

**APROXIMACIÓN TERAPÉUTICA DESDE LA
VISIÓN SISTÉMICA A UNA PAREJA QUE CONSULTA
POR INFIDELIDAD.**

**THERAPEUTIC APPROACH FROM THE SYSTEMIC
POINT OF VIEW OF A COUPLE WHO SEEKS ADVICE
DUE TO INFIDELITY.**

Autoras:

Psicólogas Clínicas

Carolina Carrasco Álvarez

Claudia Cornejo Marian

Diciembre del 2009

RESUMEN

En el presente artículo se realiza una aproximación terapéutica desde la visión sistémica al caso de una pareja que consulta por infidelidad. Primero, se realiza una revisión bibliográfica donde se presenta una descripción del sistema pareja considerando la inexistencia de criterios de normalidad, conformación de la pareja, comunicación y desencuentros. Para luego introducir el tema de la infidelidad abordando su definición, posibles explicaciones, crisis posterior al descubrimiento de la infidelidad y reparación de la pareja. Segundo, se presenta el caso clínico el cual tiene como motivo de consulta la infidelidad de ambos integrantes de la pareja, y se describe el proceso terapéutico considerando el motivo de consulta, la explicación del motivo de consulta, las redes de conversaciones, los objetivos terapéuticos trabajados y las intervenciones terapéuticas. Tercero, se presenta una discusión donde se relacionan la teoría expuesta con el análisis del caso. Finalmente, se presenta una conclusión en relación a la intervención realizada.

ABSTRACT

A therapeutic approach from the systemic vision of a couple who seeks advice about infidelity is done in this article. First, a bibliographic revision, where a description of the couple is done, taking into account the absence of a normal criteria, couple formation, communication and disagreements. To introduce, later, the topic of unfaithfulness, from its definition, its possible reasons, the crisis after discovering infidelity and the reconstruction of the relationship. Secondly, a clinic case is presented which has infidelity from both within the couple, and the therapeutic process is described considering the reasons they seek advice, the explanation why they ask for a solution, the conversations network, the therapeutic goals and therapeutic interventions. Then, a discussion, where the theory exposed is related to the clinic case, is presented. Finally, a conclusion related to the intervention carried on is explained.

I. INTRODUCCIÓN

La infidelidad es un asunto delicado que se hace interesante conocer y reconocer dada la alta intensidad emocional que provoca en la pareja, todo el dolor, los daños emocionales, los cambios en la manera de percibir aquel mundo de pareja que se había construido, es decir el efecto retroactivo que tiene en la historia para quien es víctima del engaño.

Es importante tomar en cuenta que la infidelidad se da en diferentes contextos y con motivaciones muy distintas, las que varían según los personajes involucrados. Así como también comprender el cómo surge la infidelidad y las significaciones que cada sistema consultante tiene sobre esta, ya que desde ahí se orientará el trabajo a realizar con la pareja.

La infidelidad puede ser considerada cualquier unión secreta, emocional, romántica o sexual que viole el compromiso previo de exclusividad y fidelidad con la pareja, por lo que no se requiere la presencia de relaciones sexuales para hablar de una infidelidad, sin embargo la mayoría de las parejas la asocian a este ámbito (Baizán, 2005).

Después de una infidelidad, es posible ver que algunas parejas deciden poner fin de inmediato a la relación y otras desean mantenerla. Dentro de éstas últimas, algunas toman la decisión de realizar una terapia de pareja dado que no logran salir del dolor y la rabia que les genera la infidelidad, impidiéndoles poder revisar qué pasó en su relación que permitió que apareciera un tercero.

El presente artículo muestra cómo desde la terapia sistémica, específicamente desde el Modelo Sistémico en Realidades Consensuales del Instituto de Terapia Familiar de Santiago, se apoyó a una pareja cuyo motivo de consulta fue infidelidad, en disminuir el dolor y rabia contenida en las redes de conversaciones de la pareja que los paralizaba a tomar la decisión de seguir juntos o terminar la relación. El proceso de la terapia le facilitó a la pareja disminuir la intensidad de la rabia y la pena, por lo tanto abandonar las posiciones de guerra; la diferenciación entre pareja y familia, por lo tanto dejar la fantasía de la destrucción de la familia. Frente a esto la pareja contempla la alternativa de la separación.

Por último se presenta la discusión del artículo la cual se desprende de la

teoría expuesta y el análisis del caso.

II. MARCO TEÓRICO

1. Sistema Pareja

1.1 Descripción del sistema pareja

Si bien existen diversas descripciones del sistema pareja, Méndez realiza una descripción que surge desde las parejas vistas a lo largo de su experiencia clínica y señala lo siguiente: “Relación entre dos personas que se unen con la intención de vivir juntos. Contiene la idea de dos elementos y de paridad (igualdad). Hombre y mujer adultos se asumen desde la “parejidad” para una coordinación para la vida. En nuestro contexto cultural actual se unen a partir del “enamoramamiento” (Coddou y Méndez, 1994). Esta descripción será la que se considerará en el presente seminario, dado que se ajusta al caso clínico que se expondrá más adelante.

Dentro de las características básicas más relevantes de éste sistema se pueden mencionar las siguientes: Primero, que es un sistema diádico. Ésta realidad diádica le otorga una configuración interaccional que intensifica ciertas dinámicas interaccionales, como por ejemplo la potencia de las emociones, y la facilidad de llegar a la confrontación ante los desacuerdos. Segundo, el sistema, a su vez, tiene límites que incluyen y excluyen, siendo el número de elementos del sistema pareja solamente dos. Este sistema en sus procesos circulares está constantemente llevando a cabo un proceso de co-construcción de la realidad y de re-definición de su relación. Lo que ocurre, ocurre como consecuencia de las coordinaciones conductuales particulares de esos dos componentes. Tercero, se concibe el sistema pareja como un sistema discontinuo del sistema familiar, ya que éstos tienen una organización, objetivos y redes de conversaciones que le son propias a cada cual, como por ejemplo la intimidad, complicidad y sexualidad (Coddou y Méndez, 1994).

