

253520



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

CAMPUS IZTACALA

PROPUESTA COGNITIVO-CONDUCTUAL PARA DESARROLLAR RELACIONES DE PAREJA FUNCIONALES

T E S I S

QUE PARA OBTENER EL GRADO DE:

LICENCIADO EN PSICOLOGIA

P R E S E N T A:

GABRIELA GALLARDO SOMOHANO

Asesores: Lic. José Esteban Vaquero Cázares

Lic. Angel Enrique Rojas Servin

Lic. Rocío Trcn Alvarez



Los Reyes Iztacala, Edo. de México

abril de 1997



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A mis padres:

Raúl Gallardo y Ma. Luisa
Somohano por su gran amor,
apoyo y ejemplo, los amo.

A mis hermanos:

Liz, Maru, Raúl, Luis y Fer,
por ser afortunadamente
parte de mi vida, apoyándome
siempre y dandome su cariño.

A mis sobrinos:

Fercito, Charlie y Alex, por
representar lo más hermoso
de la vida, en su inocencia,
travesuras y espontáneo
amor.

A mis profesores y asesores
de tesis:

Sin ellos el presente
trabajo no se hubiera
logrado, gracias.

A todos aquellos que han creído siempre en mí y que con su presencia me han enseñado a valorar cada día mi trabajo y profesión.

En memoria de mis adorados abuelitos y de Laura a quien especialmente le dedico mi trabajo, como un esfuerzo de lo que la vida no le permitió lograr ante su dolorosa partida.

Pero principalmente a ese ser tan grande y maravilloso, que me dió vida, capacidad de logros y amor, gracias **Dios**.

El presente trabajo permite realizar un análisis de los que la relación de pareja implica, para evitar caer en situaciones de conflicto que comunmente conllevan a la separación en lo grave de los casos.

Partiendo de la importancia de contemplar el desarrollo desde el núcleo primario social, donde se inicia la creación de cultura y aprendizaje social, como es La Familia, la cual permite a cada integrante de la pareja, adoptar posturas que le facilitarán la creación de su propia familia y relaciones futuras.

[Aspectos tan importantes como la comunicación, religión, sexualidad y nivel socio-económico, son necesarios* contemplarlos en la selección de pareja y el saberlo reevaluar de acuerdo a como se van presentando las diferentes necesidades, permite una visión altamente exitosa a futuro.]

El considerar el cambio constante en creencias, intereses, valores y actitudes de una pareja que atraviesa diferentes etapas en la madurez de su evolución, recomienda buscar ayuda psicológica cuando se detectan los primeros conflictos, ya que a través de una propuesta cognitivo-conductual, se ofrece un entrenamiento asertivo, solución de problemas y sobre todo reestructuración de cogniciones, disminuyendo el índice y probabilidades de separación y divorcio.

ÍNDICE.

INTRODUCCIÓN	2
Capítulo 1. Características actuales de la pareja.	11
>1.1. Patrones tradicionales de la familia y su influencia en la conformación de la pareja.	11
>1.2. La elección de pareja.	23
1.3. El noviazgo.	27
1.4. El matrimonio.	31
1.5. La separación de la pareja.	34
Capítulo 2. Estilos de vida de la pareja contemporánea y los factores de riesgo que propician conflictos.	37
2.1. Los valores	39
2.2. Distribución y planeación de actividades (laborales, domésticas y recreativas).	41
2.3. Las relaciones con las familias de origen.	42
>2.4. La sexualidad.	46
2.5. La individualidad de la pareja.	55
2.6. La religión.	57
2.7. La crianza y educación de los hijos.	60
2.8. La distribución de los presupuestos.	61
2.9. Los celos.	62
2.10. La infidelidad.	63
2.11. Afrontamiento de la relación.	65
Capítulo 3. Propuesta cognitivo-conductual para desarrollar relaciones de pareja funcionales.	66
>3.1. Competencias de reestructuración cognitiva.	76
>3.2. Solución de problemas.	77
3.3. Entrenamiento asertivo.	78
CONCLUSIONES	81
BIBLIOGRAFÍA.	86

Por su naturaleza social el hombre tiende a unirse con otras personas para realizar una diversidad de actividades, compartir momentos agradables y difíciles o solamente por no sentirse sólo. Es así, que busca nuevas amistades, desde su infancia convive con la gente que le rodea; la familia, los vecinos, compañeros de escuela y todas sus actividades están en continua interacción con personas.

