pilló doctor... creo que es verdad. ¡Pucha! Me parte el corazón el Eddy, no tiene amigos... no sale... no encuentra trabajo y eso que es un excelente arquitecto... encima en la comunidad no lo tragan por culpa de su mamá...

Psicoterapeuta: En la comunidad judía...

Eduardo: ¡Ajá! No puedo mentir, mi mamá es muy chismosa...

Psicoterapeuta: Y si Camila anda enamorada de la soledad... ¿Tú Eduardo?

Camila: Yo creo que él también anda enamorado de su soledad...

Psicoterapeuta: ¿Qué pasará contigo cuando te apartes un poco de tu mamá?

Camila: Se me ocurre ahora... que el problema no es su mamá, creo que es un pretexto, sin ella estará obligado a soltar a su soledad...

Psicoterapeuta: ¿Tú le dejarás? (Silencio) Camila... ¿Qué perderás cuando esos dos se divorcien?

Camila: Yo creo que seremos felices al fin...

Psicoterapeuta: No sé... vivir con alguien que se sentirá culpable...

Camila: Me tendrá rencor...

Psicoterapeuta: (A Eduardo) ¿Qué dices? ¿Estás enamorado de tu soledad?

Eduardo: No sé... no creo... aunque es verdad que me siento sólo... me he sentido así casi toda la vida...

Psicoterapeuta: Es una sensación antigua... me atrevo a arriesgar una idea... ¿te sientes como si te hubieran traicionado... o algo así?

Eduardo: como si me hubieran usado... sí... algo así...

Psicoterapeuta: Y eso te produce una sensación de deuda... ¿puede ser?

Camila: Tal vez culpa....

Psicoterapeuta: Tal vez culpa es lo que tú sientes Camila... por no haber cuidado bien de tu madre...

Camila: Eso me duele mucho... (llora)

Eduardo: Te sientes fracasada... (le toma de la mano)

Camila: Es como me siento... pensé que era porque fracasamos...

Psicoterapeuta: No pueden haber fracasado en un matrimonio que aún no se ha consumado...

Eduardo: ¡Y el Matías, ¿qué es?!

Psicoterapeuta: Sexualmente consumado, no hay duda... pero espacialmente...no

Camila: Necesitamos un espacio propio... no podemos seguir viviendo así...

Psicoterapeuta: (a Eduardo) ¿Sientes que le debes algo a tu madre?

Eduardo: Le debo todo... ella se ha desvivido por mí...

Psicoterapeuta: Una antropóloga feminista mexicana, Marcela Lagarde, dice que mujeres como tu madre cometieron *micro suicidio*... ¿qué opinas?

Camila: (interrumpe) Es como que tu madre está muerta....

Psicoterapeuta: Quizás tu padre le arrancó el corazón...

Eduardo: Sería, cómo decirlo... como que ella es capaz de morir por mí... sí le debo todo...

Psicoterapeuta: Pero es dos cosas al mismo tiempo... deuda y rencor...¿Cómo puede ser? Una vez vi en una serie que se llama “El narrador de cuentos” la historia de un gigante sin corazón... alguien se lo había arrancado y por eso se volvió como un ogro cruel...

Eduardo: Mi madre es así, siempre fue severa conmigo, pero lo hizo por mi bien... logré terminar mis estudios, y nunca me torcí en la vida...

Camila: es algo que me gusta de él, es un chico correcto...

Psicoterapeuta: Un chico... lo dijiste tú... ¿Qué le falta para ser hombre?

Camila: tomar sus decisiones, atreverse a realizar sus ideas, es ingenioso, muy capó en lo que hace, pero no se valora... tiene su autoestima baja...

Psicoterapeuta: (A Camila) ¿Hace cuánto que no te valoras?

Eduardo: Verdad... anda diciendo que está gorda y fea... a mí me parece la mujer más hermosa del mundo...pero no me cree... Yo pienso que Andrés entró por su autoestima...

Psicoterapeuta: ¡Ay! Con ustedes enloquezco... es un espejo frente a otro espejo... y en ellos está el espíritu malvado de Blanca Nieves... Los dos se miran en el otro... y se dicen cosas feas... pero se las dicen al otro... Hagamos un ejercicio, cuando ocurra yo les detengo para mostrarles... pero bien, ¿qué opinas de la percepción de tu esposa... para crecer... dejar de ser chico te hace falta decidir...¿Tiene algo que ver en eso la crianza de tu mamá?

Eduardo: tal vez... ella hasta ahora descalifica lo que hago... nada la tiene contenta...

Psicoterapeuta: Si fuera mi madre... tampoco la dejaría... me cobra... le pago y me dice que faltan los intereses... si fuera tu cliente, te pide una casa con dos ventanas, haces el plano y luego te pide tres... nunca acabas...

Eduardo: ¡Exacto así es ella!

Psicoterapeuta: Entonces...repites el juego que hacías con tu madre en tu relación de pareja... creaste la ilusión de poder satisfacer a Camila... pero ella te pide pan y tú le das queso...porque ella ha idealizado la relación... en otras pocas... ¡ambos no saben lo que quieren! Lo único en lo que están de acuerdo es en el espacio... tu madre es la culpable... para uno y para otro... sin embargo yo pienso que una vez que muera tu mamá ustedes seguirán en la eterna pelea por el tercero... se va o no se va... esa es la cuestión... pero no lo es... la puerta de venesta no es la solución... la solución es romper el muro de hielo que hay entre ustedes dos... muro de soledades... creo que Camila debe devolver urgente el rosario de la madre de Eduardo...y Eduardo devolverle el corazón a Camila...

Camila: nos ha dicho cosas muy duras doctor...

Eduardo: estoy de acuerdo...muy feas...

Psicoterapeuta: ¿Ven lo que pasa? Se unen cuando hay un tercero...ahora están juntos en contra de las cosas que les dije. ¿Qué pasa si reflexionan en ellas en vez de enojarse conmigo? Veamos tu parte Eduardo... ¿qué de lo que dije te ha removido tanto?

Camila: Que su madre se muera...

Psicoterapeuta: Voy al ejercicio, eso tal vez sea más tuyo que de él, ¿o de ambos?

Eduardo: No me quiero imaginar el día que mi madre se vaya...

Psicoterapeuta: pero es algo que pasará salvo que te mueras tú antes... Y sea lo que pase, debes pedir a Camila que te devuelva el rosario de tu madre... como dice la canción...

Eduardo: no entiendo eso...

Psicoterapeuta: ¿Qué tiene Camila que pertenece a tu madre?
Eduardo: No estoy seguro...
Psicoterapeuta: ¿qué opinas de lo que creo? Camila tiene su soledad... No te pertenece... lo que pasó es que ha sido muy difícil para ti ser libre...es como que te atraparon en una jaula...por eso no aprendiste a volar...
Eduardo: Me causa mucho rencor mi madre...
Camila: Tienes que curarte... de todo el daño... yo sé cuánto te lastimó...
Eduardo: Me cuesta entender que mi madre no me ame...
Psicoterapeuta: Tal vez de ama de una manera... como no se debe amar... Yo veo que buscó protección en ti... además depositó todos sus sueños en ti...
Eduardo: Creo que es así... inclusive ella era quien quería ser arquitecta... vive una frustración... mi madre es frustración tras frustración...
Psicoterapeuta: Por eso tener éxito es traicionarla... estás condenado al fracaso...
Camila: Por eso creo que quiere separarnos...no soporta que nos queramos tanto...
Eduardo: No lo había visto así, hasta este momento... todo cobra sentido... Entiendo mi rencor...
Psicoterapeuta: Es que no tenía objetivo, una rabia sin sentido...¿Qué dolor hay debajo de ella?
Camila: Creo el reconocer que no recibiste amor...
Psicoterapeuta: ¿Es tu caso Cami?
Camila: (Llora) es mi caso también... mi madre... es como si no la tuve... todo era pensar en mi padre, en los trámites para sacarlo de la cárcel... Odié a mi pobre padre...
Psicoterapeuta: Te comprendo... tiene sentido... la cárcel te robó a tu padre y a tu madre... quedaste sola... mejor dicho... tu compañera fue la soledad...
Eduardo: Por eso prefieres encerrarte en el baño... o salir sola...
Psicoterapeuta: ¿Cuándo ocurre eso?
Eduardo: Cuando peleamos...
Psicoterapeuta: Generalmente, ¿qué tipo de pelea hace con que ella se vaya con su soledad?
Eduardo: (Piensa un rato)... Siempre que peleamos por mi mamá, y yo la defiendo...
Psicoterapeuta: (A Camila) ¿Qué sientes cuando tu esposo defiende a tu madre?
Camila: Que yo no le importo...
Psicoterapeuta: ¿Te recuerda algo de tu familia de origen?
Camila: Es lo mismo... prefiere a su madre... como mi mamá a mi papá...
Psicoterapeuta: Entonces... ¿te produce envidia?
Camila: (silencio prolongado) ¿Por esa señora? No...nada que ver...
Psicoterapeuta: Yo sentiría envidia... ella lo tiene y yo no...
Camila: Pues... (silencio) puede ser...
Psicoterapeuta: Luego... te vengaste... si ella lo tiene a él...haré que otro me tenga...Pero fue ilusión... no pudiste entregarte a Andrés... tuviste un vínculo de enfermera-enfermo. No funcionó... en todo esto ganó Patricia... ¿Quién ganó en tu familia?
Camila: No sé... nadie...
Eduardo: Yo pienso que ganaron tus padres... te alejaron de ellos...
Psicoterapeuta: Y Eduardo es experto... él mejor que nadie sabe lo que es ser desplazado...al grado que el sentido de su existencia ha sido buscar ser reconocido... ¡el patito feo humano!
Camila: Buscando aceptación...porque él no se acepta...

Psicoterapeuta: Y en eso eres experta... la mariposa que aún se cree gusano asqueroso...

Eduardo: Bueno, bueno... pero ahora ¿qué hacemos?

Psicoterapeuta: ¿Hacemos? Son muchas personas...

Eduardo: Digo... qué hacemos nosotros...

Psicoterapeuta: Siguen siendo muchos...

Camila: Quiere decir... qué vas a hacer tú Eddy...

Psicoterapeuta: ¿Y tú Camila? Creo que algo es inevitable: dejar de mirar a Patricia...

Eduardo: O sea... no entiendo...

Psicoterapeuta: ¿A dónde vas Eduardo?

Camila: ¿A dónde va...? Creo que no tiene idea...

Psicoterapeuta: Y tú Camila... ¿a dónde vas?

Análisis:

La sinergia sólo es factible cuando los elementos que componen un sistema son más que ellos. En este caso la pareja no ha logrado establecer una sinergia, ambos están estancados en el ciclo vital familiar, ninguno se desvinculó y han tratado emanciparse sin lograrlo.

Los sistemas familiares de origen son morfostáticos debido a la estabilidad producida por la presencia de ambos hijos. En el caso de Eduardo cuidando a la madre y en el caso de Camila manteniéndose al margen para sostener la relación de sus padres. Eduardo está en una triangulación rígida, parentalizado y Camila en una triangulación patológica, manteniendo la honorable fachada.

Sin comprender a la pareja vinculada con sus familias de origen sería muy difícil alcanzar las metas terapéuticas conyugales y matrimoniales. Mientras ambos mantengan deudas afectivas en sus familias de origen es imposible la vinculación amorosa.

Por todo ello, el trabajo terapéutico debe visar en primer término la comprensión de los juegos familiares de ambos cónyuges, promoviendo el apoyo mutuo -como ocurrió en este incidente crítico- para que uno ayude al otro a desvincularse y viceversa.

CAPÍTULO 31

ESTUDIO DE CASO: CIBERNÉTICA

¿Dime con quién me case en realidad?

*No fue para mí...
Ya lo suponía.
Pero sé engañarme
tan bien con mentiras
y jugar al juego
de la falsa dicha,
que a veces me olvido
- ya ves si soy niña -
que estaba jugando
a que me querías.
Ernestina de Champourcín*

Descripción del caso:

Mario (40) y Andrea (35) están casados hace dos años. Vivieron juntos previamente durante dos años. Andrea tiene una hija de soltera (Adriana, 8 años). Mario es dueño de una empresa próspera, debido a su trabajo viaja al exterior por lo menos tres veces al año, su tiempo de ausencia es de un mes aproximadamente.

Mario es católico, proviene de una familia conservadora. Sus padres están juntos, tiene dos hermanas menores, una de ellas casada con dos hijos, vive en un departamento con su familia. La menor (31) trabaja en Estados Unidos, ayuda a su hermano con el seguimiento de los negocios.

Andrea fue criada por su madre y abuela. Su mamá la tuvo de soltera con un político casado. Nunca reconoció a su hija. La madre no estableció una relación de pareja después de tener a su hija. Andrea fue amante de un conocido empresario con quien tuvo a su hija, la relación se prolongó, siendo tormentosa. Mario fue el amigo que la ayudó a salir de una depresión generada por los problemas con el padre de su hija. Hace un año que Andrea abandona el catolicismo y se convierte al cristianismo pentecostalista.

Buscan mis servicios porque el matrimonio es insostenible, ella asegura que su marido le es infiel, y él hace lo mismo con ella. No hay evidencias palpables, pero sí muchos misterios. Se separaron por dos meses, tiempo durante el cual Adriana presentó disturbios en su comportamiento: aislamiento en la escuela, enuresis nocturna y disminución en su rendimiento escolar. Ambos progenitores afirman su intento de reconciliación asociado a los cambios en su hija.

El siguiente incidente crítico ocurrió en la quinta sesión de pareja.

La alegría no es tan buena después de todo

Andrea: Esto no me está ayudando... necesito separarme de él... peleamos de todo y de nada, yo veo que estamos empeorando...y otra vez Adri ha vuelto a hacerse pis en la cama...

Psicoterapeuta: Entonces tal vez valdría la pena dejar la terapia

Mario: Yo no creo que no nos esté ayudando, me siento mejor, ya no estoy explotando, no me vas a dejar mentir... quiero que continuemos, además está de por medio mi hija...

Andrea: (Titubeando) Bien..., no sé... en mi iglesia no ven bien que venga al psicólogo.

Mario: En tu iglesia todo es malo...la música... todo... pero igual te vas a bailar con tus amigas... igual te metes con hombres de tu trabajo... ¿qué clase de cristiana eres?

Psicoterapeuta: (Interrumpe)... ¿Puedes decir lo que intentas decir sin lastimar?

Mario: No he dicho nada ofensivo, es la verdad...

Psicoterapeuta: Andrea... ¿coincides conmigo en que lo que dijo Mario te ha lastimado?

Andrea: Es siempre así... un torpe... me insulta...

Psicoterapeuta: (Interrumpe), lo mismo Andrea... ¿puedes responder mi pregunta sin agredirlo?

Andrea: ¿Si me ha lastimado lo que dijo?

Psicoterapeuta: Si...

Andrea: Mucho... porque él sabe lo valiosa que es mi iglesia para mí... me ha cambiado la vida, dejé la depresión... soy mejor madre... Además él critica las cosas que me gustan hacer. Todo lo ve con sus ojos llenos de malicia... sí voy a divertirme con la gente de mi trabajo, pero sé darme mi lugar...

Mario: (Interrumpe airadamente) ¡Ja! Claro que te das tu lugar, la puta de mierda del hospital..., así te metiste con Nano... te embarazaste y no te dio vergüenza que todos sepan que eras la amante...

Psicoterapeuta: (Intenta interrumpir) ¡Calma! Yo veo...

Andrea: (Llorando) ¡No me trates así! Me arrepiento de haberte contado mi vida, sí me equivoqué... pero era por cojuda... no me di cuenta en lo que me metí... ese tipo me manipuló... yo le creí todo... hasta ahora me arrepiento... Pero tú sabías con quien te casabas... yo no sé con quién me he casado... cuando intento sacarte la máscara, tú me hablas de mi vida pasada...

Psicoterapeuta: Pienso que es mejor acabar la terapia... no vamos a llegar a ningún lugar así. No puedo atenderlos, me pierdo... es como que se escapan de mis manos...

Andrea: Estoy de acuerdo...

Mario: Yo no... Porque al salir de aquí estoy seguro que ella me refregará con lo que he dicho...reconozco que puedo decir las cosas de otra manera... está bien... pero comprenda que es difícil aguantarme la rabia cuando escucho tanta mentira...

Psicoterapeuta: Propongo que analicemos entre los tres si vale o no la pena continuar con la terapia. Con la condición de que me respeten y se respeten...yo les ayudaré a frenar sus lenguas...

Andrea: Yo prefiero parar aquí... no tiene sentido seguir... he dejado todo en manos de Jesús...

Psicoterapeuta: Es el mejor terapeuta del mundo... ¿Qué nos diría?

