

Terapia de pareja: reflexiones sistémicas de un grupo en formación¹

Couple therapy: systemic reflections in a formative group

Recibido: 12 de mayo de 2017 - Aceptado: 16 de junio de 2017 - Publicado: 19 de octubre de 2017

Forma de citar este artículo en APA:

Mora Herrera, Y., Recalde David, M. V., Montoya Vertel, Y. A., González Herrera, M. P., Paternina Montiel, D. I., ... Bedoya Cardona, L. M. (2017). Reflexiones sobre la ética del psicólogo. *Poiésis*, (33), 59-74. DOI: <https://doi.org/10.21501/16920945.2496>

Yesenia Mora Herrera, Marien Viviana Recalde David, Yulieth Andrea Montoya Vertel, María Patricia González Herrera, Damaris Isabel Paternina Montiel, Mary Luz Rendón Botero, Paula Andrea López Sepúlveda, Liliana Andrea Rodríguez Goez, Samuel Yepes Marulanda, Rubén Darío Vélez Montoya, Leidy Viriliana Hernández Moreno, Ricardo Andrés Sánchez Peláez*, Ledy Maryory Bedoya Cardona (Asesora docente)**

Resumen

Se presentan a continuación algunas ideas y reflexiones planteadas como resultado del trabajo en equipo llevado a cabo durante el curso de terapia de pareja en el proceso de formación como especialistas en terapia familiar de la Universidad Católica Luis Amigó. Inicialmente se plantean algunos datos históricos e ideas acerca de la forma en que los cambios socioculturales han modificado las relaciones, aportando a la consolidación de nuevas formas de ser pareja. Se analizan características de dicha diada y el lugar del amor en su conformación, a la luz de nuevas comprensiones de las dinámicas del mundo contemporáneo y las problemáticas actuales. Concluyendo este recorrido se reconoce la vigencia e importancia de la terapia sistémica como alternativa para el abordaje de las problemáticas de pareja y se describen asuntos propios de dicha intervención, resaltando en ellos el lugar del terapeuta. Se concluye con la idea de la pareja como producto de un proceso de transformación transversalizado por la sociedad y la cultura, con diversos matices y formas de ser, que siendo cambiantes mantienen como

¹ Ejercicio de escritura realizado por los estudiantes de la Especialización en Terapia Familiar de la Universidad Católica Luis Amigó en el marco del curso *Terapia de Pareja* programado en el semestre 01 de 2017 y dirigido por la docente investigadora Ledy Maryory Bedoya Cardona.

* Estudiantes de la Especialización en Terapia Familiar de la cohorte 06 nivel II de la Universidad Católica Luis Amigó-Medellín.

** Magíster en Terapia Familiar de la Universidad Pontificia Bolivariana. Perteneció a la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales y es docente de la Especialización en Terapia Familiar de la Universidad Católica Luis Amigó. Correo electrónico: ledy.bedoyaca@amigo.edu.co

constante la idea de pareja como un sistema interaccional complejo, en el que amor, deseo y pasión movilizan sentimientos y emociones vitales que revelan simultáneamente la fragilidad y fuerza del ser humano capaz de transformarlo. Vista de este modo la pareja es un escenario de intervención del terapeuta sistémico y la terapia el encuentro que posibilita el cambio.

Palabras clave:

Familia; Pareja; Terapia de pareja; Sistémica.

Abstract

Below are some ideas and reflections raised as a result of the team work carried out during the course of couple therapy in the process of training as specialists in family therapy at the Universidad Católica Luis Amigo. Initially, some historical data and ideas about the way in which socio-cultural changes have changed relationships are presented, contributing to the consolidation of new ways of being a couple. We analyze the characteristics of this dyad and the place of love in its conformation, in the light of new understandings of the dynamics of the contemporary world and the current problems. Concluding this tour, the validity and importance of systemic therapy is recognized as an alternative for the treatment of the problems of couples and describes specific issues of this intervention, highlighting in them the place of the therapist. It concludes with the idea of the couple as the product of a process of transformation that is mainstreamed by society and culture, with different nuances and ways of being, which, while being constant, maintain the idea of a constant as a complex interactional system in which Love, desire and passion mobilize feelings and vital emotions that simultaneously reveal the fragility and strength of the human being capable of transforming it. In this way the couple is a scenario of systemic therapist intervention and therapy the encounter that makes change possible.

Keywords:

Couple; Family; Therapy of couple; Systemic.

Apuntes históricos

La construcción histórica de la pareja ha estado transversalizada por condiciones culturales, políticas, económicas y religiosas. Puede verse como a lo largo de la historia se han hecho apreciaciones respecto a la forma en que se relacionan mujer y hombre desde las distintas culturas. Al respecto, en Grecia se destaca un predominio de la armonía del cuerpo y la expresión sexual, en Roma se identifica el establecimiento de las relaciones en torno al poder, y la búsqueda de la estabilidad económica, en contraste a las culturas árabes, de India y China, en las que prevalece un asunto religioso que sacraliza la unión conyugal para promover una descendencia conectada con dios.