Otras características relevantes, surgen del hecho que la relación de pareja es una relación voluntaria, donde se determina un compromiso mutuo entre dos personas y cuya relación es electiva y selectiva (Coddou y Méndez, 1994).

En relación a lo anterior, se puede entender que tales características sirven

sólo para diferenciar el sistema Pareja de otros sistemas sin pretender establecer una forma correcta de ser pareja dado que no existiría un criterio de normalidad de esta misma, existen tantas formas de ser pareja como parejas hay, es decir se hablaría de una “libertad para ser pareja”. En este contexto, Coddou y Méndez (2002) plantean que para entender el funcionamiento de una pareja, resulta esencial detenerse en conocer cómo ésta se constituye como tal para diferenciarse de otros sistemas, distinción desde la cual surge el establecimiento de reglas, compromisos y acuerdos implícitos o explícitos propios de cada pareja (Coddou y Méndez, 2002).

Cuando la pareja se forma cada uno de los miembros tiene su estilo de vida, costumbres y formas de vivir en familia provenientes de su familia de origen, con la cual ha vivido su historia familiar hasta ahora. En esta etapa ambos deben ser capaces de negociar para establecer una nueva y propia forma de vivir en pareja, con elementos que cada uno aporta de sus experiencias familiares anteriores. Es así como las expectativas que cada uno tiene sobre cómo debería comportarse el otro tienden a complicar la convivencia diaria, trezándolos en pequeñas discusiones sobre lo cotidiano que afectan la relación (Santa Cruz, 2007).

El proceso de definición de la relación puede aclarar mejor el rol que cumplirá cada uno al interior de la pareja. Entonces, desde el momento en que dos personas se unen y asumen como un nosotros, comienzan a formarse las pautas relacionales que caracteriza a la relación, esto ya sea a través de la conducta explícita o implícita, o a través de la comunicación verbal o no verbal (Santa Cruz, 2007).

Todo sistema se mantiene unido mediante la interacción entre sus componentes, lo que en los sistemas humanos es sinónimo de comunicación, por lo tanto mientras exista el sistema pareja, éste estará en constante comunicación (Coddou y Méndez, 1994), sin embargo habitualmente al referirse a la comunicación en la pareja se cae en el error de pensar en hablar, ignorando el aspecto no verbal como un componente altamente comunicativo, de una enorme riqueza a la vez que una notable ambigüedad, el cual es capaz de transmitir sensaciones y sentimientos para los cuales todo vocablo se hace insuficiente (Weinstein, 2002).

Si una pareja coincide en el gusto por hablar de sus emociones y sentimientos como parte de su relación, esta será una pareja que se explicitará verbalmente que se ama, que se hablará de un pasarlo bien el uno con el otro, se dirán que el otro lo alegró o entristeció; pero puede darse que no coincidan en el querer hablar de emociones y sentimientos, puede que uno de los dos no quiera o no le acomode la comunicación verbal explícita y constante para saberse conectado con el otro (Coddou y Méndez, 2002).

En relación a los desencuentros en las parejas, las explicaciones más comunes en nuestra cultura se relacionan con responsabilizar al otro, señalando que con sus actitudes, con sus comportamientos, con su descuido, con su egoísmo es quien habitualmente empieza las peleas o discusiones y frente a eso uno reacciona y se defiende. En el fondo, esto alude a que como no es uno quien quiere pelear, entonces es el otro el que falla. Pero esto los deja en una explicación circular porque ambos experimentan lo mismo respecto del otro, de recíproca responsabilidad, que al final no explica nada (Coddou y Méndez, 2002)

Al desarrollar el análisis de las discusiones y peleas en las parejas, Coddou y Méndez distinguen dentro del nivel epistemológico dos puntos de análisis, el primer punto se refiere a la creencia en una realidad objetiva independiente del observador, y es a partir de esto que la parejas se entranpan en confrontaciones orientadas a convencer al otro de lo que cada uno considera verdadero o correcto, como si de una única verdad se tratara. El segundo punto, señala que las explicaciones y creencias que cada cual tiene respecto de la realidad determina lo que constituye la realidad para quien se la explica de esa manera (Coddou y Méndez, 2002).

Por otra parte, dentro del nivel interaccional de la pareja, Coddou y Méndez exponen algunas dinámicas que han observado con mayor frecuencia en el quehacer clínico que contribuyen a generar estos “dominios de confrontación”. Mencionamos aquellos que dicen relación con el caso a presentar, que son la pérdida o quiebre de la confianza básica, la simetría y la rabia (Coddou y Méndez, 2002).

Coddou y Méndez, al referirse a esta seguidilla de “desencuentros” hablan que las parejas pueden comenzar una verdadera guerra que los entrapa, los separan, los hacen sufrir, los angustian y desesperan, los llenan de impotencia

y, a pesar de esto, muchos, quizás la mayoría, siguen amando a ese otro que cada vez les cuesta más aceptar y que cada vez entienden menos (Coddou y Méndez, 2002).

2. INFIDELIDAD

2.1 Concepto de Infidelidad - Fidelidad

Considerando que cada pareja es un mundo particular, el concepto de fidelidad – infidelidad varía en función de cada sistema. Cada pareja define aquello permitido y no permitido en forma diversa, pero todas, comparten dentro de su relación un entendimiento en cuanto a los que ellos consideran ser fieles (Coddou y Méndez, 2002).