Andrea: Yo he orado para que me ayude a salir de esto...

Mario: ¿Salir de qué? ¿De qué por Dios? Yo te amo... y adoro a nuestra hija...

Andrea: (Calmándose) ¿Cómo que de qué? Mario... ¿No entiendes? Que seas sincero y me digas que estás saliendo con alguien...

Psicoterapeuta: Hagamos una fantasía... supongamos que Mario nos dice que está saliendo con alguien... ¿Qué harías?

Mario: Es que no estoy saliendo con nadie...

Psicoterapeuta: Está bien... pero hagamos la fantasía...

Andrea: No es fantasía...

Psicoterapeuta: ¡No importa! Hagamos de cuenta que Mario nos dice abiertamente que sale con alguien...

Andrea: Entonces no hay nada más que hablar... esto se acabó...

Psicoterapeuta: ¿La terapia o el matrimonio?

Andrea: Ambas cosas...

Psicoterapeuta: Me pregunto si habrá alguna forma de saber si Mario sale con alguien... Creo que no, sólo él lo sabe... me parece que no se trata de saber si sale o no con otra persona..., se trata de saber si eres o no su prioridad en su vida...

Andrea: No soy su prioridad... jamás lo he sido... siempre hay algo más importante: el trabajo, su familia...

Psicoterapeuta: ¿Alguna vez fuiste la prioridad de alguien?

Andrea: (Llora) ¡Nunca! Siempre fui una carga, mi padre se olvidó de mí... mi madre no tuvo más remedio que tenerme... ella me lo ha dicho muchas veces... fue un error dejarme nacer, hubiera sido mejor el aborto... por eso soy ginecóloga, por eso ayudo a las madres jovencitas a aceptar y a querer a sus bebés... cuando me metí con Nano fue porque él al inicio me hacía sentir que valía, que era más importante que su esposa. Cuando conocí a Mario fue lo mejor de mi vida, me devolvió las ganas de vivir, me trataba como nunca antes nadie me trató... y ahora tengo a mi peor enemigo.

Mario: Un ratito... aquí yo no soy el malo, tú eres la que no me valora, me desprecias, me dices cosas muy hirientes, desde mi apariencia hasta mi trabajo. Ya quisieran otras mujeres tener un marido como yo. No solamente te doy todo..., sino que además te he apoyado siempre en tus cosas...

Andrea: Deja de mentir... no es cierto... jamás me apoyaste en mi vida social... nunca hablas bien de mis amigas...

Mario: ¿Cómo te voy a apoyar en eso... tus amigas están destruyendo nuestro matrimonio. Dale... dime cuál de ellas tiene un buen matrimonio. La Martina por ejemplo... su marido la golpea, la otrita... la borracha... esa Julieta... es la peor... se acuesta con cualquier hombre que se cruza en su camino... y la Betina... esa es una lesbiana... divorciada... Todas son un desastre... Vea doctor, yo no tengo amigos para jaranear, tengo uno, el Sergio, un tipazo... vamos al gimnasio juntos, es mi mano derecha en el trabajo, está bien casado, asiste a un grupo carismático...

Andrea: No me hagas reír... ese tu amiguito es un hipócrita, contá pues... es un homosexual... todos lo saben... finge tener un matrimonio correcto, no le conviene que se enteren de su doble vida...

Psicoterapeuta: Lo que yo veo es que cada uno de ustedes es experto en el diagnóstico de los amigos del otro... y que con sus amigos ustedes son intachables personas... ¿Qué me dirían sus amigas y amigos sobre ustedes?

Mario: De esta mujer, creo que dirían que es una chismosa y borracha...

Andrea: ... de vos... que eres un interesado, desleal...

Psicoterapeuta: ¿Qué cosas buenas dirían?

Andrea: una sola cosa... que Mario es trabajador...

Mario: Al final de cuentas dirían que eres muy buena con ellas, ese tipo de amiga capaz de sacarse la camisa para dársela a una amiga... eso nadie lo puede negar...

Psicoterapeuta: O sea,... ¿detrás de la alegre está la persona generosa? ¿Detrás del infiel está el hombre laborioso y honesto? Pienso que debe ser horrible dormir al lado de una mujer alegre y al lado de un mujeriego...

Mario: Eso es lo chistoso... a pesar de toda esta mierda... tenemos excelente sexo...

Psicoterapeuta: Debe ser extraordinario porque una mujer alegre se las sabe todas y un mujeriego también... Pero eso si tienen sexo entre esos dos personajes. Porque el sexo con Madre Teresa y a Supercorrecto... debe ser aburrido... Digo... no sé... ahora entiendo que ambos se enamoraron de los personajes aburridos ¿es así? En algo como que ella vio en ti la generosidad y tú viste en ella la responsabilidad...

Mario: Parece que después de todo... no fue buena idea tanta alegría...

Andrea: O sea... siempre fue bueno el sexo... lo sigue siendo... pero no por eso vamos a seguir así...

Psicoterapeuta: Si dejamos a los alegres acá... (Muestra una cajita)... y nos quedamos con los peleadores...

Mario: Ahí está la cosa... en la cama nos llevamos re bien... nada a hacer... la cosa es cuando dejamos de estar juntos...

Andrea: O sea... la mayor parte del tiempo...

Mario: Yo estoy seguro que me mete cuernos... no hay donde perderse... son muchas mentiras...

Andrea: Y yo aseguro que tú me engañas... tienes tantos misterios...

Psicoterapeuta: ¿Eso quiere decir que los peleadores se la pasan mirando la cajita... porque no se la creen?

Andrea: Yo creo que él hace otras cosas que no conmigo con otras mujeres...

Mario: Es al revés pienso que tú finges conmigo y haces cosas cochinas con tu amante...

Psicoterapeuta: Cuando están juntos en la cama... ¿Están juntos o cada uno coloca a algún fantasma entre los dos?

Andrea: De mi parte... ¡No! Me es suficiente Mario...

Mario: No sé... siempre pienso que estás fantaseando con tu ex...

Andrea: Algunas veces me has hecho escenas después del sexo... es que no te sacas tus celos nunca...

Mario: Estamos iguales pues... tú me haces lo mismo... y peor, porque me dices que soy maricón...

Andrea: ¿Qué quieres que piense? Hace tiempo me dijiste que dudabas...

Mario: Doctor, hágale entender... Sergio es mi único amigo... sólo eso...

Psicoterapeuta: Ambos desbordan de pasión... alimentan sus celos con el deseo... Es como dudar...

Andrea: (Interrumpe) así es... yo dudo de su amor...

Psicoterapeuta: Tal vez... porque nunca fuiste amada de verdad...boicoteas la posibilidad de ser amada, al menos durante el sexo...ambos dicen que es bueno, pero lo arruinan cuando se separan... sus cuerpos son felices pero sus almas dudan del amor...

Mario: No entiendo nada... pero si sé que no quiero seguir así, lastimosamente esto es mejor que termine...

Psicoterapeuta: ¿Ves? Cuando tocamos las cosas positivas, y yo trato de entender cómo las echan a perder... inmediatamente entra el Sr. Pesimista para boicotearnos...

Andrea: Ahora estamos por fin conversando... veo que es cierto, ninguno de los dos acepta ser querido por el otro...

Psicoterapeuta: ¿Qué pasaría si aceptaran que se aman?

Mario: Imposible... ella no lo acepta...

Psicoterapeuta: Mario... deja de pensar por ella... piensa por ti... ¿qué pasaría si aceptas que ella te fuera fiel? Porque esa necesidad de tener la seguridad de ser prioridad es lo que impide contemplar el fondo...

Mario: Si ella me fuera fiel... si al menos me diera la seguridad... entonces todo cambiaría...

Psicoterapeuta: ¿Qué cambiaría? Todo es demasiado...

Mario: Y... no sé... todo...

Psicoterapeuta: Dame un ejemplo chiquito...

Mario: Dejaríamos de pelear...

Andrea: En eso estoy de acuerdo... ya no más peleas...

Psicoterapeuta: ¿Y qué harán en vez de pelear?

Mario: Conversar...

Andrea: Todo sería más tranquilo...

Psicoterapeuta: ¿Aburrido? No habría nada que ver en la cajita... (abre la cajita)... están ahí dos niños jugando...

Andrea: Es como si fuéramos dos chiquillos... es cierto... caprichosos...

Mario: Por lo que dice.... Dos niños abandonados...

Psicoterapeuta: Me imagino que es doloroso ver ese sufrimiento del pasado, por eso cada uno prefiere mirar los defectos del otro, y mejor aún jugar al *pesca pesca*...

Mario: Es que,,,

Andrea: (Furiosa) ¡Basta! Estoy cansada de tus celos... ya no puedo más... no más...

Psicoterapeuta: ¡Alto! Lo que acaba de pasar es el juego en el que ambos se encuentran. Contemplan el dolor y uno de los dos sale al rescate, es tan efectivo. Bastó que Mario dijese el inicio de una frase para que active la rabia de Andrea... inmediatamente sale la furia... ¿Vieron? Es un mecanismo automático...

Mario: Yo no tengo el menor interés en rescatar a nadie... me defiendo de sus insultos...

Psicoterapeuta: En este episodio ella no te insultaba... en realidad nadie te insultaba... ¿Te dijiste algo tú mismo?

Mario: No sé

Psicoterapeuta: Bastó que dijese "es que", para que Andrea estalle...

Andrea: Fija iba a decir que estoy metiéndole cuernos... es una cosa que no sale de su cabeza...

Psicoterapeuta: Voy a contarles un cuento... Había una vez dos monjes Zen que caminaban por el bosque de regreso al monasterio. Cuando llegaron al río una mujer lloraba cerca de la orilla. Era joven y muy bonita.- ¿Que te sucede? –no puedo cruzar. Lo intenté pero la corriente me arrastra y no podré llegar nunca al otro lado sin ayuda... alguno de los dos podrá ayudarme a cruzar...- Ojalá pudiéramos – se lamentó el más joven. Pero la única manera de ayudarte sería cargarte a través del río y nuestros votos de castidad nos impiden todo contacto las mujeres. Eso está prohibido... lo siento. El monje viejo se arrodilló y la montó sobre su espalda, así la hizo pasar el río. La mujer se inclinó en gratitud y corrió por el camino del pueblo. Los monjes, sin decir palabra, retomaron su marcha al monasterio. Poco antes de llegar, el joven le dijo al anciano: - Maestro, conoces mejor que yo nuestro voto de castidad. No obstante, cargaste sobre tus hombros a aquella mujer todo el ancho del río. Yo la llevé a través del río, es cierto, ¿pero qué pasa contigo que la cargas todavía sobre los hombros?

Andrea: (Luego de un largo silencio) Creo que eso le pasa...

Psicoterapeuta: ¿A quién carga?

Andrea: ¿A Nano?

Psicoterapeuta: Pienso que a alguien más antiguo...

Mario: ¿De mi historia familiar?

Andrea: Aprendiste que todas las mujeres son infieles

Mario: Eso lo decía mi padre...

Psicoterapeuta: ¿Qué concluiste de esa experiencia?

Andrea: Que todas las mujeres son putas...

Mario: Puede ser... no estoy seguro... en mi familia es un tema que no discutimos. Mi padre no ha dejado que mi madre tenga vida social...

Andrea: Un tiempo creíste que eras gay...

Psicoterapeuta: Fue muy duro seguramente, tiene sentido que hayas rechazado a las mujeres porque es un hecho en tu familia: las mujeres son infieles, como pensaban en la edad media... todas brujas y si no putas.

Mario: Mi hermana me ayudó... la mayor... me hizo entender...

Psicoterapeuta: ¿Qué...?

Mario: Mi padre es muy serio...no sabemos lo que vivió

Psicoterapeuta: ¿Lo hablaste con él?

Mario: No... es algo que he preferido ignorar...pero me afecta... es como tener sentimientos encontrados hacia mi padre y hacia mi madre

Psicoterapeuta: ¿Qué sentimientos...?

Mario: No sé... es confuso, la quiero y a la vez no...siento mucho rencor y... no sé es raro... como pena...

Psicoterapeuta: Tal vez rencor y nostalgia... ¿Puede ser?

Mario: Tal vez...cuando estoy con ella se mezclan... quiero acercarme pero algo lo impide y actúo como mal chango.

Psicoterapeuta: ¿Y con tu papá?

Mario: Mi relación es distante...no siento más que indiferencia...

Psicoterapeuta: ¿Lo odias?

Mario: ¡Sí por supuesto!

Psicoterapeuta: ¿Pasa algo parecido con Andrea?

Mario: Supongo... no sé...

Psicoterapeuta: (Dirigiéndose a Andrea) ¿Puedes ayudarnos? ¿Alguna vez sentiste esa ambivalencia?

Andrea: No entiendo...

Psicoterapeuta: Como que se quiere acercar pero se detiene...

Andrea: Siempre es así, no lo entiendo. Me pide que me acerque porque cree que estoy distante, luego se enfurece y me aleja...me confunde...

Psicoterapeuta: ¿Con Adriana, también es así?

Andrea: No... creo que no... con ella es cariñoso, la sobreprotege...

Psicoterapeuta: (A Mario) ¿Cómo lo explicas?

Mario: No quiero que mi Adri sufra como yo...

Psicoterapeuta: ¿Qué no debe sufrir ella?

Mario: El no sentirse querida...

Psicoterapeuta: ¿Eso quiere decir que no sentiste que te quisieran?

Mario: Mi padre fue muy distante... y sentí que para mi madre era un estorbo, hasta me lo dijo una vez...mejor era que yo no naciera... vi cómo mi padre maltrataba a mi madre, no con palizas, sino con sus actitudes, era muy malo con ella.

Psicoterapeuta: ¡Qué coincidencia! Dos personas desplazadas, raleadas... ¿cómo pueden amarse? Su idea del amor es simple... que el otro jamás los desplace... entonces, ser amado es que el otro no tenga a nadie más en su vida. ¿Eso no deriva en control? Buscar la manera de asegurarse que el otro no tiene a otra persona. Además están condenados por una maldición...Es imposible ser la prioridad del otro...

Andrea: Eso no quita que Mario me engañe, que me mienta...

Psicoterapeuta: Por supuesto que no. Pero explica el juego de nunca acabar del *pesca pesca*. Al grado que ahora al mostrarte el juego, inmediatamente colocas la pauta indemostrable... “y si Mario igual me es infiel”. Pienso en lo grave que debe ser pensar en la imposibilidad de la fidelidad... la lealtad... como que es inevitable la traición. Y ante ese riesgo, está la posibilidad de la venganza...es decir, antes que el otro me engañe lo engañaré... quizás esa acción hasta establezca la relación, quien sabe... de alguna manera...total si el otro me la hace yo se la estoy haciendo también... (silencio prolongado). La otra opción más cruel, creo yo, es hacer creer que tengo a alguien, sin tenerlo, sólo para seguir el juego... en fin, sólo Dios sabe... no interesa en la terapia...

Andrea: ¿Cómo que no interesa?

Psicoterapeuta: Andrea, ponte en mi lugar... ¿Hay alguna manera en que yo podría saber a ciencia cierta si Mario tiene otra persona? ¿Qué tú tienes otra persona?

Andrea: Usted ha estudiado psicología, debería saber cuándo alguien miente...

Psicoterapeuta: ¿Cómo sabes que una mujer está embarazada?

Andrea: Pues hay exámenes clínicos definitivos...

Psicoterapeuta: En Psicología aún no existen esos exámenes clínicos... y si existieran... ¿qué ganaríamos? Hagamos una fantasía... arrancamos un cabello de Mario y lo llevamos al laboratorio para que nos digan si miente o dice la verdad... nos dicen que 99% de posibilidades de que si... como en el test de embarazo... y ahora... ¿qué haces con esa información? ¿Rompes la relación?

Andrea: Inmediatamente...

Mario: En mi caso... eso sería suficiente para separarnos...

Psicoterapeuta: Les quiero recordar que hace unos minutos les pedí que imaginaran que es cierta la infidelidad...y ¿qué hicieron?

Mario: Empezamos a discutir...

Psicoterapia: ¿Entienden que no ayuda el saber si hay o no otra persona?

Mario: Está bien, lo diré... no tengo otra persona... eso que quede claro, pero sí empecé algo con Sergio... no es que sea homosexual... no lo soy... él como dijo Andrea es gay, como que todos lo saben. Es mi mejor amigo, y pasó algo una vez... en fin... me da vergüenza decirlo... nos besamos... fue asqueroso, no me gustó para nada... pero a partir de eso, él malinterpretó o no sé, pero comenzó a buscarme, se rayó... yo no sabía qué hacer... y creo que en eso Andrea sospechó que pasaba algo...