A pesar de las grandes diferencias entre civilizaciones, la antropología refiere el surgimiento de la pareja desde dos modelos: el solidario y el dominador. “El solidario se caracteriza por presentarse en planicies, en lugares cercanos a una fuente de agua, donde predominaba la agricultura, el arte y la cerámica, sus relaciones se basaban en principios de vinculación y las posiciones entre hombre y mujer era equivalente, su cultura religiosa le daba primacía a la adoración de una diosa fémina, reconoce el aporte creador de género femenino”(Lourdes, 2007, p. 4).

Por otra parte, el modelo dominador, se promueve en civilizaciones de características belicistas, al tener su vida una estrecha relación con la guerra, el hombre poderoso, heroico y sobreviviente ejercía su supremacía sobre la mujer, ya que, por sus características biológicas y reproductivas, la mujer se categorizó como un objeto preciado, protegido desde su valor sexual orientado a la virginidad y apropiable, ubicándola en una posición subyugada en las diferentes esferas de la sociedad, en aras de conformar estructuras familiares que garantizaran el mantenimiento de la propiedad, el linaje, el poder político y la victoria sobre culturas invasoras (Molina, 2006, párr. 5). Este es considerado el modelo protagonista, convertido en el foco principal desde donde se relata o construye la historia.

Vale la pena mencionar, que “la construcción de la pareja desde una visión psicológica, se ha estudiado desde las circunstancias paradójicamente relacionadas del placer con el desencanto, más la necesidad propia de estar con y/o por alguien, también tomando en cuenta un sentido retributivo y personal de tal satisfacción” (De Cristóforis, 2009, p. 20).

Esta connotación puede verse en ambos géneros por igual, sin embargo, la historia de la pareja se caracteriza por una posición patriarcal. En este sentido es posible ver a la mujer en un papel relegado y sumiso, destinada a la labor de la casa y con poco reconocimiento de sus quehaceres, encargada de la crianza de los hijos. Las relaciones sexuales para la mujer estaban limitadas a la procreación, desconociéndose el goce o disfrute de la sexualidad.

El hombre a diferencia de la mujer, desde la antigüedad y en diferentes culturas, ha sobresalido en aspectos: políticos, sociales, económicos y sexuales, ejerciendo mayor poder y poniendo a su servicio la figura femenina. Tal perspectiva se ha manifestado en varias sociedades y épocas, y puede leerse en referentes como Aristóteles (S. IV a. C.), el código de Hamurabi (S. XVII), el Corán

(S. VI), Martín Lutero (S. XVI), Enrique VIII (S. XVI), entre otros personajes de la historia que en sus escritos hacen referencia al rol de la mujer desde una perspectiva de sometimiento y complacencia a la voluntad del hombre.

En pocas palabras, los relatos históricos tratan a la mujer como un objeto de pertenencia de la figura masculina, prevaleciendo el rol de la mujer como una figura pasiva, maternante, cuidadora, puritana y sin posibilidad de decisión por fuera de tales representaciones sociales.

No obstante, desde esta visión histórica también se logra desglosar cambios de circunstancias, contextos, necesidades, creencias, conexiones y distinciones que permitieron poner este paradigma androcentrista en crisis comenzando desde la modernidad.

Es importante resaltar que a finales del siglo XIX, gracias a la facilidad de lectura debido a la masificación del libro por la evolución de la imprenta, el romanticismo europeo, y la valoración del deseo y la pasión en la salud mental del sujeto que había promovido el psicoanálisis, se concibió un nuevo tipo de pareja, “una mujer más letrada y un hombre menos soberbio y preocupado por su pareja” (Lourdes, 2007, p. 11).

Debe aclararse, que la civilización latina no fue tan agraciada por esta revolución, muchos países apenas se seguían reconstruyendo después de arduas luchas por una independencia, por ello se puede considerar que en culturas tan recientemente tocadas por el contexto de la guerra, el modelo dominador, alimentado por una identidad “protectora de la patria”, seguía siendo el prevalente, esto no significa que los ideales libertarios, feministas y socialista no hayan permeado al “nuevo mundo”, es solo que los cambios que se estaban dando en Europa y Estados Unidos tardaron un poco más (Achugar, 1995, p. 20).

Por otra parte en este proceso histórico, puede visibilizarse el comienzo de una nueva sexualidad orientada hacia el descubrimiento del placer, el matrimonio ya no se piensa sin amor y el amor tampoco se concibe sin placer. “El amor se convierte en el cimiento de un buen matrimonio y la pareja consensuada se vuelve salutogénica” (Lourdes, 2007, p. 13). Se habla más de sexo, vagina, pene, se puede besar a los hijos, ya el matrimonio no solo se daba por procreación sino para formar una pareja exitosa, esto se refuerza aún más debido a las dos guerras mundiales, donde la ausencia masculina transformó el rol de la mujer, dándole una identidad equitativa, rompiendo estereotipos que otorgaban funciones o roles definidos a la masculinidad y feminidad.

Puede decirse que en la actualidad se han experimentado cambios en el papel del hombre y la mujer en las relaciones de pareja, y se ha mostrado una mayor tendencia a la simetría de roles, lo que ha contribuido también a la disolución de vínculos (García y Rojas, 2002, p. 4). Es común hoy en día que se fomente la moratoria social, dando más tiempo al momento de la consolidación de la pareja, y mayor plazo para salir de la familia de origen. Todo bajo la presión social de vida conyugal como culmen del desarrollo identitario de ambos sexos.