Toda infidelidad, en aquellas parejas donde hay un contrato explícito o implícito de fidelidad, toca en primer lugar la relación con la pareja a la cual se le está siendo infiel (Coddou y Méndez, 2006).

Explicaciones de la infidelidad

La infidelidad puede ser considerada cualquier unión secreta, emocional romántica o sexual, que viole el compromiso previo de exclusividad y fidelidad con la pareja, por lo que no se requiere la presencia de relaciones sexuales para hablar de una infidelidad, sin embargo la mayoría de las parejas la asocian al ámbito sexual (Baizán, 2005).

El por qué se genera la infidelidad puede deberse a infinitas explicaciones. Coddou y Méndez plantean que en un número importante de las veces, sucede porque la relación ha dejado el espacio para que éste aparezca, es decir se hace posible a partir de algún vacío dentro de la relación que puede implicar el no confrontar en la relación temáticas relevantes como, por ejemplo, que un miembro esté demasiado involucrado en su rol parental y en la vida familiar y el otro quisiera que también se consideren espacios de pareja; o el enfrentar el temor a comprometerse, con la consecuente pérdida de libertad (Coddou y Méndez, 2002).

De acuerdo a lo anterior el utilizar la infidelidad como una forma de manejar

aquel desencuentro en el sistema pareja, va a depender en gran medida de las creencias, valores y expectativas que tenga cada uno de los miembros del sistema sobre la exclusividad y el contrato implícito que los une. En el caso que la pareja mantenga un contrato ya sea implícito o explícito de exclusividad, el cual constituye la mayoría de las parejas en esta cultura occidental, y surge una infidelidad, aparecen consecuencias dentro de la relación por el hecho de quebrar la promesa de exclusividad (Sarquis, 1993).

Es importante aclarar que la persona infiel es absolutamente responsable de su infidelidad. La opción de involucrarse con otra persona en el ocultamiento de ésta relación a su pareja es una opción libre. Sentir que uno está involucrado en una mala relación de pareja no le quita responsabilidad al infiel, debido a que la solución para enfrentar esta mala relación tiene otros caminos posibles que no pasan por la infidelidad y la mentira. (Coddou y Méndez, 2002).

Crisis Posterior al Descubrimiento de la Infidelidad

El descubrimiento de la infidelidad inevitablemente detona una crisis, dando por hecho que el ser fiel, ha sido un acuerdo de la pareja.

Asimismo, en el instante de confirmar la sospecha es común que se desate una reacción en cadena de emociones mezcladas: incredulidad, rabia, tristeza, desilusión, miedo e incertidumbre (Baizán, en Eguiluz, 2007).

Para la “víctima” se pueden generar cambios en la manera de percibir aquel mundo de pareja que se había construido, es decir se daría un efecto retroactivo en la historia de la pareja para quien es “víctima” del engaño, por ejemplo, salidas, conversaciones, espacios de intimidad que habían sido vividos como agradables se tiñen ahora de un sentimiento de rabia al saber que existía un tercero en la historia (Coddou y Méndez, 2002).

Reparación de la pareja

Coddou y Méndez (2002) plantean que la pareja que pasa por una infidelidad puede elegir dentro de tres opciones o posibilidades claras. La

primera es dejar que el tiempo disminuya las consecuencias de la infidelidad y continuar en una relación de pareja problemática que empeoró aún más después de la infidelidad. Segundo separarse y como tercer alternativa, seguir juntos, pero reparando el daño y aprendiendo a relacionarse de una manera más satisfactoria para ambos (Coddou y Méndez, 2002).

Según Coddou y Méndez (2002) para poder resolver el dolor de la infidelidad en el otro se hace necesaria una muy explícita petición de perdón junto con una muy explícita promesa de que nunca más se la tomará como un camino posible frente a dificultades dentro de la relación. Si la infidelidad, como una opción entendible queda vinculada a una mala relación de pareja, la reinstauración de la confianza se hace imposible. Sólo se podrá empezar a cerrar ese doloroso capítulo en el compromiso de que en cualquier momento de la vida conjunta, cuando cualquiera de los dos se sienta insatisfecho esto será confrontado dentro de la relación y nunca de nuevo se tomará como una opción la infidelidad (Coddou y Méndez, 2002).

En base al perdón es muy interesante constatar cómo, en nuestra cultura, se tiende a pensar que perdonar y olvidar o son lo mismo o van necesariamente juntos. Y eso definitivamente no es así. Los seres humanos no olvidamos los hechos emocionalmente significativos. Por lo tanto, si esperamos que sea lo mismo, no podemos perdonar (Coddou y Méndez, 2002).

Perdonar es una opción. Uno decide si perdona, cuándo perdona, cómo perdona. Implica la posibilidad de seguir con el otro, a pesar del error que el otro cometió, optando por creer que no se repetirá. Implica sentirse capaz de asumir el dolor que el otro causó y de no guardarlo como un arma de guerra presente de por vida. Implica aceptar que "perdonar" no es "olvidar". Implica que llega un momento en que se cierra el interrogatorio sobre el tercero o tercera involucrado; que, una vez sintiendo que el otro está con uno nuevamente en su lealtad, seguir con la puerta del interrogatorio abierta es o seguir en el castigo hacia el otro o sentir que "como no he olvidado y debiera haber olvidado necesito aún tener más información" (Coddou y Méndez, 2002).

La opción de perdonar se traduciría en la práctica de tal manera que en toda la interacción futura de la pareja no se usara la "infidelidad perdonada" ni nada que se relacione con ésta como un argumento intencional en ningún aspecto de la relación (Coddou y Méndez, 2002).