Andrea: ¡Yo tenía razón! ¡Eres un puerco!

Psicoterapeuta: Mario... gracias por confiar esa información en nosotros... Andrea... escucha antes de juzgar... puede ser cierto o no, pero Mario ha contado algo muy personal y difícil...

Andrea: No es justo... no lo es... yo no tengo nada con nadie, no he tenido nada con nadie... y ahora usted se pone de su parte... que se dio un beso... no lo creo... estoy segura que hay más, es muy rara esa amistad...

Psicoterapeuta: Otra vez prefiero revisar lo que ocurrió y no centrarme en si hay o no esa relación. Todo comenzó cuando yo planteé que no interesa si hay o no infidelidad... de la nada y como una bomba tu marido nos cuenta que hubo un desliz homosexual... no puedo negar que me impactó... porque salió de la nada... algo inesperado... ¡Kaput! Al tiro reaccionas enojada... confirmando tu idea... luego insultas... le dices puerco... de ahí yo me inquieto y trato de conciliar... porque la verdad... todas mis fichas fueron removidas por un huracán... con autenticidad te enfadas conmigo... porque desequilibré las cosas... me imagino que viste que quise proteger a Mario y al hacerlo te desprotegí a ti... Una vez más fuiste desplazada...

Andrea: Usted me está pidiendo que me trague todo eso...

Psicoterapeuta: Estoy tratando de diferenciar las cosas...

Mario: (Interrumpe) ¡Está tratando de dorar la píldora! ¡No doy más! He sido sincero, esperando que de una vez se ventile la verdad... no tengo nada más que decir... Si no estás dispuesta a escucharme, mejor es que todo esto quede aquí... ya no quiero seguir viviendo contigo...

Andrea: ¡Claro! ¡Seguro! Ahora te irás con tu ñato... ¿quién sabe si no tienes otro por ahí escondido?

Psicoterapeuta: Muy bien... entonces... deben iniciar la separación...

Andrea: ¡Usted nos quiere separar!

Psicoterapeuta: Es lo que ustedes han planteado...

Seguimiento

Este incidente crítico fue parte de la última sesión con la pareja. Retornó Mario, con quien tuve tres sesiones individuales. La esposa decidió retirarse de la terapia, según Mario debido a la incidencia del pastor de su iglesia. De cualquier modo, decidieron separarse. Unos meses después de la separación, Andrea retomó la relación con Nano. Mario insistió durante la terapia individual que no fue infiel durante su matrimonio, sin embargo surgieron dudas acerca de su orientación sexual debido a la amistad con Sergio.

Análisis:

Resulta pertinente considerar a la pareja como un sistema, son dos elementos en interacción con sinergia. Como todo sistema existe tendencia a la morfostasis, reduciendo la entropía desde el intercambio de información entre sus componentes. Al tratarse de un sistema social reducido, la pareja es vulnerable a la influencia de los suprasistemas donde se encuentra inmersa. El más influyente es la familia de origen, el dilema de los miembros de la pareja es resolver el doble rol asignado: hijos y cónyuges. En muchos casos el nacimiento de los hijos obliga al establecimiento de

límites. La colusión se origina cuando ambos cónyuges tienen deudas afectivas con su familia de origen, en ese caso es difícil la desvinculación, los apegos adultos activados por el lazo amoroso definen la patología conyugal.

El presente caso es un buen ejemplo, tanto Mario como Andrea están triangulados con sus padres, definiendo una colusión depresiva-dependiente. Centrados en la definición de amor por contradicción a la traición, han puesto su esfuerzo relacional en el control y la sospecha. Ninguno puede contemplar el vacío relacional mientras está ocupado por el miedo.

Se ve en el incidente la imposibilidad de estar juntos y separados, durante la sesión se produce una oscilación permanente entre una y otra actitud. También es notable la intención de triangular al terapeuta y lo difícil que resulta no caer en la artimaña debido a las ofensas y cuestionamientos que la pareja hace ante las intervenciones provocativas.

La visión sistémica permite la comprensión de las interacciones, además protege al terapeuta de ser involucrado en el juego. El objetivo de este incidente fue develar el juego relacional de la colusión, se arma la vinculación trayendo a la sesión las necesidades afectivas pendientes en sus familias de origen, ambos miembros de la pareja afirman comprender las circunstancias vinculantes del juego.

Como consecuencia del trabajo terapéutico la pareja decide la ruptura, es factible especular acerca del inmediato lazo amoroso creado por Andrea con su ex pareja, y el vínculo terapéutico de Mario con el terapeuta.

CAPÍTULO 32

ESTUDIO DE CASO: TEORÍA DE LOS JUEGOS Y LAS DECISIONES

Lo mío y lo tuyo

*No es que muera de amor, muero de ti.
Muero de ti, amor, de amor de ti,
De urgencia mía de mi piel de ti,
De mi alma de ti y de mi boca
Y del insoportable que yo soy sin ti.
Jaime Sabines*

Descripción del caso:

Leticia (38) y Norman (36) están casados hace cinco años, tienen una hija, Matilde (4). Leticia asistió a terapia individual durante dos años antes de casarse, debido a ataques de angustia asociados a una estructura de personalidad limítrofe. Enamora cuatro meses con Norman a quien conoce en su trabajo, deciden casarse e inmediatamente se embaraza. Tiene un embarazo complicado, con hiperémesis hasta el parto. Durante esa época asiste a terapia con el esposo con la intención de programar sus funciones de padres.

Leticia es hija única, su madre muere cuando ella tenía 7 años, es criada por una pareja de tíos, quienes nunca asumen el papel de padres, es la niñera quien se hace cargo de ella. A sus 16 años la niñera es expulsada del trabajo, desde esa edad, Leticia tiene que hacerse cargo de su vida, termina el bachillerato con sus propios ingresos. Sale profesional en el ámbito de la bioquímica, trabaja con éxito en un laboratorio de medicamentos.

Por su parte Norman es el hijo mayor de dos hermanas menores, estudia auditoría. Sus padres son distantes afectivamente, la madre dominante y sobreprotectora. En la adolescencia manifiesta síntomas de depresión con intento suicida, motivo por el que asiste a tratamiento psiquiátrico, desde esos tiempos recibe antidepresivos y continúa con atención psiquiátrica.

Asisten a terapia de pareja debido a problemas de violencia simétrica, llegaron a golpearse en dos ocasiones, están preocupados por Matilde, en la guardería presentó episodios de encopresis. El siguiente incidente ocurre en la octava sesión.

El banco con mayores intereses.

Norman: Las cosas no están mejorando... creo que están empeorando...

Psicoterapeuta: En una escala de 1 a 10, 1 es muy mal, y 10 excelente, ¿la anterior sesión en cuánto estaba la relación?

Norman: Pienso que en 3

Leticia: Yo diría un 4

Psicoterapeuta: ¿Y hoy?

Norman: 1

Leticia: Sí 1

Psicoterapeuta: ¿Qué hicieron para este retroceso?

Leticia: Volvimos a pelear... sin golpes, eso sí, hace tiempo no hay agresión física, pero muchas humillaciones...

Norman: Exacto...demasiado... es insoportable...

Psicoterapeuta: ¿Qué intentaron resolver con el antiguo método?

Leticia: Es lo mismo de siempre... Norman me miente...

Norman: No miento, lo que pasa es que no me escucha y luego vienen los reclamos...

Psicoterapeuta: Entiendo que ustedes saben de qué están hablando, pero yo no tengo ni idea...

Leticia: Otra vez me sale con una deuda tremenda... yo no la conocía...

Norman: Sí la conocías... lo que pasa es que no registras las cosas...

Psicoterapeuta: ¿De qué deuda me hablan?

Leticia: Son como veinte mil dólares, que este señor se prestó de su madre para cubrir la deuda de su negocio...

Norman: Nuestro negocio...

Leticia: Tu negocio, no es mi negocio... eso del Internet es cosa tuya... me vengo a enterar que soy deudora...

Norman: Lo sabías... ya hablamos de eso...

Leticia: Okey... entendí que no tengo otra que asumir ese préstamo, pero ahora sales con el dinero que te prestaste de tu madre... ¿cuánto le debes a estas alturas? Verás Bismarck... en este matrimonio todo ha sido a pérdida...

Norman: Sin intereses le debemos sesenta mil dólares...

Leticia: ¡Le debes!

Norman: Somos matrimonio... pregúntale a Antonio...

Psicoterapeuta: ¿Antonio?

Leticia: El abogado, dizque amigo... es un delincuente, nos roba a mano armada...

Norman: No quiero hablar de tus deudas...

Leticia: Tú lo has dicho... mis deudas, no entran en esta discusión...

Psicoterapeuta: ¿Discusión? Nadie me ha invitado... ¿cuál es el tema?

Leticia: No te hagas... está claro... yo no pienso depositar dinero a la cuenta de la señora... son seis meses que saco de mis ingresos porque el famoso negocio de Norman no arranca... nos cobra más intereses que en cualquier otro banco... ha elegido el peor banco... lo peor es que la doña se las toma conmigo... porque su hijito tiene la increíble habilidad de ser un gran actor, es el pobrecito, la víctima de siempre... su madre me detesta, no me puede ver... me imagino que su hijo le dice cosas de mí...

Psicoterapeuta: Es como que Norman trabaja en el banco...

Norman: No teníamos otra, en ningún banco nos quieren hacer préstamos, porque debemos un montón de la casa...

Leticia: Bendita casa... me arrepiento haberme dejado convencer... si te das cuenta, yo mantengo esta familia, y encima me llevo sorpresas... Ni separarnos podemos... estamos atados por las deudas...

Norman: (Toma la mano de Leticia, ella la aparta con agresividad) No digo... todo el tiempo de rechazas...yo te quiero...

Psicoterapeuta: ¿Crees que es un problema de amor?

Norman: Creo que nunca hubo... fue un espejismo...por eso nos casamos...en el fondo creo que nunca nos quisimos...

Leticia: Yo sí te he amado... no me juego la vida sin medir las consecuencias... el error fue traer a Matilde a este mundo...de verdad, puede parecer desalmado lo que voy a decir...es que sin ella las cosas serían más fáciles...

Psicoterapeuta: ¿es decir...?

Leticia: Agarro y me voy... ahora todo es más complicado, se me ocurrió poner la confitería... con ella pensaba que podía equilibrar las cosas, pero no ha sido así... hay buenas épocas y malas... cuando se presentó el problema con impuestos, casi entré en quiebra... si no hubiese sido mi trabajo fijo en el laboratorio... no sé cómo hubiéramos salido a flote. Felizmente ya resolví ese tema... todo es complicado... peor con las burradas de este tipo... la verdad de las verdades ya no puedo confiar...

Norman: Yo tampoco puedo confiar porque dice una cosa y luego hace otra, puede estar muy tierna conmigo y de pronto se vuelve una fiera sin motivo...

Leticia: ¿Estaré loca? Nada es sin motivo, estamos bien y tú eres el que saca sus problemas... estoy harta... deja de amenazar con suicidarte... ¡Ya no me importa! Hazlo si quieres, he vivido mil veces tu suicidio, cuando lo hagas no me afectará... te lo juro... me dará pena la Matilde, pero yo he salido adelante, sé que mi hija lo hará también...

Norman: (Al psicoterapeuta) Si estuvieras en mi lugar, te aseguro que no lo aguantarías, es terrible no saber qué me espera al llegar a casa... ya mi vida es una pesadilla, encima tengo que estar pendiente de sus ataques...

Leticia: ¿Ataques? ¿A qué te refieres? Hace mucho tiempo ya no he tenido mis "paniqueadas".

Norman: Me refiero a tus ofensas, tus ataques de furia...

Leticia: Es que me sacas de quicio... me enferma tu inmadurez, tu dependencia a tu madre. Me apena tu papá, pobre hombre... tener que vivir al lado de esa bruja infernal.

Norman: No te voy a contradecir, así es ella... y mi padre que ha sabido soportarla toda la vida...

Psicoterapeuta: Tu mamá tiene los mismos ataques que tu esposa...

Leticia: A no... ¡a no! Eso nomás faltaba que me comparen con esa doña...

Psicoterapeuta: Parece que Norman necesita que sus mujeres tengan ataques...

Leticia: ¿Sus mujeres? ¿Hola? ¿Me perdí de algo?

Psicoterapeuta: Me refiero a su madre y a ti... sus dos mujeres...

Leticia: Es demasiado complicado...

Psicoterapeuta: Tal vez no sea tanto... quizás es simple... ¿Qué gana Norman de tus ataques?

Leticia: Me echa de culpa...

Psicoterapeuta: Por lo tanto... de esa manera evita los verdaderos problemas...

Leticia: Tienes razón...

Norman: ¡Momentito! Ahora resulta que el culpable soy yo...

Leticia: Al fin dices algo razonable...

Psicoterapeuta: Estoy al medio de una batalla... ¿Cuál es la ganancia? Veamos... ¿Qué ganará Leticia si al final derrotas a tu marido?

Norman: Verme humillado... en el suelo... aplastado como una mosca...

Leticia: Creo que no gano mucho...

Psicoterapeuta: ¿Y lo poquito que ganarías?

Leticia: No sé...

Psicoterapeuta: ¿Es un combate de gana o pierde? ¿Sin la posibilidad de empate?

Norman: Es ganar o perder... tú lo has dicho...

Psicoterapeuta: ¿Qué apostaste Norman?

Norman: No he apostado nada...

Psicoterapeuta: Me parece que apuestas a tu hija y Leticia a tu madre...

Leticia: ¿A mi hija? No puede ser... no...

Psicoterapeuta: No quieres que le pase nada... o sea ella está sobre la mesa de las apuestas... no arrojas los dados porque temes perderla...

Leticia: Puede ser... entonces yo pongo en la mesa a doña Ana... y exijo que sea el quien juegue...

Psicoterapeuta: Así lo veo... Si se divorcian... ¿con quién se quedaría Mati?

Leticia: Ni hablar, ella se queda conmigo...

Norman: Ni loco la dejaría contigo...

Psicoterapeuta: ¿Ven que la están apostando? Me pregunto si la caquita en la escuelita tiene algo que ver...

Norman: Yo me orinaba en la cama cuando mis padres peleaban...

Leticia: (Llorando) Es que la estamos dañando...

Psicoterapeuta: Tal vez si recuerdan... a veces... a veces... delante de ella ¿la apuestan?

Leticia: Siempre su padre saca que se va a morir y qué va a ser de ella...

Psicoterapeuta: Si él se suicida, tú ganas... no hay donde perderse... por eso no te importa que Norman se vaya de este mundo...

Norman: Pero... (silencio) si es por ella que yo no me mato...

Psicoterapeuta: Porque no la quieres perder...

Norman: Una vez, en esos momento de locura, le he dicho a esta mujer que prefiero matar a mi hija y luego quitarme la vida...

Psicoterapeuta: ¡Claro! Así te llevas toda la apuesta... pero sobre la mesa queda tu madre...

Leticia: Y eso es otra cosa...

Psicoterapeuta: Ahí, Leticia... tú tienes todas las fichas... si él apuesta las fichas de tu hija, tu colocas sobre la mesa las fichas de su madre... además no es difícil para ti apostar a la señora...

Norman: ¡Claro! Tú no tuviste madre...

Psicoterapeuta: Lo que acabas de decir es muy fuerte...

Leticia: No... tranquilos... es verdad... hasta he pensado que no estaría mal que Mati se vaya con su padre...

Psicoterapeuta: Tampoco tuviste padre...

Norman: Has sido huérfana de padre y de madre...

Leticia: Nunca permitieron que me entere quién ha sido mi padre. Cuando me embaracé, un señor me buscó diciendo que era mi papá... (llora) Prefiero no hablar de eso...

Psicoterapeuta: Está bien... es doloroso... y en estos momentos seguramente debes sentirte desamparada...

Leticia: Esa es la palabra... así me siento al lado de este hombre... yo soy la que tengo que cuidarlo como si se tratara de un niño... pero yo... nunca he contado para nada...

Norman: (inquieto) No es verdad... sí me preocupo por ti... te ayudo en lo que puedo, sé que necesitas dormir, por eso me levanto temprano y me hago cargo totalmente de nuestra nena...

Leticia: No me puedo quejar... eres mejor mamá que yo... cuidar a Matilde me pone muy nerviosa... sin ese apoyo, no lo hubiera logrado...

Psicoterapeuta: Al parecer lograr coordinar bien como padres...

Leticia: Él hace de mamá y yo de papá...

Norman: Es un matrimonio al revés...

Psicoterapeuta: Me parece curioso, sus problemas son del ámbito laboral... si se puede llamar así... siendo Leticia una mujer emprendedora y hábil en los negocios... y Norman un capo en las finanzas... Mientras que en los quehaceres de la casa se han sabido manejar bien...