A pesar de los cambios evidenciados en las relaciones de pareja, en ella se confieren funciones a sus integrantes que siguen siendo guiadas por un ordenamiento patriarcal fundado en la diversidad y diferencia de género. “La pareja” nombra asuntos que obedecen al imaginario social que delimita una diada, promovida sobre todo desde la heterosexualidad que se une en torno al valor de la fidelidad perdurable en el tiempo, ideológicamente indisoluble, legitimada en un contexto legal y cuya finalidad es la procreación. Por su parte la connotación de pareja, se refiere a las significaciones co-construidas en la experiencia interaccional conyugal. Hombre y mujer conciben de manera diferente la vida en pareja, y ahí es donde los cambios de la contemporaneidad han mellado, promoviendo la introducción de nuevas formas de hacer pareja que no requieren presencia física, compromiso profundo o la necesidad exclusiva de ser dos.

Desde la intervención profesional se ha observado que la realidad se ha ido transformando, dando pie de apertura a nuevas perspectivas frente a los roles asumidos por cada integrante de la pareja en el desarrollo de su relación, desde esta mirada se hace fundamental que los profesionales que trabajan con parejas puedan visibilizar sus intervenciones en el marco de un constante cambio.

Puede decirse que la pareja en el transcurso de la historia ha sido entonces permeada por las condiciones culturales, económicas, políticas y sociales en una línea de tiempo. Ha representado ideologías y roles relacionados con los ideales de género, de familia y de funcionamiento social, e innegablemente ha sufrido transformaciones que han llevado a considerarla en la actualidad desde una multiplicidad de formas. Surge entonces el interrogante, ¿Qué lugar ha ocupado el amor en las relaciones de pareja?, pregunta que abre un panorama tan amplio como su misma historia.

La pregunta por el amor y las relaciones

Desde el comienzo de la humanidad la pregunta por el amor ha estado presente y ha contado con un sin número de metáforas para definirlo: el amor todo lo puede, el amor es para siempre, la fuerza del amor, el amor como remedio, el amor como completud, el amor como una búsqueda de belleza y perfección, amor es sufrimiento, el amor es creación y destrucción, amar es ser fiel, amor y matrimonio son incompatibles, amor no es sexo ni erotismo, el amor es un código o un discurso, el amor y tiempo se repelen, el amor es sacrificio, amor como dinero, el amor como caída, amor es sentir lo mismo recíprocamente, amar el amor, amor como enfermedad, el hambre de amor, amar es extrañar. Entre muchos otros.

Al pensar sobre amor es importante señalar que este es como la vida, paradójico. Al respecto plantea De Cristóforis (2009), que el amor no necesita de explicaciones, pues entre más se trata de entender más advierte que no es como se suponía. Entonces el amor es una construcción que realiza la pareja a través de su permanencia, necesidad y deseo.

Considerando lo anterior, es precisó afirmar que la pareja es un conjunto inviable y lleno de malos entendidos, dado que, cuando se ama a alguien se deposita en esa persona un conjunto de aspiraciones y esto en todas las relaciones es un proyecto fallido, ya que el otro es siempre incomprendible y desconocido, aunque se crea conocerlo bien.

El amor nace en el ceño de los primeros vínculos. Las vivencias de los primeros años de vida con los cuidadores determinan la forma en que las personas se relacionan con el mundo, además, estas primeras relaciones influyen con gran fuerza en las elecciones de pareja.

“Entonces el amor consiste en esa ilusión donde dos personas con su falta auestas se están dando algo que los calma” (De Cristóforis, 2009 p. 82). En efecto se puede afirmar que la pareja es un proyecto utópico que permite recuperar lo perdido en la primera luna de miel, aquella vivida con la madre en los primeros días de vida. Por lo tanto, el individuo tiende a repetir sus relaciones con el ideal de obtener lo que un día tuvo y le brindó seguridad y reconocimiento.

Según lo anterior, se puede referir que las parejas de hoy se conciben dentro de un encuentro amoroso, entendido como el toque que los une y los integra, sin descartar que antes del encuentro amoroso pueden presentarse otros códigos como la pasión, el deseo, el placer, el goce, el erotismo y relaciones sexuales placenteras, que son el precedente determinante para formalizar las relaciones de pareja contemporáneas.

La sexualidad como fenómeno contemporáneo es el producto de la interacción de una multitud de tradiciones y de prácticas sociales, religiosas, morales, económicas, familiares, médicas y jurídicas (Weeks, 1985. p. 24). Contiene categorías, conceptos y lenguajes que indican lo que es bueno/malo, dañino/saludable, normal/anormal, apropiado/inapropiado, como conducta. Se parte de la idea de la sexualidad como construcción social.

Actualmente la relación de pareja es dinámica y ha cambiado sus significados tanto culturalmente como socialmente, para así llegar a la transformación y a las nuevas formas de amar y ser pareja. En consecuencia, el amor, la sexualidad y la pareja se han modificado para lograr un avance en cuanto a las nuevas exigencias de la posmodernidad.

Bauman (2005). Considera:

las relaciones de parejas, como “redes” o “conexiones” en vez de “relaciones”, a diferencia de las “relaciones”, el “parentesco”, la “pareja” e ideas semejantes que resaltan el compromiso mutuo y excluyen o soslayan a su opuesto, el descompromiso, la “red” representa una matriz que conecta y desconecta a la vez. (p. 13)

Por lo tanto, las relaciones contemporáneas representan más libertad para quienes disfrutan de ellas, existen más posibilidades y muchas más formas de compartir con determinada persona.