Coddou y Méndez (2002) señalan que a partir de su experiencia clínica, han observado otro error en la percepción de nuestra cultura en relación al acto de perdonar. Usualmente se invita a quien ha sido objeto de un acto que requiere ser perdonado, que tenga una actitud generosa y que motivado por esa generosidad decida perdonar. Esto es, que el perdón es un acto generoso del que perdona. Sin embargo, lo que observamos en este contexto es que con mucha facilidad, esta "generosidad" a la que se es invitada ("se bueno/a; perdónalo/la"), es vivida por ésta como una ingenuidad, casi como una estupidez. La reflexión espontánea que muchas veces está presente en quien sufre la infidelidad es: "Quiere que lo/la perdone después de haber tenido su aventura, de pasarlo bien, de vivir lo que vivió sin pensar en mí, y yo el/la tonto/a estoy dispuesto/a a perdonar" (Coddou y Méndez, 2002).

Por el contrario, si se considerara que, como plantean Coddou y Méndez (2002), perdonar es el único instrumento del que dependemos los seres humanos para reparar una relación, es importante hacerse cargo también de que si se toma esta opción es porque los beneficios para el nosotros, y para el sujeto, de poder reparar la relación son mayores que los costos de perderla o mantenerla deteriorada. Es poder perdonar, no como un acto de bondad o generosidad hacia el otro, sino como un acto motivado por una libre elección de asumir el costo emocional que tuvo esa infidelidad, como consecuencia del deseo de mantener la relación (Coddou y Méndez, 2002).

¿Y la confianza? ¿Qué puede hacer la persona que ha sido infiel para que el otro pueda recuperar la confianza?. Coddou y Méndez plantean que ésta puede llevar a cabo muchas conductas reparatorias para reasegurar al otro en cuanto a su relación. Sin embargo, muy claramente esta situación tiene un límite. La confianza también es una opción, una decisión personal. Nadie nunca nos puede estar mostrando o demostrando minuto a minuto que está siendo leal. Eso es imposible. No hay relación que resista algo así, y a nivel práctico en la vida cotidiana, tampoco es posible (Coddou y Méndez, 2002).

Cuando uno confía en alguien es, en último término, porque uno escoge confiar. Más aún, en el diario vivir se dice que uno "deposita" la confianza, muchas veces sin que el otro haya hecho nada consciente para ganarla. Hay personas que, producto de una infidelidad, deciden no perdonar ni optar por confiar en su pareja de nuevo. Probablemente, este sea el término de la

relación. Hay otras personas que, aunque decidan optar por perdonar, esta es una declaración prematura porque el dolor, la rabia y la humillación siguen ocupando un primer plano en la relación (Coddou y Méndez, 2002).

La situación es más clara y el proceso evoluciona más fácilmente hacia la sanación, cuando se asume la rabia y la pena, y el *deseo* de no perdonar todavía; las ganas de que el otro asuma un costo. Permite mirar también con mayor claridad que este proceso reparatorio por parte del otro debe tener un principio y un fin; no puede el otro pasarse la vida reparando porque entonces no se trataría de una relación de pareja sino de una víctima y de un victimario (Coddou y Méndez, 2002).

Luego del perdón recién se puede trabajar la dinámica de la relación, visualizando la co-participación en el distanciamiento de la pareja.

III. CASO CLÍNICO

1.- Caso clínico

El presente artículo está basado en un caso clínico de terapia de pareja, atendida en modalidad de co-terapia, por alumnas que cursan el segundo año de Postítulo de Terapia sistémica de familias y parejas en el Instituto de Terapia Familiar de Santiago (ITF).

El abordaje terapéutico del caso clínico es en el marco del Modelo Sistémico en Realidades Consensuales del ITF, el cual posee como base la cibernética de segundo orden y la Teoría Biológica del Conocimiento de Humberto Maturana.

El caso que se expone a continuación tuvo una duración de ocho sesiones. Los nombres originales de los integrantes de la pareja son reemplazados por otros, con la intención de resguardar la identidad de los pacientes.

La pareja consultante está constituida por Javiera de 33 años y Andrés de 31 años.

2. Motivo de Consulta

Ambos integrantes de la pareja señalan que consultan porque han sido infieles. En base a lo anterior señalan que quieren ver si pueden reparar la relación o tomar la alternativa de la separación.

3. Explicación del Motivo de Consulta

Como es de esperar la pareja tiene distintas explicaciones respecto del motivo de consulta. Javiera se explica el haber sido infiel debido a su necesidad de sentirse querida como mujer, deseada, dado que percibía que esto no se daba con Andrés porque estaban alejados de la amorosidad, manteniendo una relación tortuosa producto de las discusiones generadas de las diferencias en los estilos de crianza de la hija. Por su parte, Andrés manifiesta que cree que la decisión de optar por la infidelidad se debió a que necesitaba demostraciones de cariño en el ámbito físico que no obtenía de parte de Javiera dado que mantenían discusiones constantes por su manera de criar a la niña, donde sentía además que Javiera lo devaluaba como padre y

como hombre

4. Redes de Conversaciones

En las redes de conversaciones no se distingue un “nosotros” definido desde su operar como un sistema de solo dos personas. Una muestra de lo mismo en relación específicamente a la infidelidad, es la crítica que se hacen de ellos mismo por considerar que el haber sido infiel era una muestra de la poca importancia que ambos le daban a la “familia”; no mencionando la infidelidad como un acto destructivo para su relación de pareja, Sin embargo la explicación de por qué fueron infieles la centran en la relación de pareja.