Leticia: Pero eso no quiere decir que yo siga aguantando...

Psicoterapeuta: Quieres detener la guerra...

Norman: No es solamente ella la que está cansada, yo también lo estoy... mi psiquiatra aumentó mi dosis de Alprazolam...

Leticia: yo no logro dormir sin mis pastillas...

Psicoterapeuta: Fortalecen a los soldados...

Análisis:

Se trata de un incidente donde se aprecia el juego de competencia o de suma cero. Ambos jugadores están empeñados en ganar al otro en una vinculación de todo o nada. Como terapeuta hago un re

encuadre, en lugar de centrarnos en el tema económico intento convertir el juego de competencia en uno de colaboración, al reemplazar la disputa por el cariño a la madre y a la hija. La pareja por sí sola abandona el “campo de guerra” y se dirige al “campo del amor”. Del poder pasan al cariño. La consecuencia es positiva, encuentran ámbitos de clara cooperación, se modifica el clima del contexto terapéutico y se facilita el diálogo, dejaron de ser adversarios para definirse como cómplices.

CAPÍTULO 33

ESTUDIO DE CASO: TEORÍA DE LOS JUEGOS Y LAS DECISIONES

Felices a pesar de todo

*No me hables, si quieres, no me toques,
No me conozcas más, yo ya no existo.
Yo soy sólo la vida que te acosa.
Y tú eres la muerte que resisto.
Jaime Sabines*

Descripción del caso:

Marcelo (34) y Daniel (29) Son pareja hace cinco años. Marcelo está casado con Carola (36), tienen un hijo, Andrés (8). Marcelo y Carola tienen un arreglo, mantienen la apariencia del matrimonio. El problema se ha suscitado debido a que ella ha decidido vivir con su nueva pareja, por lo que le ha solicitado a Marcelo que deje la casa. Daniel vive con su madre, es muy difícil llevar a Marcelo a vivir con ellos. Andrés sabe que su padre es homosexual y que Daniel es pareja de su papá, el problema es que tampoco el niño quiere que su padre salga de casa.

El río de amor...

Daniel: Marcelo insiste en que deje a mi madre sola para vivir juntos.

Marcelo: Yo tengo que salir del departamento de Carola hasta fin de mes, no tengo alternativa. Mi única posibilidad es irme a la casa de mi madre. Muy complicado, ella no sabe que soy gay. Ya lo hemos hablado, no puede saberlo...se moriría. Ahora con Carola hemos inventado que nos estamos separando...pasa también que su chico es un fresco...pero ella está ciega y no se da cuenta que el muchacho es un vividor.

Psicoterapeuta: ¿Muchacho?

Marcelo: Tiene veintitantos años... es un chango, pero como es extranjero, él quiere vivir con Carola, y la muy tonta aceptó...nunca la vi tan desubicada. Hasta Andrés se da cuenta... Una vez que el ñato esté con ella, seguro querrá quedarse con la casa...o eso no durará nada. Yo podría comprar un departamento o alquilar, en el peor de los casos, pero me da pena mi hijo, ya lo viste... Está bien apegado a mí...

Daniel: No pretendo separarte de tu hijo, es lo último que haría...

Marcelo: ¿Viste? ¿Viste? Pero lo harías...

Daniel: Eres muy susceptible... es una forma de hablar...

Psicoterapeuta: ¿Qué tal centrarnos en el problema?

Daniel: Es Marcelo quien lo complica todo, me siento como presionado...como si me planteara una prueba de amor... No sé, me irrita mucho esta situación...yo lo amo y él lo sabe... pero me pone entre la espada y la pared. Al final ¿Por qué tengo que cargar con las chiquilladas de Carola? Todo estaba tranquilo, y no fue fácil...estábamos viendo de que Marcelo diga a su familia que es gay...pero ahora sale todo esto, porque la dichosa reina necesita su palacio para recibir a tamaño mozalbete...

Marcelo: No te estrelles con ella, ya mucho hizo por nosotros...

Daniel: La está defendiendo... siempre ha sido así... no sabes lo que he pasado sabiendo que vives con ella, no me la creo que no pasa nada entre ustedes...

Marcelo: No he negado en ningún momento que alguna vez tuve un desliz con ella, pero no hay nada de sentimiento...

Daniel: ¡Claro te la tiras y no hay sentimiento! No digas sandeces...

Marcelo: No es excusa, ¿pero sabes en quién pensaba cuando tenía sexo eventual con ella?

Daniel: No me digas... no me digas...seguro que pensabas en el Navarro, ese tipo se metió entre los dos... ¿ves Bismarck? Marcelo es un maricón promiscuo...¿en qué quedo yo?

Psicoterapeuta: Lo que me muestran es el jueguito de “despertar para engordar al monstruo”. Los dos se ponen de acuerdo en perder el tiempo activando los celos...parece muy entretenido por cómo veo que se mueven...los celos los atrae y entran en su juego...hasta ahí, tal vez sea soportable, pero luego se insultan...

Marcelo: Es que Daniel nunca olvida...

Psicoterapeuta: Debiste buscar alguien sin memoria...

Marcelo: Es cierto, nunca olvida y me refriega mis deslices, como tú los llamas...pero ya pasaron, no volverá a ocurrir, Daniel es el centro de mi vida...

Daniel: Así me manipulas todo el tiempo. La cagas y luego te limpias el culo como si nada ,,yo estoy hecho mierda...ese es el problema...

Psicoterapeuta: Un rato ... permítanme ordenar mis ideas, lo tengo todo enredado... (silencio) Lo que entiendo es que hay un problema concreto, Marcelo debe dejar la casa de Carola, porque en todo su derecho ella ha pedido vivir con su chico. El asunto es ¿dónde se va a vivir Marcelo? La propuesta que hace es vivir en casa de Daniel... cosa difícil por la presencia de la mamá de Daniel... ¿Entendí bien?

Daniel: Lo malo es el chantaje que me hace Marcelo... como si fuera fácil sacar del medio a mi madre...

Marcelo: Lo mejor entonces es terminar nuestra relación...

Psicoterapeuta; ¡Ay Marcelo! Eso se llama manipulación. Si yo fuera Daniel me sentiría mal...

Daniel: ¡Exacto! Debes entender que no es un problema de amor...

Marcelo: ¿Entonces?

Psicoterapeuta: A mí me parece un problema de independencia... Como que ambos se estancan porque Marcelo debe dejar a su esposa y Daniel ante esa circunstancia está en el dilema de si deja o no a su madre. Si Daniel cede a la solicitud de Marcelo, entonces pierde, ¿qué gana? ¿Tener a Marcelo todas las horas del día? Pero estando su madre, la cosa se complica...por un lado ¿cómo explicar a la familia de Marcelo? No quedará otra que develar la homosexualidad y aclarar que Daniel no es solamente el mejor amigo...me sorprende mucho Andrés, sabe guardar un secreto tan difícil de guardar...

Daniel: A mí se me hace que todos lo saben...

Psicoterapeuta: Tal vez es un secreto a voces, pero igual...

Marcelo: Si me voy a tu casa por supuesto que será después que hable con mi madre y mis hermanos...

Psicoterapeuta: ¿Y tu padre?

Marcelo: Él sabe que soy gay...

Psicoterapeuta: ¿Cómo haces para vivir rodeado de secretos? Al final de cuentas, creo que tu homosexualidad secreta ha servido, y mucho en tu familia...¿verdad?

Daniel: Yo creo que sí, con el secreto están unidos los hombres...

Psicoterapeuta: ¿Tu hermana no lo sabe?

Marcelo: Mi hermana mayor no...mi hermano menor sí lo sabe...

Psicoterapeuta: Daniel tiene razón...tu homosexualidad une a los hombres...

Daniel: ¡Es una payasada!

Marcelo: No sé cómo pero se dieron así las cosas...

Daniel: Si me quisieras de verdad, tendrías un poco de paciencia...

Marcelo: Corazón...ya te lo he dicho, no puedo esperar y no es que no te quiera, tengo que salir de casa...no hay otra...

Psicoterapeuta: Es como mezclaran el corazón con la casa...

Daniel: No es primera vez que Marcelo me coloca en una situación así...

Psicoterapeuta: ¿Mezclando cosas del corazón con cosas de la vida?

Daniel: Nunca mejor dicho, así es. Desde que estamos juntos... y eso me confunde...

Psicoterapeuta: ¿Cómo te gustaría que Marcelo trate estos problemas?

Daniel: Sin chantajearme. Él sabe que lo amo más que a mi vida, me lastima cuando me chantajea...

Marcelo: No te chantajeo... es que a veces no me entiendes... ahora estoy en una situación difícil... tengo que salir de casa... ¿entiendes?

Daniel: Pero no puedes venir a la mía...porque mamá vive conmigo.

Psicoterapeuta: Otra vez, ordenemos, son problemas distintos, uno es logístico, si puede llamarse así, el otro es romántico... Vamos por partes. Marcelo vuelve a plantear el problema logístico y sus posibles soluciones...

Marcelo: Ya... tengo que salir de casa, Carola llevará a su pareja a vivir con ella. Ese es el problema...

Psicoterapeuta: (A Daniel) ¿Lo entiendes?

Daniel: Sí...pero ¿por qué me metes en ese problema?

Psicoterapeuta: ¡Ajá! Ahí es donde mezclan las cosas... Saquemos a Daniel de este problema...

¿Qué alternativas tienes? Por ejemplo, alternativa A pelear para no salir de casa... alternativa Z

¡Suicidarte! Que es una manera muy creativa de salir...

Daniel: Y no es broma... cuando lo conocí, hablaba cada rato de matarse...

Psicoterapeuta: No deja de ser una solución...

Marcelo: ¡Dejen de hablar por mí por favor! Desde que conozco a Daniel he dejado de pensar macanas...así que la opción "suicidio", fuera de lugar...

Psicoterapeuta: ¿Y la solución..."huevos"?

Daniel: (Ríe)... luchar con la bruja....

Marcelo: No sé... no me atrevo... está mi hijo de por medio...Carola es capaz de arrebatármelo...

Psicoterapeuta: Creo que piensas que la gente que te rodea es cardiocirujana...

Daniel: ¿Piensa que todos le arrancamos el corazón?

Psicoterapeuta: Algo así... ¿qué piensas Marcelo?

Marcelo: (Silencio) Yo creo que así fue siempre en mi vida...el único que no me arranca el corazón es Andrés...

Daniel: Ese tipo de cosas me cargan...no me valoras para nada...

Psicoterapeuta: Muy rápido retoman el problema de amor... volvamos a A y Z... hace un rato Marcelo proponías vivir con Daniel, pero independientes de sus familias...

Daniel: No dejaré a mi mamá...

Marcelo: Entonces me quedo sin opción...

Psicoterapeuta: La de los huevos no cuenta...vivir con Daniel en casa de su madre...tampoco...casarse...

Marcelo: (Interrumpe)... ¿Casarnos?

Psicoterapeuta: Es como la gente le llama a vivir juntos... sea en concubinato o con todas las leyes...

Daniel: Pues somos como matrimonio...ya viste que Andrés nos ve así...

Psicoterapeuta: Ese pequeño es un sabio...

Marcelo: El otro día se le salió "mamá" cuando estábamos con Daniel...

Daniel: Es que yo lo quiero mucho...

Psicoterapeuta: Como padres son muy buenos, no hay discusión...como pareja un enredo, no hay discusión...pero como socios mezclan el río de amor que los separa...

Marcelo: ¡¿Cómo nos va a separar el amor?!

Psicoterapeuta: Pues separa a los socios... a los que tienen que tomar decisiones para sobrevivir... Saquemos al corazón... las opciones se van ampliando... ¿casarse? Eso obligaría a que Marcelo salga del closet en su casa y que Daniel deje a su mamá... al parecer ninguno está todavía dispuesto... Si para que Marcelo confronte a su mamá necesita huevos, para casarse ambos necesitan más que huevos... necesitan el corazón... pero como lo hacen anticucho... entonces siguen estancados en esta extraña relación...

Daniel: Yo tengo una idea...

Marcelo: Seguro una idea loca...

Psicoterapeuta: Dila...

Daniel: que salgas a vivir sólo, buscas un departamento en mi barrio para podernos ver más seguido, y poco a poco me voy quedando contigo...

Marcelo: ¿Dejarías a tu madre?

Daniel: Es que tengo que estar seguro que me amas, y dejar poco a poco mi casa...

Psicoterapeuta: ¿Ves que tú también metes al corazón en la casa?

Daniel: Pero es diferente...

Marcelo: El malvado soy yo, claro... Daniel es víctima...

Daniel: ¡Ponte en mi lugar! ¿Te irías con alguien que no valora nada de lo que haces? ¿Con... no sé...?

Psicoterapeuta: ¿Un cobarde?

Marcelo: No me digas así... sin ofender...

Psicoterapeuta: No es ofensa... es lo que has mostrado en esta sesión... falta de coraje para tomar decisiones...

Marcelo: es difícil...

Psicoterapeuta: No digo que sea fácil... lo que pasa es que si decides debes renunciar a algo... Carola ha develado tu estado de "panchurria"... dejaste que las cosas pasen, te acomodaste a las circunstancias... es como que decides no decidir y luego buscas excusas para mantenerte en el pantano...

Daniel: Estoy de acuerdo... evitas decidir...

Psicoterapeuta: (A Daniel) Vamos... las cosas no se podrían dar si no jugarás en el campeonato también. Porque haces algo parecido, no decides, actúas como la víctima incomprendida, invalorada, para mantenerte sin tomar decisiones, además partes de una premisa irrefutable... "mamá me necesita"... yo no me la creo... tu madre no es una persona inválida... ¿Qué va a pasar con tu familia cuando te cases con Marcelo?

Marcelo: Eso es cierto... yo me la he tragado. Que tu pobre madre, esto y aquello... Bismarck me haces ver que Daniel es un tramposo...

Psicoterapeuta: Pues, es como Robinson Crusoe...

Daniel: El de la isla... Viernes...

Marcelo: Caía en sus propias trampas... y yo no soy Viernes para nada... porque yo quiero sacarte de tu isla...

Psicoterapeuta: Llevarlo a la laguna azul...

Marcelo: Cuánto no quisiera...

Psicoterapeuta: Entonces ya está dicho...

Marcelo: (Sorprendido) No entiendo...

Psicoterapeuta: Sí que entiendes...

Daniel: Yo tampoco estoy agarrando la idea...

Psicoterapeuta: ¡Casarse muchachos, casarse!

Marcelo: O sea... ¿irnos a vivir juntos?

Daniel: ¡Uy! No creo... porque...

Marcelo: Tu pobre madre... tu pobre madre... Yo me animo... si me aseguras que dejas a tu madre... entonces hablo con la mía...

Psicoterapeuta: Eso los estancará... o sea... si tú primero... yo después... entrarán en el círculo vicioso en el que se encuentran...

Marcelo: No es tan fácil, debo buscar un departamento... pensar en el dinero...

Psicoterapeuta: Eso debes hacerlo con tu futuro esposo...no sólo... Además ahorita empezará a reclamar que no lo tomas en cuenta...

Daniel: Eso iba a decir...

Psicoterapeuta: el jueguito que usan los “maricones” para no decidir...

Daniel: No sé... yo creo que Marcelo es más maricón...

Marcelo: ¿Qué es esto? ¿Dónde llegamos?

Psicoterapeuta: Pues al borde del abismo... en este punto siempre se dieron la vuelta... Bien es hora de pasar el puente... deben soltar los pesos excedentes... no hay caso de pasar el puente con tanto peso, con tanta gente, sólo pueden pasar los dos... y desnudos...

Marcelo: No es nada pero nada fácil...

Daniel: ¡Deja de ser maricón!

Análisis:

Se trata de una terapia de pareja donde es posible vislumbrar varios niveles de análisis, la cibernética de la relación, el juego de competencia y la mezcla de clases. En el tercer nivel se concentra el terapeuta, promoviendo la diferencia de espacios relacionales y los distintos roles. La terapia se concretiza en la medida en que se fomenta el análisis de la clase “convivencia” en desmedro de la clase “pareja”. La superposición de roles y clases, degeneran en la morfostasis. La diferenciación de las clases, permite al final plantear una solución factible.