Márquez (2016) describe con más claridad la transformación por la cual las relaciones de pareja y los vínculos están atravesando cuando dice:

Es un amor que no concibe la dificultad ni el sufrimiento. La gente quiere salir ilesa de esa experiencia, no correr peligro alguno ni tener secuelas. Pero el amor siempre implica riesgos. Como bien lo dice Octavio Paz, “como todas las grandes creaciones del hombre, el amor es doble: es la suprema ventura y la desdicha suprema” (p. 15).

Las relaciones contemporáneas tienden a defenderse del dolor que causa la ruptura de los vínculos, esto genera relaciones frágiles, débiles, que tienen características lábiles y quebradizas.

Pero entre tanta transformación y diversidad, el amor y todas las formas que existen para expresar el afecto, aún sobreviven y se vuelven indispensables para la vida cotidiana de las personas. Es fundamental toda expresión de amor y toda forma de relación o conexión con el mundo, funciona incluso como una luz de esperanza ante el caos.

Innegablemente las evoluciones culturales han promovido nuevas formas de ser pareja que desafían los paradigmas tradicionales. Entre estas se encuentran las parejas homosexuales que ponen en duda la heteronormalidad de la relación conyugal, las transnacionales que transforman la idea de noviazgo y tiempo, las parejas “Living Apart Together” LAT que innovan el ideal de convivencia, y las parejas virtuales permeadas por las nuevas tecnologías.

El creciente número de éste tipo de relaciones reclama un lugar en la sociedad, que demanda transformaciones de tipo social, cultural y familiar, que a su vez implican legitimar diversas formas afectivas de relacionarse y ser pareja. Con el paso a la posmodernidad y desde la mirada del construccionismo social se incrementa el interés por estudiar estas realidades y surgen investigaciones en torno a las parejas poliamorosas, swingers, LAT, homosexuales, virtuales y parejas sin hijos, entre otras.

Dichas investigaciones invitan a acrecentar los estudios que analizan las diferentes dinámicas de las parejas y guían las intervenciones. Además plantean la necesidad de investigar estos temas principalmente en Colombia ya que la información al respecto no es muy amplia. Reconocer las diversas posibilidades en la forma de ser pareja, es fundamental para la intervención.

Se presencia hoy, una explosión de prácticas sexuales múltiples como consecuencia de lo que Giddens (1992) ha denominado *las transformaciones de la intimidad*. Diferentes estudios realizados hasta el momento evidencian como factor común el intercambio de parejas o el amor vivido desde la libertad sexual y afectiva.

Guerra y ortega (2015) en su escrito *Poliamor en la vida cotidiana. Construcción ideológica y subjetividad* definen la práctica poliamorosa como:

una práctica definida por un grupo social como un posicionamiento político o filosófico frente la vida, que plantea la posibilidad de tener vínculos de pareja con más de una persona con el consentimiento de las personas involucradas, cuestionando los estereotipos de género y de las relaciones monógamas exaltando tres valores: la honestidad, la equidad y el compromiso como cimientos para establecer relaciones duraderas con un

proyecto de vida compartido. Además, surge de la reflexión de teorías feministas y de la perspectiva de género que se plantea con una noción de libertad en la experiencia de las relaciones afectivas y sexuales que, según su ideología, pretende impactar en el ámbito público (p. 373).

Bernal (2013) respecto a las parejas LAT manifiesta:

Una pareja bajo la modalidad LAT se podría definir como alternativa a la unión conyugal, arreglos de pareja más o menos permanentes constituidos por individuos que no desean o no están disponibles por diversas razones para compartir un hogar, por lo tanto, es una relación sentimental íntima de carácter intermitente donde cada miembro de la pareja posee un domicilio propio. (p. 179).

Diferentes autores han abordado el concepto de pareja, reconociendo la complejidad que abarca la definición. De Cristóforis (2009), en su escrito *Amores y Parejas en el siglo XXI* refiere que para realizar una definición se debe partir de los factores en común que se vivencian en dichas relaciones, puesto que si se aborda de otras maneras siempre se pueden encontrar excepciones a la generalidad. Algunos elementos que se hacen presente de manera frecuente en la relación de pareja son el deseo, la pasión, la intimidad, el goce, el compromiso y la sexualidad.

Omar Biscotti (2006), retoma algunos autores como Hernández (1998), y Quintero (1997), para explicar que la pareja hace parte de un sistema llamado socialmente familia, que más allá de ser subsistema se convierte en un sistema con características propias y particulares que pueden ser analizadas desde referentes relacionados con el ciclo vital de la familia. A esto puede complementarse la necesidad de incluir la revisión de trayectoria de vida y la propuesta de ciclo de pareja planteada por Díaz loving (2002) desde una perspectiva psicosocial, psicoanalítica y cognitiva.