Andrés señala que Javiera era fría, no le hacía cariño, no se preocupaba de él como pareja y se sentía constantemente devaluado por Javiera. Javiera por su parte señala que necesitaba sentirse mujer, querida y deseada.

Después, surgen conversaciones respecto de la desconfianza sentida por ambos que los hace interpretar cualquier acto del otro como infidelidad, lo que los imposibilita estar tranquilos, dado que ante cualquier hecho externo que les recuerde la infidelidad se genera una gran discusión donde surge la alternativa de la separación como la opción para estar tranquilos.

5. Objetivos Terapéuticos

❖ Objetivo General:

Disminuir el dolor y rabia contenida en las redes de conversaciones de la pareja que los paralizan en tomar la decisión de seguir juntos o terminar la relación.

❖ Objetivos Específicos

Generar un marco contextual más amplio que les permita movilizarse, a partir de:

1. Realizar la distinción entre ser familia y ser pareja.
2. Visualizar la infidelidad como un acto de responsabilidad personal, pero al mismo tiempo como reflejo de una dinámica interaccional.

6. Intervenciones Terapéuticas

1. Se realiza la distinción entre familia y pareja, señalando que en ambos sistemas se dan conversaciones distintas e involucran a distintos integrantes. En la pareja se dan conversaciones generalmente entorno a la intimidad y es un espacio solo de ellos dos, en cambio en la familia las conversaciones giran generalmente entorno al cuidado y protección de los niños y por lo tanto incluye a estos últimos. Frente a la explicación que ellos traían a la mano en cuanto a que no han sido pareja y las emociones de rabia que esto les generaba, se propone como explicación alternativa que en las condiciones ante las cuales comenzaron la relación, es decir donde ambos deciden asumir un rol parental con la hija de Javiera sin saber cómo coordinarse, apuntaban a que se les dificultaba ser pareja, debido a que debían organizarse rápidamente como familia para sacar adelante ese proyecto.
2. Frente a las discusiones generadas por las diferencias en los estilos de crianza, se propone como explicación desculpabilizadora la dificultad que presenta la crianza de una niña de 6 años, a partir de la inexperiencia de ambos en su coordinación parental.
3. Se explora la historia de la conformación de la pareja, con el objetivo de generar un cambio en la emoción al recordar los inicios de la relación, para así poder bajar la intensidad de la rabia y la pena y poder entonces explorar qué sucedió en la pareja que permitió generar un espacio donde aparecieron terceros.
4. Identificar cómo se enteraron de las infidelidades, qué emociones tuvieron y cómo enfrentaron ésta situación. Ésta intervención se hace con el objetivo de indagar qué intención había detrás de la revelación de las infidelidades lo que permite invitarlos a mirarse como una pareja de alta intensidad que se revelaron las infidelidades para generar movimiento. Ésta se desprende a partir de la historia de la pareja donde ellos relatan que solo pololean unos meses y deciden irse a vivir juntos,

además ambos están de acuerdo en que se llevan muy bien en el ámbito sexual. Se les señala que la intensidad junto con el amor es lo que los ha unido desde el principio de la relación, pero con el tiempo esta intensidad fue disminuyendo llegando incluso al distanciamiento. Se les muestra que decidieron aumentar la intensidad de la relación revelándose las infidelidades, ya que después de eso se genera movimiento en la pareja.

5. Respecto a las infidelidades se distinguen dos niveles: la responsabilidad personal de tomar la decisión de ser infiel y por otro lado, la coparticipación en generar un espacio en la relación que permite la aparición de un tercero.
6. Dado que al comienzo de la terapia ellos toman la alternativa de seguir juntos reparando el daño, se propone el tema del perdón como el único instrumento del que dependen los seres humanos para verdaderamente repararla, haciéndose cargo que es un acto motivado por una libre elección de asumir el costo emocional que tuvo esa infidelidad, como consecuencia del deseo de mantener la relación, así mismo también se propone la confianza como una opción, una decisión personal que cumple con el mismo objetivo de reparar la relación.
7. Mostrar que desde que se revelan las infidelidades han generado un movimiento que se les ha traducido en posiciones simétricas, que los lleva a una guerra de pareja. En esta intervención se les muestra que están en una guerra, adoptando posiciones simétricas donde cada uno defiende su punto de vista como el correcto y no acepta los argumentos del otro, pues si los aceptan podría sentir que entra en posición de derrota y victoria para el otro. Asimismo, se les señala que el parar la guerra es una opción, un acto de confianza en el que el otro realmente desea también, parar la guerra y que para esto puede pasar un tiempo en donde se deje de interpretar cualquier conducta del otro como un acto de ataque, y por último, que este fin de la guerra solo pueden realizarlo quienes participan en ella.

8. Se señala que cualquier conducta puede verse desde la confianza o la desconfianza y los costos que esto implica para cada uno y la relación. Explicando que si decido vivir desde la desconfianza, es una tortura y es la semilla para la guerra. Además, se agrega que se genera mucha rabia si uno de ellos intenta ser honesto e igualmente se desconfía de sus actos, dado que lo deja en una posición sin salida, en donde haga lo que haga no logrará la confianza del otro miembro de la pareja.

9. A partir de la disminución de la intensidad de las emociones de rabia y pena, por lo tanto de las posiciones de guerra; de la diferenciación entre pareja y familia, por lo tanto de la fantasía de la destrucción de la familia, se hace posible el contemplar la alternativa de la separación como una alternativa válida.