A través de su desarrollo el hombre interactúa de forma diferente con las personas de su mismo sexo y del sexo contrario. En la adolescencia la relación con las personas del sexo opuesto se modifica y se desarrolla el interés por una persona (noviazgo), y posteriormente si esta relación se consolida es muy posible que se formalice en una unión (matrimonio o unión libre).

Existen una gran cantidad de definiciones de pareja, sin embargo, la mayoría coincide en sus elementos estructurales; sus componentes, el proceso de interacción y la duración de esta.

[Herrasti (1989) define a la pareja como toda persona que comparte con otra un intercambio biológico y emocional, a través de un contrato civil, religioso o bajo unión libre. La relación de pareja se define como, toda relación que se establece entre dos personas con el propósito de interactuar durante un período que culminará con la muerte de alguno de la pareja o ambos.]

Hapson (1976) considera que la relación de pareja es una relación a ^{correcto y duradero} largo plazo establecida entre dos personas que viven juntas y que emocionalmente están ligadas una a la otra.

Costa y Serrat (1993) señalan que la relación de pareja implica interacción, intercambio, dar y recibir; es en este proceso donde se establece y desarrolla el amor de pareja y donde también existe armonía y/o deterioro de una pareja.

(La relación de pareja contempla desde su inicio la búsqueda hacia un estado de equilibrio e igualdad que adquirirá características particulares al desarrollarse. Es importante considerar que la relación de pareja depende fundamentalmente de dos personas que la constituyen, y no de una sola, como muchas veces se piensa. Incluso, una gran cantidad de parejas suponen que después de establecer una relación, ésta se mantendrá por si sola, olvidando que el tiempo y el uso la deterioran y debilitan. Es decir, es un proceso continuo dinámico de interacción.

La relación de pareja se inicia con el noviazgo en el que se establece primero una atracción física, que a través del tiempo es menos importante, modificándose los valores de la relación y cede su lugar al AMOR. Durante el período de noviazgo, cada uno de los integrantes de la pareja proporciona al otro gran cantidad de atenciones, halagos, y detalles significativos.

Ambos procuran estar dispuestos siempre y cuando el otro lo requiera, tratan de aparecer ante su pareja lo más agradable posible y arreglan sus vidas para pasar el mayor tiempo juntos, y hacerse sentir mutuamente que son lo más importante. (Durante la etapa del noviazgo, rara vez la pareja descubre su verdadera forma de ser, no porque quiera mentir* sino porque desea quedar bien y hacer sentir bien a su pareja.)

[De esta manera, ambos idealizan a su compañero considerándolo un ser fuera de lo común, como el mejor y el más apto para consolidar su vida en pareja (Costa y Serrat, 1993).]

El amor es un aspecto importante durante el noviazgo, y es el causante de que cada uno de los miembros de la pareja olvide o no haga caso de conductas que perjudican la relación, considerando que por amor el otro cambiará, y cuando lleguen a vivir juntos todo se arreglará. Desafortunadamente, estas esperanzas distan mucho de la realidad, pues la persona lleva comportándose años de esa forma y no por el hecho de vivir con su pareja y amarla olvidará su estilo de vida.

Es importante señalar también que el tiempo que dura el noviazgo no determina el grado de satisfacción en el período de vivir junto con la pareja; sin embargo, sí es un aspecto importante a considerar, pues mientras más tiempo tenga la pareja para conocerse, mayor oportunidad tendrá para darse cuenta si la persona elegida es la idónea y si satisface sus aspiraciones y deseos.