La pareja generalmente ha sido contemplada como la etapa que antecede a la familia, pero que se mantienen a través del tiempo aun cuando no exista el sistema familiar. Ángela Quintero Velásquez (1994) Trabajadora Social colombiana, plantea la siguiente propuesta de ciclo vital de la pareja basada en las dinámicas que se presentan en los hogares colombianos:

- **Entre 1-3 años de matrimonio: luna de miel**, tiempo caracterizado por el romanticismo, donde se busca un acoplamiento de la pareja, dando prioridad al cuidado del otro. Se busca estabilidad económica.
- **Entre 4-7 años de matrimonio: la crisis**, por lo general llegan los hijos y cambios drásticos en la vida sexual y económica. Se termina la idealización del otro, se establece como el tiempo en que termina la luna de miel.
- **Entre 8-10 años de la unión: calma en el hogar**, los hijos tienden a ser los miembros más importantes del hogar, se pierde el romanticismo en la pareja. La figura femenina aporta económicamente.
- **De 11-14 años unidos: un feliz matrimonio, pero...**, se han establecido rutinas, en las familias colombianas, el hogar se convierte en un de refugio. Se presentan crisis personales, pero no hay grandes cambios en los estilos de vida.

- **Entre 15-19 años de convivencia: consolidación**, si existen hijos, generalmente están pasando por la adolescencia, esto permite que la pareja vuelva a tornarse unida.
- **De 20-28 años de unión: dulce hogar**, es importante mencionar que no todas las parejas llegan a esta etapa, pero quienes la viven, generalmente se tornan más cercanos, su relación es amistosa y permeada por el afecto.
- **Más de 30 años: retiro del trabajo e independencia de los hijos**, generalmente un esposo envejece antes que el otro. Se tienen mayores discusiones por asuntos “pequeños”, las parejas tienden a mantenerse unidas a pesar del deterioro en su relación afectiva.

Es importante mencionar que si bien esta propuesta corresponde a una época particular y formas de relación de las familias Colombianas, para el análisis del tema también deben considerarse otras propuestas que de manera más general y actual permiten comprender características del ciclo de vida, relación o trayectoria de las parejas de una manera más abierta a su pluralidad.

Algunos autores presentan propuestas particulares como Torres y Arango, mencionados por Biscotti (2006), en su texto terapia de pareja una mirada sistémica, en el cual refiere que la pareja reconstituida atraviesa específicamente por las fases de noviazgo, Fantasía, choque ajuste o resolución.

Lo anterior, permite hacer claridad en que la postura conceptual de los autores mencionados es solamente un acercamiento a las fases que se plantean para comprender la dinámica de la pareja y que existen muchos más que tienen en cuenta otros aspectos que vivencian estas relaciones.

Como se ha presentado en este recorrido reflexivo, en temas de amor y de pareja se entrecruzan significados que posiblemente no se comparten en su conceptualización o experiencia, reforzando la idea de lo complejo e importante que se hace comprender que en las relaciones de pareja se configura un entramado de sentimientos, emociones y conductas personales compartidas, que al no coincidir en unidad con el otro, generan malestar y rechazo.

Pareja y terapia sistémica

La pareja como se mencionaba anteriormente es un sistema y a su vez un subsistema que deviene de varios sistemas que se encuentran en relación, donde se permiten intercambios y se construye un “nosotros” desde el encuentro de las individualidades; por tanto, está y estará permeada por construcciones sociales originadas en las creencias adquiridas en el aprendizaje del niño (a) con su familia y los demás contextos en los que se comparte, en donde se puede idealizar al otro desde sus primeros vínculos o sus figuras significativas y desde la representación de seres fantásticos y perfectos expuestos en un medio consumista valorado desde el deseo, la belleza y la satisfacción individual. Es así que cuando las personas fusionan sus vidas con altas expectativas surgen las decepciones ante el fracaso de sus deseos, como se puede leer en Sánchez y Díaz (2003).

En este sentido, la intervención desde la mirada relacional que propone la epistemología sistémica, invita a comprender la pareja como un sistema con mecanismos de regulación propios, con patrones de interacción repetitivos y con comportamientos que dependen uno del otro, originados en sus contextos y sistema de creencias, que son expuestas en narrativas y expectativas individuales, compartidas con el terapeuta en la intervención.

Las relaciones de pareja se han visto inmersas comúnmente en la elección desde el deseo o desde la necesidad originada en sus propias experiencias individuales (Ceberio, 2007). Desde la conformación de la pareja se pueden identificar vivencias y contextos que dan paso a procesos personales que emergen dentro de la dinámica de la unicidad y que reaparecen como disyuntivas que han de ser confrontadas generalmente luego de muchas soluciones intentadas y fallidas.

Es entonces, en la vivencia entre los seres que conforman la relación en donde se manifiestan los encuentros y desencuentros de la experiencia amorosa ante la cual muchas parejas reaccionan de diversas formas instaurando diferentes dinámicas de relación, algunas de ellas:

- “Huir” de las demandas de su pareja, guardando silencio, “soportando” o “naturalizando” algunos eventos por miedo a una consideración de mayor magnitud que pueda presentarse, como la separación temporal o definitiva, que colocaría en jaque un compendio de “sacrificios en la entrega y espera” de uno de los dos.
- Evitar y desplazar sus malestares hacia los demás miembros de la familia o entre ellos mismos. Es de anotar que cualquier “desajuste” en la relación, tiende a crear un sinsabor en la existencia y estabilidad de la misma.
- Confrontar la situación, teniendo en cuenta posibles consecuencias a asumir o en el peor de los casos, ser llevados por el hervor del momento destruyendo la relación alguna vez, lo que más adelante hará de ellos tal vez un contenedor de culpas y remordimientos ante sus verdaderos sentimientos.
- Cuando las acciones físicas o psicológicas dentro de la pareja aparecen e inciden en el otro que se mantiene, pueden llevar a que se remita a una consulta desde un contexto obligado.
- Quedarse en una relación que se ve atascada, mientras que algunas veces se refugia o se sustituye en otros sistemas de satisfacción que le “ayudan a mantenerse” como el consumo, la infidelidad, la tecnología y otra clase de apegos que se dan a causa de una falta en esa relación.
- Buscar un profesional especializado en el tema, para desenmarañar y resignificar la situación que comúnmente esta enmascarada en elementos cotidianos que en algún momento llevan a ser evidenciados en una crisis.