IV. DISCUSIÓN TEÓRICO CLÍNICA

Se toma la descripción de “pareja” propuesta por Méndez que surge desde las parejas atendidas, para el caso de Javiera y Andrés, dado que es un sistema diádico, que se relacionan desde un principio con la idea de vivir juntos, contienen la idea de igualdad entre ellos y se asumen como pares. Los uno el enamoramiento y las redes de conversaciones giran en torno a la pasión y la sexualidad. Se pudo observar que en las dinámicas interaccionales de esta pareja se intensificaban fácilmente las emociones confrontando sus diferencias a través de peleas y discusiones.

En este artículo consideramos como una característica básica que el sistema pareja tiene límites que incluyen y excluyen, siendo el número de elementos solamente dos, sin embargo en la pareja de Javiera y Andrés se pudo observar que ellos no hacían esta distinción, dado que habitualmente en su relato respecto de sus problemas de pareja incluían a los hijos, es decir no concebían el sistema pareja como discontinuo del sistema familiar.

De acuerdo a lo observado, se puede distinguir que desde la conformación de esta pareja ambos conciben de distinta forma la vida juntos, Javiera lo relega al espacio sexual, en cambio Andrés desea agregarle espacios de conversación y de compartir sin los niños. Estas diferentes expectativas que cada cual tiene sobre cómo debería ser la relación, tienden a complicar la convivencia diaria, trezándolos en discusiones sobre lo cotidiano que afectan su relación.

Respecto de la comunicación en esta pareja, se pudo observar que no coincidían. A Andrés le acomodaba una constante comunicación verbal explícita (*“A mí me gusta que me diga te quiero, te amo”*), en cambio Javiera señalaba que su forma de comunicar el cariño era a través de tener cubiertas las necesidades domésticas de su pareja (*“yo le hago la comida, le tengo siempre la ropa planchada”*).

Estas diferencias en los estilos de comunicar el cariño, generaba que se sintieran poco queridos por el otro, lo que finalmente los hacía discutir.

En relación a los desencuentros en esta pareja, se observó que se

atrapaban en una explicación circular donde responsabilizaban al otro de los problemas que tenían, señalando que el otro con sus actitudes negativas, sus descuidos y su egoísmo comienza las discusiones y el otro solo se defiende. De esta manera entran en la desconfianza, descalificaciones e inseguridades que los mantiene en una batalla frecuente, en una larga guerra que los desgasta, los separa y los hace sufrir. A la base de estos desencuentros está la idea en cada uno de defender su verdad, como una verdad absoluta.

Dentro de los dominios de confrontación, se pudo observar que luego de la revelación de las infidelidades se produce la pérdida o quiebre de la confianza básica, es decir perciben que el otro dejó de velar por el “nosotros” en pos de sus propios intereses individuales. Frente a esto, se genera la sensación que deben defenderse de las conductas del otro, lo que los mantiene en la inseguridad y la desconfianza. Otro dominio de confrontación que se da en esta pareja, es que desde la revelación de las infidelidades han adoptado posiciones simétricas, donde cada uno defiende su punto de vista como el correcto y no aceptan los argumentos del otro, entrampándose así en una guerra de pareja. Por último, otro dominio de confrontación dice relación con la rabia que ambos sienten que al no ser controlada genera que se agredan, se hieran e interpreten las conductas del otro como un acto intencionalmente dañino.

Por otra parte, se observó que esta pareja mantenía un acuerdo explícito de exclusividad, acuerdo que se vio quebrantado cuando ambos tienen relaciones sexuales con un tercero en forma paralela a la relación, frente a lo cual están de acuerdo en distinguir como infidelidad.

Posterior a la revelación de las infidelidades aparecen consecuencias dentro de la relación, como por ejemplo intensas emociones de rabia, pena, inseguridad, y se sienten devastados, al tomar conciencia de que pueden perder, no solo la pareja, sino que todo lo que han construido juntos, específicamente la familia. También, se provoca en ambos un efecto retroactivo en su historia como pareja, por ejemplo salidas, conversaciones, espacios de intimidad que habían sido vividos como agradables se tiñen ahora de un sentimiento de rabia y pena al saber que existían terceros en la historia.

Dado que esta terapia se realizó basada en el Modelo Sistémico en Realidades Consensuales, tomaremos algunos de sus conceptos básicos aplicados al caso expuesto.

En el entendido que siempre estamos frente a un sistema consultante único y particular, las terapeutas mantienen una actitud de curiosidad respecto a la pareja para poder entender las redes de conversaciones que tienen en relación al motivo de consulta, que en éste caso era la infidelidad de ambos, se explora en lo que ellos distinguen como infidelidad, donde ellos señalan que es el hecho que hayan mantenido relaciones sexuales con otra persona de forma paralela a la relación. Luego, las terapeutas consultan por las explicaciones actuales que la pareja tiene en relación a las infidelidades, donde se dan explicaciones lineales e individuales, Javiera por su parte señala que su infidelidad se debió a su necesidad de sentirse querida como mujer, deseada, dado que percibía que esto no se daba con Andrés porque estaban alejados de la amorosidad, manteniendo una relación tortuosa producto de las discusiones generadas de las diferencias en los estilos de crianza de la hija. Por su parte, Andrés manifiesta que cree que su infidelidad se debió a que necesitaba demostraciones de cariño en el ámbito físico que no obtenía de parte de Javiera dado que mantenían discusiones constantes por su manera de criar a la niña, donde sentía además que Javiera lo devaluaba como padre y como hombre.

El contexto en que analizamos este caso es en base a las ideas de circularidad de la cibernética de segundo orden, es por esto que las terapeutas se centran a reflexionar qué estaba pasando en la relación de esta pareja para que dejaran un espacio fértil que permitiera la aparición de terceros. Frente a esto surgen como posibles explicaciones la frustración en torno a las expectativas de la relación en la medida que, creyendo ser pareja en forma simultánea a ser familia, su existencia concreta en cuanto pareja prácticamente desapareció.