CAPÍTULO 34

ESTUDIO DE CASO: RECIPROCIDAD

Para creer en maldiciones

*Yo soy de aquellos hombres transitorios
que huyendo del amor en el amor
se quedaron quemados, repartidos
en carne y besos, en palabras negras
que se comió la sombra.
Pablo Neruda*

Descripción del caso:

Alberto (42) está casado con Nora (41), tienen dos hijos, Ignacio (14) y Paola (12). Alberto era dueño de unas tierras en los Yungas, los campesinos las ocuparon y tuvo que desalojarlas. Durante la lucha recibió dos balazos, una de las balas está alojada aún en un hueso de la cadera, siendo imposible su extracción, sufre de intensos dolores acrecentados por el frío. Los padres de Alberto radican en Estados Unidos, son millonarios, viven con el hijo y la hija menores que Alberto. Aparentemente el padre se siente desilusionado con Alberto porque no culminó sus estudios universitarios además debe ser mantenido por la esposa. Alberto se mantiene en el pesimismo y adolece psoriasis y diabetes.

Nora es la hermana menor entre tres. Su padre abandonó el hogar cuando ella era niña, nunca más se supo de él. La madre vive cerca de la casa y mantiene una excelente relación con la hija. Nora se ha dedicado a la venta de ropa. Su cuñada le envía mercadería desde Estados Unidos, además compra ropa en Chile. El negocio es próspero.

Nora es mi paciente debido a que sufrió indicadores depresivos. La evaluación determinó que su vida es muy estresante, se hace cargo del hogar, de los niños y de la estabilidad económica. Hace tres meses inició un romance con un amigo de infancia a través de Internet. El esposo descubrió las conversaciones, sin embargo decidió aceptar el lazo amoroso de su esposa. El amante exige encontrarse con Nora, él vive en Suecia.

Durante la terapia individual, Alberto y Nora tuvieron una fuerte discusión, ella perdió el control y agredió físicamente a su esposo. Motivo por el que consideré necesaria entrevistarme con Alberto. Vino renuente a la cita, fue muy parco hasta que conversamos sobre la falta de valoración recibida por parte de su padre. Manifestó el dolor que siente al conocer la relación de su esposa con su amante, pero que se hizo dependiente de ella, debido a sus dolencias Nora es una enfermera en su vida. Considera que los niños sufren al ver el vacío en la relación. Estuvo de acuerdo en que tengamos una reunión conjunta con su esposa.

Cicatrices.

Psicoterapeuta: Déjenme decirles lo que estoy entendiendo: han decidido tener un matrimonio abierto. Beto no se hace lío de que Nora tengas una relación virtual con Julio...pero no es justo... porque Beto no tiene otra chica...

Alberto: Yo estoy bien así. Entiendo a Nora, llevamos mucho tiempo sin tener relaciones, yo no puedo... y ella sufre por eso, ella es una mujer joven y normal, pero no puedo satisfacerla...no tengo ganas ni tampoco puedo... es por la enfermedad... por eso no es justo que me oponga a su relación con Julio.

Nora: Bueno, tampoco es tan así. Como sabes, mi relación con Julio es por Internet, tenemos sexo, si es que se puede llamar sexo a lo que hacemos...pero igual, creo que Beto no acepta del todo mi relación... pero no sé... todo esto es extraño... no puedo negar que siento mucho cariño por mi esposo, y como padre es de lo mejor, pero no hay nada entre nosotros...

Psicoterapeuta: Entiendo mejor, pero me corriges. Beto a pesar del dolor que te causa la relación de Nora con Julio... la aceptas...

Alberto: Esto trato, pero es muy difícil...

Psicoterapeuta: (A Nora) ¿Cómo tomas esa actitud de tu esposo?

Nora: Desde un inicio, he querido que él lo sepa. No quiero engañarlo, no se merece algo así... estoy confundida, no sé si me entienden... yo no siento rencor ni nada por el estilo por Alberto, tampoco es que esté enamorada hasta las patas de Julio...no... es confuso.

Alberto: Ahí está el problema... yo no sé qué hacer... a ratos me parece que a él si lo amas... y yo soy un estorbo en tu vida...

Psicoterapeuta: Es muy difícil la situación... además están los niños... ¿ellos saben algo?

Nora: Para nada... esto sólo lo sabe Beto y mi hermana mayor, Clara.

Psicoterapeuta: ¿Qué te aconsejó ella?

Nora: De ella sí su matrimonio está destruido... me dijo que me envidia... que he sabido compensar lo que me hace falta...

Alberto: Diversión...

Psicoterapeuta: (A Alberto) Lo que tú estás haciendo es muy difícil, en mi caso, no sé si podría... pero vamos... ¿cómo Nora está respondiendo a tus esfuerzos?

Alberto: Es como si nada... no valora mis esfuerzos, por eso terminamos peleando... yo doy y no recibo nada...

Nora: ¡Un rato! No es así... soy tu empleada y tu enfermera...

Psicoterapeuta: Okay... ya veo, es al contrario. La relación con Julio es como algo que Nora merece por todo lo que hace por tus enfermedades... Es como que tú no tienes una sola amante... tienes varias: la diabetes, la psoriasis y la depresión...

Nora: Sigo en desventaja... él tiene más amantes que yo...

Psicoterapeuta: Y físicas...

Alberto: Al inicio era de escondidas...

Psicoterapeuta: ¿La relación con tus amantes?

Alberto: Nunca las escondí...

Nora: Y yo boba las cuido, que el azúcar aquí y allá...que las cremas que no puedes ponerte...lo peor son sus dolores de cadera... a veces no puede ni levantarse de la cama...

Psicoterapeuta: Y ¿cómo va con la negra?

Alberto: ¿Cuál negra?

Psicoterapeuta: La depresión...

Nora: Esa es la peor...

Psicoterapeuta: ¿Qué la hace la peor?

Nora: Aparece cualquier rato, se queda en la casa mucho tiempo... y se va sin avisar...

Psicoterapeuta: ¿Alguien la llama?

Nora: Cada vez que llaman sus papás, es grave, Beto se deprime, se pone malhumorado, reniega de todo... pero sólo conmigo...

Psicoterapeuta: ¿Quién la espanta?

Nora: El Nachito, es un payaso, y cuando está con su papá son dos niños... Es como si nos hubiéramos repartido a las wawas, porque mi Pao está conmigo...

Alberto: Tenemos una linda familia...

Nora: Beto es un excelente padre...

Psicoterapeuta: Eso hay que agradecerle al abuelo...

Alberto: No... para nada...

Psicoterapeuta: ¿No que él fue y es un mal padre?

Alberto: Por eso... nada que agradecerle...

Psicoterapeuta: Mucho... porque te enseñó a ser buen padre... al ser malo aprendiste a hacer lo contrario...

Alberto: Es razorable...

Psicoterapeuta: El dilema en esta pareja es... ¿cómo vivir con tantos amantes en la misma casa?

Nora: No lo había visto así... es verdad... aunque suene raro...yo tengo que soportar a las enfermedades de mi esposo... como él tiene que soportar mi relación con Julio...

Alberto: El asunto es que ninguna pomada puede servir...

Nora: Si me trataras con un poquito de cariño...

Alberto: No puedo... es que eres mucha mujer para mí...

Psicoterapeuta: ¿Te avergüenza no poderle dar el amor que se merece?

Alberto: Algo así... culpa quizás...

Psicoterapeuta: ¿Culpa? No entiendo... nada de lo que te pasa es por tu culpa...

Alberto: No puedo darle esta vida...

Psicoterapeuta: (A Nora) ¿Qué opinas?

Nora: Da bronca tanta mala suerte, pero coincido, no es culpa de Alberto todo lo que nos ha pasado... y no voy a mentir, yo lo quiero y mucho...me da rabia que en su casa lo *ninguenean* tanto. Su hermano es cirujano en un hospital famoso, su padre lo compara con él... pero es el peor tipo que conozco... sólo piensa en él... mientras que mi esposito es más bueno que el pan... siente pena por la gente que se quedó sin trabajo en nuestras tierras... jamás le he visto realizar un acto de maldad... sé que es difícil para mí dormir al lado de un hombre que quiero tanto y no poder tocarlo... pero debo acostumbrarme... al final con Julio es como un juego...

Psicoterapeuta: Para vengarte de la Negra...

Alberto: A mí me duele demasiado... me duele más que la bala en mi cadera... te Juro... ya no doy...

Nora: Pero no podemos dejarnos... tenemos que vender la casa para poder irnos a Estados Unidos...no hay comprador, y tu padre exige sin darse cuenta que no es fácil. Estoy aterrorizada con su llegada... llegará en dos meses... no sé qué pasará con Beto...

Psicoterapeuta: (A Nora) Dime... ¿tu familia qué papel juega?

Nora: Eso es cosa aparte... Con mi mamá nos llevamos muy bien, el problema es Nayra, mi hermana menor... tiene serios problemas con el alcohol...

Alberto: Varias veces he tenido que rescatarla, si se puede usar esa palabra... se mete con malas personas. Una temporada desapareció de su casa... ¿puedo contar?

Nora: No sé si ayudará, pero dale, no me hago problema. Mejor lo cuento yo... Esa temporada Nayra había estado trabajando en un...

Alberto: Un prostíbulo... pobre... cayó fondo... muy fondo...

Nora: (Llora, Beto le acaricia la cabeza) Mi madre no sabe ese detalle... no quiero que lo sepa... a Clara no le importa...

Psicoterapeuta: ¿Cómo afecta todo eso a la relación entre ustedes dos?

Nora: Beto siempre me ayuda, si no es dándome consejos, apoyando...y algunas veces él fue quien sacó a Nayra de esos antros...

Alberto: No quiere recibir ayuda...

Psicoterapeuta: Ambos son personas de buen corazón...no cabe la menor duda. Ahora el problema es definir lo mejor para la relación... Al parecer eso de los amantes no está funcionando, han introducido vergüenza y culpa en la pareja...

Nora: Está todo revuelto. A mí me hace falta y mucha...las caricias de Beto, necesito paz, mi vida es muy ajetreada...

Alberto: Yo soy feliz viéndote feliz...

Nora: Pero no me ayuda verte destrozado, te has descuidado mucho, es como que no disfrutas de la vida...

Alberto: Ponte en mi lugar, lo he perdido todo...

Psicoterapeuta: Menos el corazón...

Alberto: Sólo vivo por mis hijos...

Psicoterapeuta: Eso está claro. Pero han construido una especie de bloque de hielo entre los dos... Me parece, eso sí me corrigen si no es así... me parece que en el afán de protegerse se aislaron. Al no saber qué hacer, Nora trató de apoyarte, pero están las enfermedades, la bala y la depresión.

Nora: Es mucho para mí...

Psicoterapeuta: Para mí es inimaginable todo lo que debiste enfrentar. Pienso que Beto se dio cuenta de tu angustia ante la impotencia de resolver tanta cosa junta ¿es así?

Alberto: Sí, ha sido así...no saber cómo evitar la confusión de Nora...

Psicoterapeuta: Ambos han sufrido por el amor que se tienen... Entonces aparece Julio en Internet, y los ayuda a aferrarse de algo concreto... ¿es así?

Nora: No lo entiendo...

Alberto: Con ese tu amorío, nos hemos distraído... ¿eso quieres decir Bismarck?

Psicoterapeuta: Es como un juego que se convirtió en fuego. Empezó a quemarlos a los dos...

Nora: En todos los sentidos de ese incendio...avivó mi cuerpo y quemó nuestra relación...

Psicoterapeuta: No se dieron cuenta que es malo jugar con fuego. Pero todo se redireccionó... los líos de Beto y el estrés de Nora se centraron en la desconfianza, los celos, la pasión...

Nora: Eso es cierto, una noche Beto se montó encima de mí y me hizo el amor alocadamente...

Psicoterapeuta: Eso no me contaron... pero es un ejemplo que hay fuego bueno y fuego malo...

Alberto: No soy el hombre que fui... Nora no puede quererme así como soy ahora...

Nora: Yo amo tu corazón... (Toma de la mano a su esposo)

Alberto:(Llorando) No te merezco...

Psicoterapeuta: Y si dejas que ella decida por sí misma... ¿qué dices Nora?

Nora: Beto es un gran hombre...por algo me enamoré de él...lo que me mata es que no se acerca...estando a mi lado lo siento muy lejos...

Psicoterapeuta: ¿Qué pequeño cambio te gustaría que haga?

Nora: Quiero que vuelva a ser el hombre que conocí...

Psicoterapeuta: Quizás ese es el error que comenten ambos... pienso que Beto nunca volverá a ser como era, el sufrimiento le ha dejado muchas heridas, lo indicado es despedirse del Beto del pasado y aprender a querer al Beto de hoy,,,

Alberto: ¿Yo también debo hacer eso?

Psicoterapeuta: Creo que sí... te la pasas añorando al Beto de ayer... imposible ser como eras, hasta la piel la estás cambiando... a propósito, conozco una historia muy bonita, no sé será cierto, pero suena bien. El águila es un ave que llega a vivir 70 años, pero para llegar a esa edad, a los 40 años, deberá tomar una difícil decisión. Sus garras se vuelven flexibles, por lo que no puede cazar. Su pico se curva, sus alas. Volar se le hace difícil. Entonces el águila tiene solamente dos alternativas: morir o enfrentar su doloso proceso de renovación, que durará 5 meses. Debe volar hacia lo alto de una montaña y quedarse ahí. Después, al encontrarse en el lugar, el águila comienza a golpear con su pico en la pared hasta conseguir arrancarlo. Luego de hacer esto, esperará el crecimiento de un nuevo pico con el que desprenderá una a una sus garras. Cuando las garras empiezan a crecer, comenzará a sacarse las plumas viejas. Finalmente, después de cinco meses muy duros, sale para el famoso vuelo de renovación que le dará 30 años más de vida...

Seguimiento: Tuve dos sesiones más de pareja. Luego atendí a Nora por el lapso de tres años. Nora continuó la relación virtual aunque decidieron con su esposo dejar de hablar de ella. Después de mucho intentar, lograron vender la casa. Los dos hijos migraron a Estados Unidos. Ignacio tuvo serios problemas con su tío, quien intentó desplazar en la función de padre a Alberto. Como consecuencia, el muchacho desarrolló problemas en la escuela. La situación de los hijos se complicó aún más cuando se enteraron que Paola era víctima de acoso escolar. Todo eso derivó en que Alberto adelante su viaje, al tener nacionalidad estadounidense no fue una complicación. Sacó a sus hijos de casa de sus padres, empezó a trabajar como repartidor de pizzas. Con el tiempo lograron vender la casa, Nora pudo viajar para reunirse con su esposo. Antes del viaje terminó definitivamente la relación con su amante virtual.

Análisis:

Desde la cibernética de primer orden, trabajo durante la sesión provocando la simetría recíproca, luego me centro en la necesidad de romper el juego sin fin generado por la presencia de un tercero. Por otra parte, equilibrio la relación buscando cómo Alberto inició el desaforo con sus enfermedades. Se estancan en el juego porque la “venganza” de Nora es imposible de igualar por parte de Alberto, la única opción fue incrementar la depresión. El juego de competencia se interrumpe cuando ambos se reconocen como buenos padres y como dos personas que a pesar de todo se aman.

Desde la cibernética de segundo orden, es evidente el intercambio de ofensas en vez de dones. Esto derivó en violencia simétrica, manifestada por las humillaciones mutuas y finalmente con la agresión física. Sin terapia la pareja estaba destinada a la violencia y seguramente a la ruptura de la familia. También es posible evidenciar la gran dificultad de Alberto para desvincularse de su familia, situación que ocasionó la necesidad de Nora para equilibrar el sistema con su relación virtual. Cuando los hijos manifiestan síntomas, la relación parental se conmueve, Alberto toma la iniciativa al poner las cosas en su lugar viajando a Estados Unidos, liberando a sus hijos de la opresión de su familia de origen. Es interesante observar que cuando Alberto se desvincula, Nora se desvincula también de su amante.

CAPÍTULO 35

ESTUDIO DE CASO: INTEGRACIÓN DE LOS MODELOS

Papeles para el drama

*Ay, en mis brazos he perdido a todas,
Sólo tú vuelves siempre a renacer:
Porque nunca te tuve, te retengo.
Rainer Maria Rilke*

Descripción del caso:

Roberto (36), administrador de una fábrica y actor de teatro está casado hace cinco años con Luciana (34) abogada. Tienen dos hijos Angélica (4) y Andrés (1). Asisten a terapia después de un incidente de infidelidad por parte de Roberto. La esposa plantea la separación, la cual no es aceptada por Roberto. Tuve tres sesiones individuales con el esposo y una con la esposa. Roberto me confesó la infidelidad descubierta por Luciana, plantea que no hubo un año de su matrimonio sin que él no hubiera tenido relaciones sexuales con otras mujeres, asevera que nunca se enamoró de ninguna, y que es natural en él la infidelidad. La esposa descubrió tres de esas infidelidades, sin embargo la última fue devastadora porque se trata de una amiga de la esposa. Luciana considera insoportable vivir pendiente de las conductas de su esposo, por lo que considera que lo más atinado es el divorcio. Consideramos la posibilidad de realizar una terapia de pareja y ambos estuvieron de acuerdo.