En la última de estas acciones que puede tomar la pareja, surge la posibilidad del encuentro terapéutico, se origina una triada, en donde cada uno es regulador desde la relación inclusión y exclusión de los demás participantes (Tapia y Molina, 2014), donde se hace necesario conocer antecedentes, inicios de conformación, expectativas terapéuticas y los recursos o estrategias utilizadas que se han aplicado para resolver sus conflictos.

En un primer encuentro entre terapeuta y sistema consultante, es indispensable tener en cuenta tres componentes para el logro de los objetivos propuestos: el primero de ellos es la creación del vínculo, en donde se requiere la empatía y la mentalización, elementos que permiten que el sistema terapéutico perciba las emociones del otro y les de validez. El segundo es la co-construcción del motivo de consulta y el tercero es el acuerdo de la trayectoria terapéutica.

Es importante iniciar con una serie de preguntas que permitan encausar el inicio del proceso y la trayectoria del mismo, como por ejemplo: ¿Cómo se toma la decisión de llegar a consulta hoy?, ¿cuál es el problema por el que consultan?, ¿Por qué ahora? ¿Cuáles han sido las estrategias utilizadas para resolver la situación? y ¿cuál es el tipo de ayuda que buscan? (Tapia y Molina, 2014).

Desde una postura colaborativa, sin clasificar al terapeuta familiar como experto, es posible afirmar que dicho profesional, debe ser capaz de “entrar” a la lógica del pensamiento de cada uno de los conyugues (Pinto, 2000), ubicándose dentro de la cibernética de segundo orden como observador participante, facilitándole al sistema la re-significación de la historia relacional, trabajando, como lo enuncia Tapia y Molina desde la Cronogenesis (en el aquí y en él ahora, se construye la experiencia), utilizando preguntas circulares que aludan a la reflexión y a la responsabilidad de cada uno de los miembros en la situación que los llevó a consultar, desarrollando así un proceso de meta-observación que promueva las comprensiones de esa dinámica relacional, en la que se tiende a evitar la queja constante y se busca fortalecer mecanismos que activen la meta- comunicación para dar lugar a la redefinición de situaciones problemáticas, identificando asuntos que no se verbalizan, pero que son importantes para el proceso terapéutico, además de la ubicación del ciclo vital de cada uno y en su conjunción (Quintero, 2006).

En ese proceso, se busca clarificar significados de la situación, modificando algunos puntos de vista y mejorando la comunicación, sin embargo, al ocuparse de los problemas cotidianos de la pareja, se puede llevar a que la relación se establezca, se cronifique o se rompa, dependiendo de la pareja, sus recursos, disponibilidad, capacidad meta-cognitiva y posibilidades en la habilidad para tomar decisiones, que también puede lograrse basado en una terapia centrada en soluciones. (Waister y Winttner, 2008).

Por lo anterior, como lo enuncian Tapia y Molina (2014), al cierre de un primer encuentro, como devolución, es importante enunciar aspectos como el clima relacional, los recursos utilizados y la delimitación de la dimensión del conflicto. Además, .concordar los objetivos y el modo de trabajo para establecer un compromiso claro y acorde a lo esperado por la pareja.

Algunos autores, como Biscotti (2006), Ceberio (2007), y Quintero (2006), coinciden al enunciar que las problemáticas de las parejas más frecuentes en la actualidad de la consulta, se encuentran relacionadas con: decisiones de unión, mandatos formados por creencias (sociales, religiosas, culturales), la economía, los vínculos con relaciones anteriores, nuevas decisiones sexuales, uniones en edades disparejas y desvaloraciones que llevan al terapeuta en conjunto con el sistema a redefinir los propósitos a trabajar, alejando en lo posible las ideas de incondicionalidad, negatividad, control, culpas e interpretaciones no mediadas, es decir, no retroalimentadas.

Para el desarrollo de la intervención, todo terapeuta, debe tener claros principios de ética profesional. Algunos de ellos desde la perspectiva sistémica invitan a la circularidad, excepciones, reflexividad, re-significación, validación, comunicación y reajuste, considerados necesarios para dar validez a cada acción y palabra de los consultantes, guiándose además por la curiosidad como herramienta de información que permite colaborar en el proceso, así como los demás recursos teóricos necesarios para tal fin, en donde se focalizará en los objetivos consensuados trazados inicialmente en la triada, tratando de hacer consciente a cada uno, de los conceptos, supuestos y creencias personales, expuestas explícitamente que posiblemente trascenderá de una forma no efectiva a ellos y los demás de su familia (Ceberio, 2007).