Una vez que ésta pareja logra conversar respecto al espacio que dejaron en la relación pueden constatar la pérdida del disfrute sexual y la pasión, lo que para ellos era un ámbito clave en su relación, esto junto a la disminución de la rabia y la pérdida del miedo a la destrucción de la familia, les permite

posteriormente tomar la decisión de separarse.

Luego que el sistema terapéutico, entendiéndose por éste al sistema consultante y a las terapeutas, comienza a conversar respecto de las formas en que la pareja interactúa, encuadrándose en una dinámica circular de las interacciones, surge el tema de la responsabilidad y la libertad que a cada miembro de la pareja le corresponde asumir por el hecho de haber sido infiel.

A continuación, las terapeutas se centran en distinguir el motivo del alejamiento de la pareja, donde ambos se lo explican por las diferencias en la crianza de los hijos, es decir incluyen elementos relacionados con el sistema familiar, es por esto que se decide intervenir ayudándolos a diferenciar el sistema familiar del sistema pareja, para poder disminuir el miedo a que el término de la relación de pareja no implica el término de la familia, y así poder generar un marco contextual más amplio que les permita movilizarse a mirar su relación de pareja y desde ahí tomar una decisión sobre el futuro de ésta.

Para intentar entender las redes de conversaciones de la pareja en donde está inmerso el sufrimiento, las terapeutas distinguen que las emociones preponderantes son la rabia y la pena, las cuales los disponen a la acción de discutir y luego a razonar que el otro no lo quiere, le quiere hacer daño o está siendo malo. Se puede visualizar así, que las emociones de rabia y pena son el contexto en donde se da el lenguaje agresivo entre dos, lo que a su vez mantiene e intensifica las emociones de rabia y pena, lo cual los hace mantenerse en el sufrimiento. Este entrelazamiento de emociones, lenguaje y acción configura las redes de conversaciones con las que esta pareja llega a consultar.

Frente a estas redes de conversaciones de la pareja, se proponen historias alternativas que los sacan del rol de víctima y victimario, que disminuyen la intensidad de las emociones de rabia y pena. Por ejemplo, se les muestra que la infidelidad cumplía en este sistema la función de satisfacer las necesidades de pareja que no estaban siendo cubiertas en la relación, para así evitar la separación.

Se reflexiona que la estructura de esta pareja se mantuvo en su funcionamiento con la aparición de terceros, pasando éste a ser parte del contexto y la organización del sistema que mantenía aquella pareja. Al

revelarse las infidelidades se produce un cambio en la organización que funcionaba con terceros, esto les genera sufrimiento, y surgen nuevas redes de conversaciones repetitivas en torno a la infidelidad.

Considerando la historia de esta pareja, se les invita a mirar que son una pareja de alta intensidad dado que desde los inicios de la relación inmediatamente se atrajeron y rápidamente se fueron a vivir juntos; por lo tanto, frente a la disminución de la intensidad y del distanciamiento, ellos toman la alternativa de aumentar la intensidad o generar movimiento a través de la revelación de las infidelidades, ya que inmediatamente después de las confesiones deciden volver a vivir juntos. Sin embargo, estas revelaciones les produjeron también emociones de rabia y pena que los atrapan y los hacen sufrir. Frente a esto, deciden tomar la alternativa de seguir juntos, pero reparando el daño y aprendiendo a relacionarse de una manera más satisfactoria para ambos, y explicitan que si esto no es posible de lograr, entonces consideran la opción de separarse.

Tomada la decisión de reparar el daño en la relación y de acuerdo a lo planteado por Coddou y Méndez, se propone a la pareja que para resolver el dolor de la infidelidad en el otro, se hace necesaria una muy explícita petición de perdón junto con una muy explícita promesa de que nunca más se la tomará como un camino posible frente a dificultades dentro de la relación.

Por otra parte, se les muestra la distinción entre perdonar y olvidar, se les menciona que perdonar es una opción. Uno decide si perdona, cuándo perdona, cómo perdona, dado que esto implica la posibilidad de seguir con el otro, a pesar del error que el otro cometió, optando por creer que no se repetirá, implica, también sentirse capaz de asumir el dolor que el otro causó y de no guardarlo como un arma de guerra presente de por vida. Implica aceptar que "perdonar" y "confiar" no es "olvidar", y que tampoco es un acto de bondad hacia el otro, sino un acto motivado por una libre elección de asumir el costo emocional que tuvo esa infidelidad como consecuencia del deseo de mantener la relación. Y este perdonar necesariamente tiene que ir acompañado de la opción, nuevamente, de confiar.

El proceso terapéutico le permitió a esta pareja poder movilizarse, una vez

que dejan de sentir miedo al rompimiento de la familia como consecuencia del término de la relación de pareja. Además, al disminuir las emociones de rabia y pena logran ver que ya no sienten amor ni atracción por la vida sexual, elementos que los unían como pareja. A partir de lo anterior es que deciden finalmente separarse.