Con los ojos cerrados

Psicoterapeuta: Entiendo que no es un secreto esta última infidelidad...

Roberto: Yo no la llamaría infidelidad, es un desliz que cualquiera puede cometer...

Luciana: Eso es justamente lo que me molesta, que no te des cuenta de la decepción que me causas. ¿No piensas en tus hijos? Más ahora que tenemos al Andrés que tanto esperaste?

Psicoterapeuta: Roberto, ¿es posible que puedas sentir el dolor de Luciana?

Roberto: No es para tanto...no es para que se moleste...fue un desliz, yo tengo amigos que sí se han involucrado seriamente con otras mujeres. No es mi caso...además si no hubiera encontrado aquella dichosa factura del motel...nada hubiera pasado...

Luciana: ¡Es el colmo! Eres un sinvergüenza. Para ti es como normal tener una amante... ¡no sé con quién me he casado!

Roberto: Simplemente digo las cosas como son. No estuvo bien lo que hice, estoy de acuerdo, pero que quieras divorciarte es una exageración... No creas...yo tampoco me siento bien...

Psicoterapeuta: Veamos Luciana, ¿tú consideras que Roberto carga algún dolor?

Luciana: Eso no importa...

Psicoterapeuta: Sí importa, es para ubicar a Roberto en la necesidad de sentir el dolor del otro... ¿conoces algún dolor de Roberto?

Luciana: Según él es una persona sin defectos...

Psicoterapeuta: Ya veo, es como que el dolor es un defecto...explica...

Luciana: Es como una negación del dolor...

Psicoterapeuta: ¿Eso explicaría la dificultad que él tiene para comprender tu dolor?

Luciana: Es como tú dijiste...un defecto...

Psicoterapeuta: Entonces... ¿El dolor de que no haya funcionado tu relación...o el dolor por la injusticia?

Luciana: ¿Injusticia?

Psicoterapeuta: Si Roberto fuera tu cliente, y tú la abogada... ¿Qué argumento usarías para defenderlo?

Luciana: Soy abogada comercial...

Psicoterapeuta: Pero seguramente estudiaste derecho familiar y penal...

Luciana: No aceptaría defenderlo...

Psicoterapeuta: Eso demuestra tu nivel ético. Pero supón por un momento, una fantasía...

Luciana: No se justifica...

Psicoterapeuta: Pero lo debes defender... ¿qué argumento tienes?

Luciana: La prueba es circunstancial...

Psicoterapeuta: ¿La factura no es prueba suficiente? ¿Cómo probar la infidelidad?

Luciana: Requiero testigos...

Psicoterapeuta: Muy bien...en esta silla sentemos a la muchacha... ¿Qué le preguntarías?

Luciana: No sé...no entiendo a dónde vamos con este juego...

Psicoterapeuta: Bien, Roberto... en la silla está el dolor de Luciana... llevémoslo al teatro... ¿qué guión le das?

Roberto: Es que no veo la relevancia del dolor...

Psicoterapeuta: ¡Excelente papel! El dolor debe actuar de irrelevante... tu amante es la testigo muda...la víctima...tu matrimonio... ¿No sintetiza eso el juego en el que ambos se encuentran? ¿Cómo manejan el dolor en tu familia de origen?

Roberto: Sabes que me quedé con mi madre desde pequeño y mi hermano, hijo de mi madre que es diez años mi mayor. Se podría decir que él fue como mi padre. Mi mamá es la típica madre sufrida, desde pequeño me ha sido insoportable ver el llanto de mi madre...

Psicoterapeuta: ¿Y el de tu esposa?

Roberto: Nunca me gustaron las mujeres débiles, me casé con Luciana porque entre otras cosas me parecía muy fuerte.

Psicoterapeuta: Déjame ver si te entiendo... aprendiste que la tristeza es debilidad, por eso evitas enfrentar y aceptar el dolor...

Roberto: Puede ser...

Luciana: Es así, no sabe qué hacer cuando estoy apenada...

Psicoterapeuta: Entonces... Luciana aprendiste algo diferente en relación al dolor en tu familia...

Luciana: Mi papá murió cuando yo estaba en colegio, quedamos mi hermana mayor y yo...ella me lleva por tres años, mi mamá quedó destrozada, se querían mucho con mi papá...

Psicoterapeuta: ¿Cómo murió tu papá?

Luciana: Murió en un accidente de tránsito, en realidad quedó en coma durante un mes y luego falleció... Hasta ahora lo lloro...

Psicoterapeuta: ¿Qué hacen en tu casa ante la tristeza?

Luciana: Las tres somos lloronas...no es malo llorar...

Psicoterapeuta: Y... ¿qué hacen cuando una de las tres está triste?

Luciana: Nos abrazamos...

Psicoterapeuta: ¿Qué hace Roberto cuando estás triste?

Luciana: Me riñe...

Psicoterapeuta: ¡Vaya! Quien debía ser infiel eres tú y no él...

Roberto: No entiendo eso...

Psicoterapeuta: Mi abuela decía que la infidelidad tiene que ver con buscar afuera lo que nos dan dentro...

Luciana: Oportunidades no me han faltado, pero yo lo amo a Roberto...

Psicoterapeuta: ¿Y qué haces con tu dolor?

Luciana: Busco a mi mamá y a mis amigas...

Psicoterapeuta: ¿Roberto no sabe abrazar?

Luciana: Para él eso es tener sexo...

Psicoterapeuta: Si continuamos con la idea de mi abuela...¿qué busca Roberto en su amante?

Luciana: El sexo conmigo es bueno...al menos no escuché quejas...

Psicoterapeuta: O Roberto tiene una confusión...mezcla consuelo con placer...¿Reconoces en ti el dolor?

Roberto: (Silencio prolongado) No sé...

Psicoterapeuta: ¿Aprendiste a esconderlo tras una máscara? Yo sabía que los más grandes comediantes cargaban sufrimientos de su infancia... Chaplin por ejemplo. Y hay ese poema...Reír llorando... del payaso que busca ayuda por su depresión...

Roberto: Claro que lo conozco...

Psicoterapeuta: ¿Tú eres Garrik?

Roberto: (Conmovido)... creo que me pasa algo así...

Luciana: Cuando Roberto está triste, generalmente se la pasa haciendo chistes...

Psicoterapeuta: ¿Aprendiste a distraer al dolor?

Roberto: Mi madre... bueno... a ella siempre que puedo la hago reír...

Psicoterapeuta: Es tu manera de calmar las penas...

Luciana: Y es una de las cosas que me encantan de él...me hace reír...y con Angelita es su payaso...es lindo verlos juntos...

Psicoterapeuta: Arlequín buscó una mujer fuerte...y Colombina un hombre divertido..

Roberto: Es curioso, uno de los personajes que más me gusta interpretar es Arlequín... y suelo llamar a Luciana de “mi Colombina”

Psicoterapeuta: Parece que vamos por buen camino... el camino del dolor... Es importante que Roberto puedas ubicarte en el dolor de tu esposa. Tu infidelidad la ha devastado...negar la importancia de lo que hiciste no sirve...aunque tú lo hayas vivido como algo superficial... La palabra que me viene, pero requiero que Luciana la confirme... es ¡traición! ¿Qué opinas Lu?

Luciana: Es eso y... decepción...

Psicoterapeuta: ¿Qué emociones te producen la traición y la decepción?

Luciana: Rabia y dolor...

Psicoterapeuta: ¿Cuál es la más fuerte?

Luciana: Dolor... por todo lo que le he dado...no ha sido fácil...somos de familias muy diferentes, mi madre es re conservadora... mientras que la mamá de Roberto es un gallina alocada... hasta ahora se mete en problemas amorosos, anda con uno y otro...

Roberto: No lo puedo negar... es así...

Psicoterapeuta: ¿Eso quiere decir que en tu familia la infidelidad no es extraordinaria?

Roberto: Mi madre sabe lo que pasó ahora...y piensa que Lu está exagerando...no es para tanto...

Luciana: Mi mamá al revés está muy ofendida, piensa que lo mejor es que me divorcie...

Psicoterapeuta: ¿Quiénes ganarían con su separación?

Roberto: El ex de Luciana, sigue merodeando...

Luciana: Verdad, basta con que yo mueva un dedo para que él vuelva conmigo...pero a mí no me interesa...muchas veces se lo he dicho. Fue grave en nuestro matrimonio, en la ceremonia civil apareció, hizo una escena...y eso que pasó un buen tiempo sin que supiera de él. No se casó, en mi cumpleaños me envía siempre un ramo de flores...

Roberto: Yo le he sacado la mierda...lo reventé...por poco lo mato.

Psicoterapeuta: ¿En tu caso Roberto, quién se alegraría?

Roberto: Mmmmm... no sé... ya sé lo que piensa Lu... todas las mujeres con las que tuve aventuras...

Psicoterapeuta: ¿Es así Lu?

Luciana: Es así... él no se da cuenta... pero hay mujeres que quieren destruir nuestro matrimonio...

Psicoterapeuta: ¿Eso es posible?

Roberto: No creo que me entiendan...pero estoy seguro que Viviana no nos molestará...es que insisto, no pasó nada...sólo fue sexo...

Psicoterapeuta: Eso lo entiendo, me queda claro que para ti no pasó nada. Pero lo que no logro comprender es ¿qué haces para evitar colocarte en el corazón de tu esposa? Por lo que cuentas sí eres capaz de sentir el dolor de quienes amas, lo que no sabes hacer es cómo manejarlo. (Silencio prolongado) Se me ocurre un ejercicio. Quiero pedirles que cambien de sillas (Cambian de lugar). Muy bien, ahora voy a pedirte Lu que te conviertas en Roberto y Roberto ahora eres Luciana. Luciana, siendo Roberto quiero que le digas a Luciana todo lo que pasó con tu amante...

(Después de varios intentos)

Luciana: (Exagerando la expresión) ¿Sabes Lu? No pasó nada, sólo me acosté un par de veces con Viviana, no fue nada más que sexo. Estás exagerando, no es para tanto. Sabes que yo te amo, jamás te dejaría...Mmmm tienes que estar tranquila no va a pasar nada...no llores...no es para tanto...

Psicoterapeuta: (A Roberto) ¿Qué sientes?

Roberto: Que está exagerando...es mejor...

Psicoterapeuta: (Interrumpe) Vaya... no lo estás haciendo bien, se supone que eres un actor, entonces debes aplicar lo aprendido en actuación...ponte realmente en el papel...de nuevo Lu...

Luciana: ¿Qué puedo hacer si soy así? Las mujeres me buscan...no soy de piedra...así nomás somos todos los hombres...imposible ser cien por cien fiel...además debes entender que no me enamoré...fue sexo nada más, exageras, no es para tanto...

Psicoterapeuta: Veamos... Roberto ¿Qué sientes?

Roberto: Lo mismo... está exagerando...

Psicoterapeuta: Bien, cambiemos de lugares. (Cambian de silla). Ahora quiero pedirte Roberto que le digas, con la mayor precisión posible, lo que Luciana en el papel de Roberto te dijo...

Roberto: Bien... Luciana, no exageres...no es para tanto, sólo fue sexo, es que soy así como todos los hombres...no me enamoré...todo fue nada más que pasajero...

Psicoterapeuta: ¡Excelente! Ahora pondré en esta silla vacía a Viviana, quiero que le digas lo que acabas de decirle a Luciana:

Roberto: ¡Esto es muy duro! ¿Es necesario?

Psicoterapeuta: Hazlo... quiero ver qué ocurre...

Roberto: Okey. A ver... Viviana... mi mujer exagera porque lo que pasó entre nosotros fue pasajero, fue sólo sexo...

Psicoterapeuta: Ahora colócate en la silla vacía... ¡Eres Viviana!

Roberto: (Se coloca en la silla vacía) Me siento mal... es como que me usaron...

Psicoterapeuta: Sal de la silla. Imaginemos en ella a Luciana... dile lo que expresaste lo más preciso posible...

Roberto: Bien... (silencio). No es fácil...

Psicoterapeuta: Comienza... "Lu..."

Roberto: Lu... ¡pucha! Perdóname... uff esto es muy duro...

Psicoterapeuta: Luciana, colócate en la silla vacía... (Luciana se sienta en la silla vacía). Ahora Roberto... comienza... Perdóname...

Roberto: Perdóname... no quise lastimarte...

Psicoterapeuta: ¡Al fin lograste ubicarte! ¿Qué pasó? Me parece que te quebraste al conversar con Viviana...¿te diste cuenta de algo?

Roberto: No soy mal tipo, de veras...me di cuenta que...no sé cómo decirlo...

Luciana: ¡Que la usaste! ¡El mundo debe girar a tu alrededor!

Psicoterapeuta: Es la moral del adolescente...si fue bueno para mi tiene que ser bueno para el otro. Tal vez la muchacha no sólo quiso sexo...no lo sabemos...pero que la usaste...la usaste...no me queda claro si la usaste como clínex o como vibrador...

Roberto: No entiendo...

Luciana: Fácil...Bismarck no se ubica si buscas en las mujeres un pañuelo para llorar o cuerpos para divertirse.

Psicoterapeuta: Identifiquemos los antecedentes para que te hayas involucrado con Viviana. ¿Pasaba algo imprevisto en tu vida?

Luciana: Está el problema de tu mamá...

Roberto: Puede ser...estuvo en un atraco con muertos...ella se alojó al lado de la habitación donde ocurrieron los asesinatos...a partir de eso se deprimió...

Luciana: Su hermano es un fresco...le deja todo el peso a Roberto...

Psicoterapeuta: Hacerte cargo de tu madre es un gran peso...

Roberto: Si... eso es cierto...no soporto sus permanentes quejas, lo peor: no hace nada para salir de sus problemas.

Psicoterapeuta: Entonces...buscas consuelo en Viviana... ¿Qué evita que lo busques en tu esposa?

Roberto: No sé...

Psicoterapeuta: ¿Tienes algún miedo...temor?

Roberto: No quiero que me vea débil...

Psicoterapeuta: Si se diera cuenta de tu debilidad, ¿qué podría pasar?

Roberto: No sé...simplemente no quiero que me vea débil...

Psicoterapeuta: ¿Permitiste que Viviana vea tu dolor?

Roberto: No para nada...no sé mucho de sus cosas y ella menos de las mías...fue una relación superficial...

Psicoterapeuta: Entonces... ¿qué hiciste con tu dolor?

Roberto: Me parece que me distraigo...

Psicoterapeuta: Transformas tu dolor en estrés...

Roberto: No entiendo...

Psicoterapeuta: Juegas oculta – oculta. Entonces cargas un secreto, sabes que si Lu lo descubre será un problema serio. No es estar en la cama con tu amante, es ocultar algo para evitar que Luciana se dé cuenta de tu dolor y al mismo tiempo te distraes...en el fondo... puedo estar equivocado, me corriges... castigas a las mujeres por la angustia que te produce tu madre... a una la usas a la otra la consideras tonta...

Luciana: Y a Angélica la maltrata... eso es obvio, cuando tiene problemas con su madre se hace insoportable, nos riñe de cualquier cosa...

Roberto: No sé, tal vez no me doy cuenta...

Psicoterapeuta: (A Luciana) ¿Y de veras que no te das cuenta que te está poniendo cuernos? Eres perspicaz, ¿te haces la loca? O en verdad eres tonta...

Luciana: Me doy cuenta...claro que me doy cuenta, Roberto no sabe mentir, es un actor en su compañía pero es pésimo en la casa. Pienso que él nomás se la cree que no me doy cuenta.

Psicoterapeuta: ¿Qué señales percibes?

Luciana: Lo más obvio es en el sexo, se vuelve más exigente, quiere todos los días...pero no es tierno como suele serlo...escucha música de changos...se vuelve más coqueto... está pegado al celular y se esconde para hablar...Antes yo me enloquecía viendo sus llamadas, revisando su computadora...era feo todo lo que veía, me parecía estar casada con un perverso sexual...un cochino la verdad...por eso preferí dejar de husmear en sus cosas, además me cansé de escuchar sus absurdas explicaciones. Esta vez fue el colmo...se metió con mi amiga, no es mi gran amiga pero amiga al fin de cuentas. Yo estoy segura de todas las veces que me fue infiel, fueron muchas...no sé si él sabe que yo lo sé, pero estoy segura...he aguantado, me he callado, pero esta vez pasó el límite...

Psicoterapeuta: ¿Si hablabas qué hubiera pasado?

Luciana: Voy a parecer una mujer anticuada, pero es así nomás...pensaba en no perder a mi familia. Pero ahora es el colmo...me rajo trabajando en la casa, cuidando al bebé, tengo por otro lado que pensar en trabajar...no es fácil...y él revolcándose como un chanchito...no es justo...