El profesional en terapia familiar sistémica necesita ubicarse en el orden de las propuestas actuales de la pareja, en las que no siempre se trata de dos personas unidas con el fin de procrear y desde las cuales emergen concepciones que pueden estar lejos del compromiso, el matrimonio y la estabilidad. Las problemáticas actuales en las parejas se encuentran relacionadas también con la influencia del contexto, los choques en los mandatos sociales, los juegos de poder, la trayectoria de vida, las necesidades o prioridades personales, profesionales o laborales y las decisiones importantes que movilizan el equilibrio y por demás la historia personal y disposición que pueden llevar a obstaculizar o favorecer la re-construcción de significados y posiciones de la vida en conjunto.

Es así, que se pone en evidencia que el trabajo terapéutico está guiado por las mismas concepciones impuestas por el contexto y la diversidad, sin dejar de lado la vida particular de sus consultantes, y del propio terapeuta. En la intervención se trabaja sistemáticamente por un objetivo en común manteniendo la validez de los sentimientos y la disponibilidad compartida en la triada pero al mismo tiempo se trabaja en la metaobservación del lugar del terapeuta en el sistema que se configura con la pareja consultante.

Desde esta mirada, se considera que las relaciones de pareja se conforman, a partir de determinadas historias que las personas van construyendo a lo largo de la vida, de esta manera cada uno de los integrantes de la pareja aporta elementos que conforman la relación que se establece y que devienen de un entramado de aspectos como: las creencias, la cultura, las dinámicas y patrones familiares, donde se plasman emociones y sentimientos, que en la consulta ayudan al terapeuta a identificar como lo propone Sternberg (2007) un estilo amoroso en el cual se relaciona esa pareja. Todo esto para el terapeuta con el fin de realizar una observación sistémica creando alternativas y estrategias de intervención que generen movilización en esa pareja que consulta.

Desde teorías de la pareja propuestas por diferentes estudiosos del tema se encuentra que la pareja presenta una serie de principios de funcionamiento que reflejan su interacción y que al ser identificados y explorados por el terapeuta evidencian guiones y vicisitudes que teje la pareja en su interacción. Algunos de estos principios como lo propone Gottman (2000) están en relación a: 1) los mapas del amor, es decir el conocimiento íntimo del mundo del compañero, 2) cultivar el cariño y la admiración, 3) el acercamiento al otro, 4) aprender del otro, 5) resolver los problemas, 6) salir del estancamiento y 7) crear un sentido de trascendencia. A partir de estos principios el terapeuta puede identificar aquellos componentes que han ido desapareciendo o que se encuentran en conflicto en esa pareja, encontrando de esta manera una información que puede ayudar a la construcción de nuevas posibilidades de abordar una sesión permitiendo tener un conocimiento amplio de la situación.

El terapeuta tiene en cuenta estos principios en aras de hacer una referencia y plantear hipótesis, más que encasillar el relato de los consultantes, siempre promoviendo un cambio desde la mirada relacional que favorezca la metacomunicación y que respete las creencias y valores de la pareja. En este sentido el proceso de metaobservación es una herramienta constante en la intervención del terapeuta, puesto que le permite identificar asuntos, prejuicios e historias que pueden aparecer en el momento de la intervención. En relación con esto, se resalta la importancia de emplear herramientas como el duograma, el cual permite identificar en el terapeuta, patrones relacionales y reflexionar sobre significados e ideales de pareja que pueden intervenir positiva o negativamente en la dinámica del sistema terapéutico, puesto que todo esto hace parte del self del terapeuta y por ende parte integrante de la terapia misma.

El duograma hace referencia según Arcelloni y Ferrero (2009) “a la narración y la representación gráfica de las historias de pareja de una persona... e incluye las relaciones sentimentales significativas para el sujeto durante todo el arco de su vida” (p. 701). Se convierte entonces, en un instrumento que permite explorar las relaciones sentimentales significativas que a lo largo de la vida las personas han adquirido y que tienen, un decir revelador en la forma como ellas se relacionan. En este sentido el terapeuta tiene una historia amorosa que cómo se señaló anteriormente influye en las conexiones, distinciones y posición que éste asume en la terapia. De ahí que el duograma se vuelve una herramienta terapéutica útil en la experiencia del terapeuta, en la medida que le permite como lo exponen Arcelloni y Ferrero (2009) “explicitar sus propias premisas y volverse más consciente de sus prejuicios respecto a las relaciones” (p. 705), evidenciando así más que la cronología y el orden de esas relaciones, el valor de la elección, las narraciones que las acompañan y la responsabilidad individual que emergen a partir de ellas al elegir la pareja. Puede decirse entonces, que es una herramienta útil tanto para la formación del terapeuta, como para trabajar con las parejas en consulta ya que permite evidenciar algunas características, patrones, significados y creencias que no aparecen explícitos en la formación de la pareja, así como el conflicto que se hace presente y que motiva a la pareja a la consulta.

Conclusiones

La pareja humana deviene como una manera particular de ser y relacionarse para sobrevivir y desarrollarse, desde un entramado de funciones biológicas, psicológicas y sociales. Su historia es tan antigua como la humanidad misma puesto que se ha construido en el transcurrir de distintas épocas, culturas, saberes y creencias religiosas que han influido sobre la forma en que se relacionan la mujer y el hombre, hasta llegar en la contemporaneidad a una idea de pareja con apertura a nuevas representaciones frente a los roles, la perspectiva de género y el amor.