V. CONCLUSIONES

Un vez que escogimos el tema de la infidelidad en la pareja como tema de nuestro seminario, comenzamos a buscar investigaciones, libros o artículos relacionados con el tema, encontrándonos con la sorpresa de lo poco que se ha escrito en relación a la infidelidad desde una mirada sistémica. Nos encontramos con una variedad de textos que abordan el tema de la infidelidad desde la realidad objetiva, en donde habitualmente se ve a la persona infiel como poseedora de “problemas psicológicos”, que van desde la inmadurez a las características patológicas respecto de su habilidad para mentir o hacer daño a su pareja. No contentas con estos hallazgos continuamos la búsqueda en autores sistémicos, sin embargo muy poco se logró encontrar. Luego de largas reflexiones entre las realizadoras del seminario, nos dimos cuenta que dadas las características del enfoque sistémico y más aún, del modelo en realidades consensuales, en donde se tiene un profundo respeto por las maneras de entender de los sistemas consultantes, habiendo tantas definiciones de infidelidad como parejas hay, caímos en la cuenta que no es posible describir el fenómeno de la infidelidad en una pareja independiente de la pareja que lo viva, por lo tanto comenzamos a manejar la posibilidad de incluir el caso de una pareja en particular, es por eso que se tomó el caso de Javiera y Andrés, quienes acudieron al Instituto de Terapia Familiar de Santiago para realizar una terapia de pareja, en la cual participó como co - terapeuta una de las realizadoras de éste seminario.

Nos encontramos con una pareja que llega solicitando una terapia de pareja por infidelidad, lo que nos permite definir nuestro motivo de consulta. Sin embargo, la primera dificultad surge al visualizar que al principio las redes de

conversaciones giraban entorno a las descalificaciones por los distintos estilos de crianza de la hija mayor. Frente a esto se acogen sus conversaciones, se propone una explicación alternativa y se realiza la distinción entre familia y pareja.

Luego de lograr enfocarnos en lo que los trajo a consultar, como terapeutas nos vimos enfrentadas a nuestros propios prejuicios de que una infidelidad de dos años era más grave que la de un mes, dificultando esto al principio de la terapia la alianza con ambos y con ninguno a la vez. Frente a esto, las conversaciones con el equipo terapéutico fuera del espacio de las sesiones facilitaron realizar la distinción que ese era un prejuicio de las terapeutas y no una creencia de la pareja. Al lograr dejar aquel prejuicio de lado pudimos ir a conocer que ambos integrantes vivieron la revelación de estas infidelidades con igual intensidad, donde el tiempo no era un factor relevante, sino que otras variantes como la proyección que habían tenido con aquellas parejas.

Habitualmente cuando una pareja consulta por infidelidad, se espera que uno de los miembros de la pareja haya sido quien comete la infidelidad, sin embargo en este caso nos encontramos frente a una pareja en que ambos habían mantenido una relación paralela. Esto no dejó de sorprender a las terapeutas, dado que según lo que se espera habitualmente y lo que la teoría menciona, se habla en función de la infidelidad de una persona en la pareja. Sin embargo, se pudo ver cómo esta “doble infidelidad” facilitó a las terapeutas no entramparse en la tentación de adjudicar roles de víctima y victimario, pudiendo enfocarse con mayor rapidez en qué había ocurrido en la relación para que dejaran un espacio que facilitó la aparición de terceros. En cierto momento de la terapia se pudo observar lo simétricos que eran Javiera y Andrés en relación a la “guerra” que estaban sosteniendo, por lo que era fácil pensar que la infidelidad de uno podía ser en reacción a la infidelidad del otro, sin embargo ambas infidelidades fueron develadas simultáneamente, por lo tanto el hecho que ambos optaran por ser infieles, tenía que ver, en este caso, con el tipo de relación que estaban sosteniendo, con una vacío que ambos estaban sintiendo por el alejamiento en la relación.

Desde la primera sesión, la pareja plantea que manejan la posibilidad de separarse si es que no logran reparar la relación. A lo largo de la terapia, mantienen esta idea, y se visualiza que el temor a optar por la separación se

relacionaba con el miedo a destruir la familia que habían formado, una vez que se les hace notar la distinción entre el sistema pareja y el sistema familia, entienden que la familia no se destruye. Esta distinción les permite tomar con más tranquilidad la opción de la separación cuando ambos admiten que ha disminuido la rabia por las infidelidades y ya no hay amor en su relación de pareja.

Esta resolución de separarse tomada por la pareja, genera en las terapeutas una confusa sensación ya que por un lado pueden entender que el objetivo de las terapias es la desaparición del sufrimiento, situación que se dio en este caso y que la separación es una alternativa totalmente válida en una pareja, pero por otro lado quizás por el mandato cultural de que las parejas y familias deben mantenerse unidas, les costó apreciar la separación como un éxito terapéutico.

VI. REFERENCIAS

1. Baizán, M. (2005). *El pozo profundo de la infidelidad. Una ruta de salida*. México: Editorial de textos mexicanos.
2. Coddou F. y Méndez CL. (1994). *Divorcio en la Pareja. Divorcio en la Familia*. Congreso Mitos, obstáculos y entrapmes en el trabajo con familias. Santiago, sin fecha, (paper).
3. Coddou, F. y Méndez, C. (2002). *La Aventura de Ser Pareja*. Santiago, Chile: Editorial Grijalbo.
4. Eguiluz, L (2007.). *Entendiendo a la Pareja: Marcos Teóricos para el Trabajo Terapéutico*. México: Editorial Pax México.
5. Sarquis, C, (1993). *Introducción al estudio de la pareja Humana*. Santiago, Chile: Editorial Universidad Católica de Chile.
6. Santa Cruz, X. (2007). *El Arte de Construir Pareja*. En: Revista *Ecovisiones*. Num. 2. 2007. (Revista Electrónica). Visitada el 1 de Agosto de 2009. Disponible en:
www.ecovisiones.cl/informacion/psicologia/elartedeconstruirpareja.htm
7. Weinstein, E. (2002). *El Amor al Desnudo*. (4° ed.). Santiago, Chile: Aguilar Chilena de Ediciones, S.A.