Psicoterapeuta: Ambos huyen a su manera del dolor...y me parece que está encubierto por el orgullo...

Luciana: ¡Eso es...! Jamás Roberto reconoce sus errores...

Psicoterapeuta: Pero eso también pasa contigo... Si retiramos al orgullo ¿qué nos queda?

Luciana: Debilidad...

Psicoterapeuta: Es la máscara de la vergüenza...Roberto ¿Te sientes avergonzado?

Roberto: Eso es exactamente...no es culpa...no me siento culpable...me siento avergonzado de hacer las cosas malas que hago...

Psicoterapeuta: Y en tu caso Lu ¿sientes vergüenza?

Luciana: Sí... por supuesto...de ser una tonta...

Psicoterapeuta: ¿El niño malcriado y la niña tonta?

Luciana: Pareciera...

Psicoterapeuta: ¿Qué busca el niño desobediente? ¿Qué hacen cuando Angélica hace travesuras?

Luciana: Roberto es muy duro, le grita y en alguna ocasión le dio palmadas en el trasero...

Roberto: Y lo que hace Luciana es castigar y al poco tiempo retira el castigo...por eso Ange la manipula, Lu no es consistente...

Psicoterapeuta: Ya veo... Luciana fácilmente se siente culpable...y se retrae... Roberto pierde el control de su ira...Ninguno sabe lidiar con la rabia... pero bien... entonces si lo que un niño malcriado necesita es un castigo...ninguno de ustedes castiga al niño malcriado de Roberto, y por eso él sigue haciendo macanas con la esperanza de ser descubierto para recibir el castigo merecido. Es complejo, primero es la percepción del dolor, luego la evitación y finalmente la transformación en vergüenza en vez de culpa...Era de esperar...Roberto no tuvo límites en su infancia...tuvo que ser madre de su madre...y su mamá no puso límites...fuiste como se dice un niño mimado, tenías lo que querías...

Roberto: No sé...me muestras como si fuera un niño caprichoso...

Psicoterapeuta: Que se quiere salir con su gusto, pase lo que pase...Puede ser...el problema es que el niño no sabe lo que quiere, sabe lo que no quiere...decide a partir de la negación...elijo esto o aquello porque no... Veamos... ¿Cómo elegiste a Luciana?

Luciana: Lo dice a menudo, porque no soy como su mamá...

Roberto: Eso es verdad, por eso me pone mal cuando empiezas con tus quejas...pero pasa rara vez, mi madre en cambio es todo el tiempo la experta en ser víctima...

Psicoterapeuta: Eliges a tu esposa porque no es débil...pero no ves sus cualidades...revisas tu lista de defectos y miras hacia ella para que no los tenga, y es la mujer perfecta...Ahora bien, esto es más delicado, no necesitas responder, pero sí vale la pena que lo pienses. ¿Cómo eliges a tus amantes? Las buscas cuando percibes que puedes debilitar a tu esposa con tu dolor...entonces vas a la cacería de víctimas...¿cómo las eliges?

Luciana: Buena pregunta, porque en la sesión recién se conmovió al conversar con Viviana en la silla vacía... Él dice que ellas lo buscan, pero no lo creo, pienso que él las elige también...¿las que no harán problema? Porque aseguras que debo estar tranquila...sabes que no quieren sacarte del matrimonio...son mujeres ligeras entonces...¿qué te dan que yo no te puedo dar?

Roberto: No pasa por eso...contigo lo tengo todo...es mi naturaleza nomás...

Psicoterapeuta: ¿Qué crees que causas en Lu cuando dices eso?

Roberto: No...nada...

Psicoterapeuta: Le estás diciendo que se las tiene que aguantar porque así nomás eres...

Roberto: Todos los hombres somos así...

Psicoterapeuta: No es mi caso...entonces no es mi naturaleza...y conozco varios hombres que son de otra naturaleza entonces... y conozco muchas mujeres que son de esa naturaleza... ¿Cuál es la naturaleza de Lu?

Luciana: Ya lo dije antes, no me costaría nada salir con otro hombre, pero no lo hago porque pienso en mis hijos...

Psicoterapeuta: Eres de la naturaleza materna...quizás ahí encontramos tu error con Roberto...es comportarte como la madre de un hijo malcriado...dejaste de vigilarlo, luego te alejaste de tu perspicacia...¿cuál fue tu temor?

Luciana: Perder a mi familia...

Psicoterapeuta: ¿Y en relación a ti?

Luciana: Creo que decepción, porque a pesar de las objeciones de mi familia decidí casarme, me casé con los ojos cerrados...yo sabía de la fama de este chico, me decían que me iba a traicionar sí o sí...

Psicoterapeuta: Ciega y sorda...

Luciana: Precisamente. Además yo estaba saliendo de una relación larga, con planes de matrimonio. Todo se perdió porque me acobardé para casarme, él no tuvo paciencia y me terminó. Fue confuso. Él es muy conservador, no tuvimos relaciones sexuales. Al conocer a Roberto todo fue rápido..., una locura...teníamos sexo casi todos los días antes de casarnos...

Roberto: Yo también sabía que ella se casaba conmigo enamorada de otra persona, y es verdad, fue muy apasionado todo...pero cuando se embarazó cambiaron las cosas, a mí me daba miedo lastimarla o lastimar al bebé

Psicoterapeuta: ¿Cómo fue para ti la decisión de casarte?

Roberto: Mi vida estaba desordenada, terminé mis estudios y conseguí irme a Buenos Aires para hacer un curso de teatro, me dediqué de lleno a esa actividad. Tuve suerte, al retornar a Bolivia me vi trabajando en una empresa, luego en otra y ahora soy gerente en una de ellas con sucursales en varios países. Así que soy dueño de mi tiempo. Comencé muy joven. A la vez me dediqué a la bohemia, amigos, mujeres, alcohol y algo de droga. Desde que conozco a Lu dejé esa vida loca, alguna vez fumamos juntos marihuana, pero lo demás es historia...

Luciana: Es verdad que ya no se dedica a la vida loca, disminuyó mucho desde el nacimiento de nuestra hija. Tiene un amigo el famoso Flaco que se mete mucho en nuestra vida...se separó, se juntó con otra mujer y se volvió a separar, tiene tres hijos en distintas mujeres, ahora vive con su madre, es el “íntimo” de Roberto. Cuando se juntan se portan como changos. Y eso que el Flaco es bien mayor que Roberto...

Roberto: Lu sólo ve lo malo de mi amistad, es un gran tipo, si bien es un borracho empedernido nunca me ha obligado a nada...

Psicoterapeuta: ¿Comparten las aventuras sexuales?

Roberto: Somos un grupo de amigos, nos une el interés por los autos. Me reúno con ellos una vez o dos al mes, nada que ver con el tema de mujeres, nos gusta jugar cartas, aunque lo principal es conversar sobre autos. Y no sé si es importante...soy masón, y ellos también... Cada vez que tenemos una reunión con la masonería terminamos en chupa y es cierto...algunas veces con mujeres. Yo jamás he ido a prostíbulos o me he metido con putas, eso nunca. El Flaco sí, él es un tanto ordinario...

Luciana: Es que no te puedo creer...

Psicoterapeuta: Retomemos la historia... Roberto, ella sabía de tu reputación y tú sabías que ella estaba aún enamorada de su ex... ¿Cómo así decidiste casarte con ella?

Roberto: Necesitaba sentar cabeza, quería ser padre, esa siempre fue una ilusión en mi vida, para ello necesitaba una buena mujer...Lu cumplía todos los requisitos...

Psicoterapeuta: Es curioso, Lu se casa virgen sexualmente y tú virgen afectivamente. Lu contigo dejó de ser virgen y tú con ella...Es interesante observar que ambos tienen distinta definición del amor, Luciana incluye el sexo, mientras que Roberto lo excluye. La percepción de la infidelidad es distinta, al insistir una y otra vez que lo único que tuviste fue sexo es interpretado como un daño grave al amor según Lu... Ella por su parte, también lo dice una y otra vez que no pasa nada con su ex...no hubo sexo ni lo habrá...pero eso no importa tanto según la concepción del amor que tiene Roberto...para él existe implicación afectiva...es como seguir siendo el postre y no el plato principal. De ahí que me resulta ver un juego de venganza, el dilema para Roberto es: ¿Cómo vengarme del amor que Lu sintió por el ex? Con sexo desenfrenado con otras mujeres. Luego Lu también juega a la vengadora al aferrarse mucho más a las wawas, es algo muy inteligente porque Roberto no puede reclamar porque adora a sus hijos...además Luciana cierra el parque de diversiones. ¡Y listo la relación

se estanca! El problema ahora es si vale o no la pena el perdón. Para eso primero debemos salir del juego...

Luciana: De mi parte no estoy de acuerdo, no es venganza...Andy es muy pequeñito y exige toda mi atención...y con tanta cosa no tengo ganas de tener sexo...

Psicoterapeuta: Si...así es cómo lo percibes...sin embargo desde afuera veo cómo las circunstancias en las que te encuentras ingresaron a la relación como un juego. Todo comienza con tu relación inconclusa, sin resolver la ruptura te involucras sexualmente con Roberto...la pasión impide ver muchas cosas...ciegos y sordos deciden convivir...llevan al matrimonio cosas ajenas...tú al fantasma del ex y Roberto dolor fosilizado. Así es muy difícil hacer pareja...hay al medio situaciones no resueltas...entonces se da el juego de quién gana... en una especie de círculo vicioso...mejor espiral viciosa de nunca acabar...hasta que se convierten en padres...eso dio lugar a un remanso, ambos disfrutaron de la experiencia y la continúan disfrutando...

Roberto: Yo no lo veo de esa manera, para mí las cosas son más simples...yo amo a esta mujer, eso no está en discusión...

Psicoterapeuta: (Interrumpe) No la amas...deja de decir eso...quizás la amas a tu manera...pero no existe el amor particular, el amor es o no es...implica entre otras cosas respeto... tú no la respetaste...

Roberto: Ya...bueno... pero igual yo siento que la amo...

Luciana: No lo demuestras...para ti es suficiente darme regalos y alardear ante tu gente de cómo soy...me muestras como un trofeo...no soy una cosa, uno de tus autos...soy una persona...y me humillaste, te burlaste de mí...

Psicoterapeuta: A eso me refiero cuando señalo que sus conceptos de amor son diferentes. Roberto no puede ponerse en tu lugar porque aprendió a apartarse del dolor y con el suyo es más que suficiente...Pero esa es su tarea, la tuya es definir si perdonas o no...

Luciana: ¡No!

Psicoterapeuta: Entonces debemos trabajar en el divorcio... No es fácil...primero deberán separarse, necesitan reglas durante esa separación. Lo más complicado es no dejar de ser padres mientras no están juntos...

Roberto: ¡Un rato! Yo no estoy de acuerdo con el divorcio...

Psicoterapeuta: Antes debes reflexionar sobre la decisión de no perdonar...reconocer los motivos que llevan a Luciana hacia el desistir del perdón...

Luciana: Por el momento...no estoy dispuesta a perdonar...

Psicoterapeuta: ¿Eso quiere decir que puedes cambiar de parecer?

Luciana: Estoy muy confundida...a ratos me asusta separarme...

Psicoterapeuta: No adelantes, estás en la misma posición que Roberto... antes del divorcio se deben hacer algunas cosas...sobre todo proteger a los niños que no tienen nada que ver con los asuntos de pareja...cada uno necesita reflexionar sobre la decisión final...o retomar la relación o romperla...para eso es necesario que no se vean...que se separen...conmigo tendremos sesiones individuales...hasta que sea posible trabajar en pareja para dilucidar el futuro...

Seguimiento

Se separaron por seis meses con reglas acerca de la manera de llevar la separación. Tuve seis sesiones individuales. Roberto me manifestó la imposibilidad de mantenerse fiel sexualmente, insistiendo en que a pesar de eso ama a Luciana y no quiere divorciarse. Por su parte Luciana reafirmó la necesidad de mantener el matrimonio. Se retomó la terapia de pareja y después de un año con sesiones espaciadas, decidieron continuar juntos. Después de diez años, Roberto volvió a buscarme debido a una implicación afectiva con una muchacha, mantenía el mismo argumento: amaba a la esposa pero era incapaz de ser fiel, en pocas sesiones definió la ruptura con la amante y trabajamos en su historia familiar, el apego inseguro y la inmoralidad. No volví a tener sesiones con su esposa.

Análisis:

Es una terapia de colusión narcisista-obsesiva, él es incapaz de descentralizarse y ella incapaz de estar segura. La terapia se realizó bajo el margen teórico de la teoría de los juegos, se develó el juego de competencia y se buscó recursos para establecer un juego de colaboración. El incidente crítico muestra la perseverancia del terapeuta para no quebrar la reciprocidad, esto desde la cibernética de primer orden. Desde la cibernética de segundo orden se puso énfasis en buscar elementos que sugieran la existencia de entrega del don, aspecto inexistente en el vínculo amoroso de esta pareja debido a los lazos triangulares en sus familias de origen. La teoría de los tipos lógicos sirvió para desentrañar las funciones de la pareja funcionales y disfuncionales, queda establecida por este análisis la disfuncionalidad del vínculo amoroso y la funcionalidad parental. La morfostasis se consolida por las fuerzas centrífugas del esposo y centrípetas de la esposa. Ha sido difícil desestabilizar el sistema conyugal para promover la reconstrucción del vínculo, la pareja se ha sostenido en la equifinalidad de los recursos de estabilidad de cada uno de los componentes.

Bibliografía seleccionada

- Alberoni, F. (1980). *Enamoramiento y amor: nacimiento y desarrollo de una impetuosa y creativa fuerza revolucionaria*. Gedisa.
- Alberoni, F. (1982). El estado naciente del amor. *Revista de Occidente*, (15), 7-16.
- Amadei, E. A., Johnson, Z. V., Kwon, Y. J., Shpiner, A. C., Saravanan, V., Mays, W. D., & Liu, R. C. (2017). Dynamic corticostriatal activity biases social bonding in monogamous female prairie voles. *Nature*, 546(7657), 297-301.
- Andolfi, M. (1981). *Terapia familiar*. Lisboa: Editorial Veja.
- Andolfi, M., Angelo, C., & García, F. L. (1989). *Tiempo y mito en la psicoterapia familiar*. Buenos Aires: Paidós.
- Andolfi, M. (Ed.). (1999). *La crisi della coppia: una prospettiva sistemico-relazionale*. Cortina.
- Andolfi, M. (Ed.). (2003). *La mediazione culturale: tra l'estraneo e il familiare*. FrancoAngeli.
- Andolfi, M. (2012). *Family therapy: An interactional approach*. Springer Science & Business Media.
- Araoz, A. & Pinto, B. (2017). Narrativas frente a la obtención de un título profesional universitario: El mito familiar de la profesión. *Revista REDES*, (35).
- Bagarozzi, D. A., & Giddings, C. W. (1983). Conjugal violence: A critical review of current research and clinical practices. *American Journal of Family Therapy*, 11(1), 3-15.
- Barrios, A., & Pinto, B. (2008). El concepto de amor en la pareja. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS*, 6(2), 21-41.
- Bloom, S. L. (2007). Loss, trauma, and resilience: Therapeutic work with ambiguous loss. *Psychiatric Services*, 58(3), 419-420.
- Bowen, M., Andolfi, M., & De Nichilo, M. (1991). *De la familia al individuo: la diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. Paidós.
- Boss, P. (2001). *La pérdida ambigua: cómo aprender a vivir con un duelo no terminado*. Gedisa Editorial.
- Boss, P. (2007). Ambiguous loss theory: Challenges for scholars and practitioners. *Family Relations*, 56(2), 105-111.
- Boss, P., Bryant, C. M., & Mancini, J. A. (2016). *Family stress management: A contextual approach*. Sage Publications.
- Bowlby, J. (2008). *Attachment*. Basic books.
- Butler, M. H., Rodriguez, M. K. A., Roper, S. O., & Feinauer, L. L. (2010). Infidelity secrets in couple therapy: Therapists' views on the collision of competing ethics around relationship-relevant secrets. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 17(2), 82-105.
- Christensen, A., & Glynn, S. (2019). Integrative behavioral couple therapy. *APA handbooks in psychology. APA handbook of contemporary family psychology: Family therapy and training* (p. 275–290)
- Cyrlunik, B., Aúz, T. F., & Eguibar, B. (2005). *El amor que nos cura*. Gedisa.
- Coleman, K. H., Weinman, M. L., & Hsi, B. P. (1980). Factors affecting conjugal violence. *The Journal of Psychology*, 105(2), 197-202.
- Cooper, V., & Pinto, B. (2008). Actitudes ante el amor y la teoría de Sternberg. Un estudio correlacional en jóvenes universitarios de 18 a 24 años de edad. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS*, 6(2), 56-83.
- Damasio, A. R. (1996). *El error de Descartes*. Andrés Bello.
- Damasio, A. (2018). *El extraño orden de las cosas: la vida, los sentimientos y la creación de las culturas*. Ediciones Destino.
- Damasio, A. (2018). *Y el cerebro creó al hombre: ¿cómo pudo el cerebro generar emociones, sentimientos, ideas y el yo?* Ediciones Destino.
- Damasio, A. (2018). *K?* Ediciones Destino.
- de Ugarte, D. (2006). *Microeconomía del Amor*. Release 1.0
- Doi, T. (2005). *Understanding amae: The Japanese concept of need-love*. Global Oriental.
- Feeney, J. A., Noller, P., & Hanrahan, M. (1994). Assessing adult attachment.
- Feeney, J. A., Noller, P., & Hanrahan, M. (1994). Assessing adult attachment. En M. B. Sperling & W. H. Berman (Eds.), *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives* (p. 128–152). Guilford Press.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1996). *Adult attachment*. Sage Publications.