En la actualidad el concepto de pareja devela distintas formas de “ser” (poliamor, LAT, homosexual, swinger, entre otras) las cuales hacen parte de los modelos de pareja del mundo contemporáneo. Diferentes autores han abordado el concepto reconociendo la complejidad que abarca su definición. Cristóforis (2009) plantea la idea de realizar una definición a partir de los factores en común que se vivencian en dichas relaciones, puesto que si se aborda de otras maneras siempre se puede encontrar excepciones a la generalidad.

Algunos elementos que se hacen presente de manera frecuente en la relación de pareja son: el deseo, la pasión, la intimidad, el goce, el compromiso, la sexualidad. Estos son evidentes en la dinámica relacional de cada pareja, en las etapas de su trayectoria vital y el proceso particular que establece a través del tiempo.

Al hablar de pareja es importante tener claro que este es un subsistema que deriva de otros sistemas, y a la vez un sistema que posibilita a los individuos que la componen, el intercambio de aprendizajes y experiencias que hacen que sea permeada por construcciones sociales propias del contexto en que se desenvuelve.

La posición del terapeuta sistémico debe promover desde el inicio de la terapia la generación de empatía para permitir que en el sistema terapéutico se perciban con mayor facilidad las emociones. A su vez debe posibilitar la co-construcción del motivo de consulta, la curiosidad y reflexión permanente que lo guíen a la comprensión de la dinámica relacional de la pareja.

El duograma es una herramienta útil, tanto para la formación del terapeuta, como para el trabajo con la pareja en consulta, ya que permite evidenciar características, patrones, significados y creencias que no aparecen explícitos en la conformación de la pareja, así como el conflicto que se hace presente y que los motiva a la consulta.

Conflicto de intereses:

Los autores declaran no tener conflictos de interés relacionados con este artículo.

Referencias

- Achugar, H. (1995). *Esplendores y miserias del siglo XIX: cultura y sociedad en América Latina*. Equinoccio.
- Arcelloni, T., y Ferrero, G. (2009). El duograma en la formación sistémica. Los terapeutas y sus relaciones de pareja. *Psicoperspectivas*, VIII (1) ,195-230. Recuperado de <http://www.psicoperspectivas.cl>
- Bauman, Z. (2005). *Amor líquido, acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Fondo de cultura económica de Argentina.
- Bernal, I. (2013). "Juntos, aunque separados". Parejas LAT en la ciudad de Medellín. *Revista de Trabajo social*. Universidad Pontificia Bolivariana.
- Biscotti, O. (2006). *Terapia de pareja una mirada sistémica*. Buenos Aires: Lumen Hvmánitas.
- Ceberio, M. (2007). *El Baile de la pareja. Se mata a quien se quiere: Los juegos del mal amor*. México: Pax México.
- Costa, M., y Serrat, C. (1982). *Terapia de parejas*. Editorial Alianza. Madrid.
- De Cristóforis, O. (2009). *Amores y parejas en el siglo XXI*. Buenos Aires: Letra Viva.
- Eguiluz, L. D. (2007). Entendiendo a la pareja. *Marcos teóricos para el trabajo terapéutico*. México: Editorial Pax.
- García, B., & Rojas, O. (2002). Cambios en la formación y disolución de las uniones en América Latina. *Gaceta Laboral*, 8(3). Recuperado de <http://www.produccioncientificaluz.org/index.php/gaceta/article/view/3732/3731>
- Gottman, J. M., y Silver, N. (2000). *Los siete principios para hacer que el matrimonio funcione*. Vintage Español.
- Guerra., L. & Ortega, S. (2015). *Poliamor en la vida cotidiana. Construcción ideológica y subjetividad*.

- Molina, M. E. (2006). Transformaciones Histórico Culturales del Concepto de Maternidad y sus Repercusiones en la Identidad de la Mujer. *Psykhé*, 15(2), 93-103. Recuperado de http://www.scielo.cl/scielo.php?pid=s0718-22282006000200009&script=sci_arttext
- Pinto, B. (2000). Terapiade pareja: unaperspectivacognitiva-sistémica. *Revista Ciencia y Cultura*. 8. Recuperado de http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-33232000000200008&script=sci_arttext
- Quintero, A. (2006). Terapia de la pareja: Una mirada sistémica. Proceso Vital de la pareja moderna. Capítulo 5. Buenos Aires: Ed. Lumen.
- Sánchez, R. y Díaz, R. (2003). Patrones y estilos de comunicación de la pareja: Diseño de un inventario. *Revista Anales de psicología*. 19 (2).
- Sternberg, R.J. (2007). La experiencia del amor. Barcelona: Paidós
- Tapia, L. y Molina, M. (2014). Primera entrevista de terapia de pareja: co- construcción de un encuentro situado. *Revista Chil neuro-psiquiat*. 52 (42-52). Recuperado de <http://www.scielo.cl/pdf/rchnp/v52n1/art06.pdf>
- Wainsten, M., Wittner, V. (2008). Enfoque psicosocial de la pareja. Aproximaciones desde la terapia de la comunicación y la terapia de solución de problemas. Departamento de psicología, universidad de Palermo Buenos Aires, Recuperado de <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico4/4%20PSICO%20008.pdf>