- Fisher, H. (1992). *Anatomía del amor*. Editorial Anagrama
- Fisher, H. (2004). *Why we love: The nature and chemistry of romantic love*. Macmillan.
- Fisher, H., Aron, A., & Brown, L. L. (2005). Romantic love: an fMRI study of a neural mechanism for mate choice. *Journal of Comparative Neurology*, 493(1), 58-62.
- Fisher, H., Aron, A., & Brown, L. L. (2006). Romantic love: a mammalian brain system for mate choice. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological*
- Fisher, H. E. (2006). Por que amamos: A natureza e a química do amor romântico. Editora Record.Sciences, 361(1476), 2173-2186.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. Cambridge University Press.
- Frijda, N. H., Manstead, A. S., & Bem, S. E. (2000). *Emotions and belief: How feelings influence thoughts*. Cambridge University Press.
- Frijda, N. H. (2004). *Emotions and action*. In *Feelings and emotions: The Amsterdam symposium* (pp. 158-173).
- Galois, É., & Neumann, P. M. (2011). *The mathematical writings of Évariste Galois* (Vol. 6). European Mathematical Society.
- García, F. E., & Ilabaca Martínez, D. (2013). Ruptura de pareja, afrontamiento y bienestar psicológico en adultos jóvenes. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSP*, 11(2), 42-60.
- Gikovate, F. (2013). *Uma nova visão do amor*. MG Editores.
- Gikovate, F. (2005). *Ensaio sobre o amor e a solidão*. MG Editores.
- Gottman, J. M. (2005). *The mathematics of marriage: Dynamic nonlinear models*. MIT Press.
- Gottman, J. M. (2008). Gottman method couple therapy. *Clinical handbook of couple therapy*, 4(8), 138-164.
- Gottman, J. (2018). *The Seven Principles for Making Marriage Work*. Hachette.
- Gurman, A. S., Lebow, J. L., & Snyder, D. K. (Eds.). (2015). *Clinical handbook of couple therapy*. Guilford Publications.
- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American Psychologist*, 13(12), 673.
- Haley, J. (1993). *Uncommon therapy: The psychiatric techniques of Milton H. Erickson, MD*. WW Norton & Company.
- Haley, J. (2008). *Terapia para resolver problemas: nuevas estrategias para una terapia familiar eficaz*. Amorrortu editores.
- Haley, J. (2013). *Leaving home: The therapy of disturbed young people*. Routledge.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. (1986). A theory and method of love. *Journal of Personality And Social Psychology*, 50(2), 392.
- Hendrick, S. S., Hendrick, C., & Adler, N. L. (1988). Romantic relationships: Love, satisfaction, and staying together. *Journal of Personality And Social Psychology*, 54(6), 980.
- Hendrick, S.S., & Hendrick, C. (1992). *Romantic love*. Sage Publications, Inc.
- Hendrick, C., Hendrick, S. S., & Dicke, A. (1998). The love attitudes scale: Short form. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15(2), 147-159.
- Jeanrond, W. G., (2013). *Teología del amor*. Sal Terrae.
- Johnson, S. (2009). Emotionally focused couple therapy: It's all about emotion and connection. *Clinical Pearls of Wisdom: Leading Therapists Offer Their Key Insights*, 133.
- Johnson, S. (2019). *Abrázame fuerte: siete conversaciones para un amor duradero*. ALBA Editorial.
- Isaacs, M. B., Montalvo, B., & Abelsohn, D. (1988). *Divorcio difícil: terapia para los hijos y la familia*. Amorrortu Editores.
- Kierkegaard, S. A. (1965). *El concepto de la angustia*. Paidós Ibérica.
- Kierkegaard, S. (2002). *Temor y temblor*. Editorial Verbum.
- Kierkegaard, S. (2006). *Las obras del amor*. Ediciones Síguema
- Kierkegaard, S. (2017). *Diario de un seductor*. Océano.
- Kierkegaard, S. (2019). *La enfermedad mortal*. Greenbooks editore.
- Kuo, F. C. (2009). Secrets or no secrets: Confidentiality in couple therapy. *The American Journal of Family Therapy*, 37(5), 351-354.
- LeDoux, J. E. (2000). Emotion circuits in the brain. *Annual review of neuroscience*, 23(1), 155-184.
- LeDoux, J. (1996). *El cerebro emocional*. Editorial Planeta.
- Lee, J. A. (1988). *Love-styles*. En: R. J. Sternberg & M. L. Barnes (Eds.), *The psychology of love* (p. 38-67). Yale University Press.
- Lenoir, N. P., & Guibourg, R. (1959). *Historia del amor en occidente*. Ediciones Peuser.

- Linares, J. L., & Gamburg, B. (1996). *Identidad y narrativa*. Paidós.
- Linares, J. L., & Campo, C. (2000). *Tras la honorable fachada: Los Trastornos Depresivos Desde Una Perspectiva Relacional*. Grupo Planeta (GBS).
- Linares, J. L. (2002). *Del abuso y otros desmanes: el maltrato familiar, entre la terapia y el control*. Paidós Ibérica.
- Linares, J. L. (2007). La personalidad y sus trastornos desde una perspectiva sistémica. *Clínica y salud*, 18(3), 381-399.
- Linares, J. L. (2012). *Terapia familiar ultramoderna: la inteligencia terapéutica*. Herder Editorial.
- Margolin, G., Shapiro, L. S., & Miller, K. F. (2015). Ethics in couple and family psychotherapy. *International perspectives in philosophy and psychiatry. The Oxford handbook of psychiatric ethics* (p. 1306–1314). Oxford University Press.
- Martcheva, M., & Milner, F. A. (2001). The mathematics of sex and marriage, revisited. *Mathematical Population Studies*, 9(2), 123-141.
- Maturana, H., & Varela, F. (1984). *El árbol del conocimiento*, Ed. Universitaria.
- Maturana, H. R. (1990). *Emociones y lenguaje en educación y política*. Sáez Editor.
- Mikulincer, M., & Goodman, G. S. (Eds.). (2006). *Dynamics of romantic love: Attachment, caregiving, and sex*. Guilford Press.
- Minuchin, S., Fishman, H. C., & Etcheverry, J. L. (1984). *Técnicas de terapia familiar*. Barcelona: Paidós.
- Minuchin, S. (1998). ¿Dónde queda la familia en la terapia familiar narrativa? *Mosaico*, 13, 13.
- Minuchin, S. (2001). *Familias y terapia familiar*. Editorial Gedisa.
- Minuchin, S., Nichols, M. P., & Lee, W. Y. (2009). *Famílias e casais: do sintoma ao sistema*. Artmed Editora.
- Navarro, R. (2012). *O Livro do Amor Da Pré-História a Renascença (Vol. 1)*. Editora Best Seller.
- Navarro, R. (2013). *O Livro do Amor-vol. Do Iluminismo à atualidade (Vol. 2)*. Editora Best Seller.
- Navarro, R. (2013). *A cama na varanda: arejando nossas idéias a respeito de amor e sexo*. Editora Best Seller.
- Ovidio (2009). *Arte de amar*. Ediciones Colihue SRL.
- Perel, E. (2017). *The state of affairs: Rethinking infidelity-A book for anyone who has ever loved*. Hachette
- Peterson, D. J., & Christensen, D. H. (2002). Factors predictive of boundary ambiguity after divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 37(3-4), 19-40.
- Pinto, B. (2000). Terapia de pareja: una perspectiva cognitiva-sistémica. *Revista Ciencia y Cultura*, (8), 79-85.
- Pinto, B. (2004). La psicoterapia relacional sistémica y el psicoterapeuta. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSB*, 2(2), 17-34.
- Pinto, B. (2008) *Concepto de amor y personalidad en los aymaras*. Verbo divino.
- Pinto, B., Alfaro, A., & Guillén, N. (2010). El prende, amor romántico casual. *Cuadernos de Investigación, IICC*, 1(6).
- Pinto, B. (2015). Colisión, colusión y complementariedad en las relaciones conyugales. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSB*, 3(1).
- Pinto, B. (2016) *Porque no sé amarte de otra manera: estructura individual, familiar y conyugal de los trastornos de la personalidad*. Tercera edición. Universidad Católica Boliviana San Pablo
- Pinto, B. (2018) *La psicoterapia sistémica en acción*. Universidad Católica Boliviana San Pablo
- Pinto, B. (2018). Teoría triangular del amor y teoría del compromiso en la psicoterapia de pareja. *Revista REDES*, (37).
- Pinto, B. (2019) *Psicología del amor, primera parte el amor a la pareja*. Segunda edición. Universidad Católica Boliviana San Pablo
- Pinto, B. (2019). El amor romántico en las danzas y canciones de la fiesta del Gran Poder. *Revista Ciencia y Cultura*, 23(43), 99-118.
- Platón (2020) *El Banquete o siete discursos sobre el amor*. Editorial Universitaria.
- Ramírez, J. (2000). *Negociar es bailar*. Santillana
- Ribera, T., & Pinto, B. (2007). Historias de amor en mujeres de origen aymara y mojeño. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBSB*, 5(1), 71-83.
- Rogers, C. R. (1986). *Carl Rogers on the development of the person-centered approach*. Person-Centered Review.
- Ruiz, A. (2002). *Aportes de Humberto Maturana a la psicoterapia*. Instituto de Terapia Cognitiva INTECO. Santiago de Chile.

- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and satisfaction in romantic associations: A test of the investment model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16(2), 172-186.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., & Morrow, G. D. (1986). Predicting satisfaction and commitment in adult romantic involvements: An assessment of the generalizability of the investment model. *Social Psychology Quarterly*, 81-89.
- Rusbult, C. E., Verette, J., Whitney, G. A., Slovik, L. F., & Lipkus, I. (1991). Accommodation processes in close relationships: Theory and preliminary empirical evidence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(1), 53.
- Rusbult, C. E., Drigotas, S. M., Arriaga, X., Witcher, B., Van Lange & Cox, C. L. (1997). Willingness to sacrifice in close relationships. *Journal of personality and social psychology*, 72(6), 1373.
- Rusbult, C. E., Olsen, N., Davis, J. L., & Hannon, P. A. (2001). Commitment and relationship maintenance mechanisms. *Close romantic relationships* (pp. 95-122). Psychology Press.
- Rusbult, C. E., & Van Lange, P. A. (2003). Interdependence, interaction, and relationships. *Annual Review of Psychology*, 54(1), 351-375.
- Rusbult, C. E., Finkel, E. J., & Kumashiro, M. (2009). The Michelangelo phenomenon. *Current Directions in Psychological Science*, 18(6), 305-309.
- Saint-Exupéry, A. (2014). *El Principito: Le Petit Prince*. Editorial Verbum.
- Shackelford, T. K., & Buss, D. M. (1997). Cues to infidelity. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(10), 1034-1045.
- Shaver, P. R., & Fraley, R. C. (2008). *Attachment, loss, and grief: Bowlby's views and current controversies*. En Cassidy, C. & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (p. 48-77). The Guilford Press.
- Singer, I. (1999). *La naturaleza del amor: de Platón a Lutero (Vol. 1)*. Siglo XXI.
- Singer, I. (1999). *La naturaleza del amor: Cortesano y romántico (Vol. 2)*. Siglo XXI.
- Singer, I. (2000). *La naturaleza del amor: El mundo moderno (Vol. 3)*. Siglo XXI.
- Sternberg, R. J., & Grajek, S. (1984). The nature of love. *Journal of personality and social psychology*, 47(2), 312.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological review*, 93(2), 119.
- Sternberg, R. J. (1988). *The triangle of love: Intimacy, passion, commitment*. Basic Books (AZ).
- Sternberg, R. J. (1997). Construct validation of a triangular love scale. *European Journal of Social Psychology*, 27(3), 313-335.
- Sternberg, R. J., & Hojjat, M. (Eds.). (1997). *Satisfaction in close relationships*. Guilford Press.
- Sternberg, R. J., & Beall, A. E. (2013). How can we know what love is? An epistemological analysis. *Cognition in close relationships* (pp. 267-288). Psychology Press.
- Testor, C. P., Pujol, M. D., Vidal, C. V., & Alegret, I. A. (2009). El divorcio: una aproximación psicológica. *Universidad Ramon Llull*, 2, 39-46.
- Thureau, S., Le Blanc-Louvry, I., Gricourt, C., & Proust, B. (2015). Conjugal violence: a comparison of violence against men by women and women by men. *Journal of Forensic And Legal Medicine*, 31, 42-46.
- Unamuno, M., (1966). *Obras completas: Paisajes y ensayos*. Escelicer.
- Villarroel, H. A., & Pinto, B. (2005). El concepto de placer en hombres y mujeres estudiantes de la Universidad Católica Boliviana: La Paz. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UCBS*, 3(2), 123-143.
- Van Ijzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: a meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological Bulletin*, 117(3), 387.
- Varela, F. G., Maturana, H. R., & Uribe, R. (1974). Autopoiesis: The organization of living systems, its characterization and a model. *Biosystems*, 5(4), 187-196.
- Von Foerster, H. (1990). Construyendo una realidad. La realidad inventada. ¿Cómo sabemos lo que creemos saber, 38-56.
- Von Foerster, H. (1996). *Las semillas de la cibernética*. Gedisa.
- Watzlawick, P. (1994). *La realidad inventada*. Editorial Gedisa.
- Watzlawick, P., Fisch, R., & Weakland, J. H. (2003). *Cambio*. Herder
- Watzlawick, P., Bavelas, J. B., & Jackson, D. D. (2011). *Teoría de la comunicación humana: interacciones, patologías y paradojas*. Herder Editorial.
- Watzlawick, P. (2011). *¿Es real la realidad?: confusión, desinformación, comunicación*. Herder Editorial.

- Watzlawick, P., Weakland, J. H., & Fisch, R. (2012). *Cambio: formación y solución de los problemas humanos*. Herder Editorial.
- Wessler, R. L., Hankin, S., & Stern, J. (2001). *Succeeding with difficult clients: Applications of cognitive appraisal therapy*. Elsevier.
- Wessler, R. L. (2002). Cognitive appraisal therapy. *Encyclopedia of Psychotherapy*, 2, 431-434.
- Willi, J. (1982). *Couples in collusion*. Jason Aronson.
- Willi, J. (1984). The concept of collusion: A combined systemic-psychodynamic approach to marital therapy. *Family process*, 23(2), 177-185.
- Willi, J. (1984). *Dynamics of Couples Therapy: The Uses of the Concept of Collusion and Its Application to the Therapeutic Triangle*. Jason Aronson Incorporated.
- Willi, J., Frei, R., & Limacher, B. (1993). Couples therapy using the technique of construct differentiation. *Family process*, 32(3), 311-321.
- Willi, J. (1993). *La pareja humana: relación y conflicto*. Ediciones Morata.
- Willi, J. (1997). The significance of romantic love for marriage. *Family process*, 36(2), 171-182.
- Wittgenstein, L., Rhees, R., & Guillén, F. G. (1968). *Los cuadernos azul y marrón*. Madrid: Tecnos.
- Wittgenstein, L. (1988). *Investigaciones filosóficas*. Crítica.
- Wittgenstein, L. (2013). *Tractatus logico-philosophicus*. Alianza Editorial
- Yela, C. (1996). Componentes básicos del amor: algunas matizaciones al modelo de Sternberg. *Revista de Psicología Social*, 11(2), 185-201.
- Yela, C. (2000). *El amor desde la psicología social: Ni tan libres, ni tan racionales*. Ediciones Pirámide.
- Yela, C. (2006). The evaluation of love. *European Journal of Psychological Assessment*, 22(1), 21-27.