[Después del noviazgo ocurre la segunda etapa, en la relación de pareja, la formalización de la misma, ya sea a través del matrimonio o bien por la unión libre, donde se establecen * derechos y obligaciones, no solamente por parte de los contrayentes, sino también de los hijos que de esta unión nacen (Hernández, 1994).]

[El establecimiento formal de la vida en pareja debe significar la satisfacción de muchas necesidades, de esperanza de mejorar y garantía contra la soledad. Las personas se unen con la esperanza de encontrar el amor, aceptación y libertad de ser lo que realmente son, sin falsedad ni engaños, encontrar una sensación cada vez mayor * de ser suficientes y valiosas, la intimidad y compañía que viene con la permanencia, ser apreciado y comprendido, desafortunadamente no siempre se encuentra todo esto en la relación, y es cuando se inician los problemas serios (Baruch y Miller, 1984).]

El amor en esta segunda etapa de la relación de pareja juega un papel importante y fundamental, sin embargo, las cosas empiezan a cambiar cuando los integrantes de la misma deben enfrentarse a nuevas situaciones que implican no sólo atender al otro sino enfrentarse a nuevas responsabilidades, a tomar decisiones juntos, a organizarse en cuanto a las labores de casa, al dinero, al cuidado de los hijos, a compartir sus cosas, y además a darse tiempo como seres individuales.

El trabajo, la familia, los intereses especiales y obligaciones propias parecen adquirir tanta importancia como

el hecho de estar juntos, y es entonces que cada uno siente que se ha convertido en una persona menos importante para la otra (Costa y Serrat, 1993).

Es prudente señalar que las relaciones de pareja no siempre se han establecido de la misma manera, pues a lo largo de la historia se le han dado diferentes matices y han cambiado las funciones de sus miembros de acuerdo al momento y a las exigencias sociales.

[Durante la etapa prehispánica la pareja se caracterizaba por el significado religioso que se adoptaba en los aspectos sexuales como respuesta a las demandas y necesidades de la sociedad; en esta época la pareja se define como monogámica. La virginidad tanto masculina como femenina eran atributos de gran valor pero con grandes diferencias en cuanto a la libertad para ambos.)

La falta de virginidad en la mujer era motivo de repudio y de vergüenza pública para los padres de esta. La decisión de formar un matrimonio, era tomada por los padres; las relaciones sexuales solamente estaban aprobadas dentro del matrimonio y no se limitaban únicamente al aspecto reproductivo, sino que también se aceptaba que tuvieran relaciones con el objetivo de producir placer y satisfacción tanto en el hombre como en la mujer, a fin de impedir el adulterio (Chávez, 1987; López, 1982).

[En cuanto a los roles sociales, estaba establecido que los hombres cumplieran con las actividades agrícolas, políticas,

religiosas y materiales; mientras que la mujer se dedicaba al cuidado de los hijos, las labores caseras así como trabajadoras de hilado y tejido (López, 1982; Revel, 1980; Soustelle, 1982).

La época colonial en México, marca la segunda etapa histórica. El aspecto fundamental en la relación de pareja fue el marcado por las costumbres de los españoles; dichas costumbres transformaron las prehispánicas permitiendo el surgimiento de una nueva cultura. Los roles sexuales eran determinados por la categoría social, posición económica, familiar, etcétera.

La sociedad y la iglesia imponían las obligaciones que toda mujer debía cumplir sin importar su condición social. Respecto a las relaciones sexuales estas tenían un objeto la reproducción y la satisfacción del hombre; además debido a la fuerte influencia religiosa, se sobrevaloraba la virginidad femenina que se considera como la "pureza" que la mujer debía entregar al hombre.

La mayoría de estas familias eran numerosas porque la religión prohibía el uso de alguna medida para el control de la natalidad, ya que los hijos eran considerados como "una bendición de Dios" y por lo tanto, no se podía impedir su nacimiento (López, 1982).

En la época actual, los roles que en épocas pasadas habían sido establecidos para los miembros de la pareja se han

modificado debido a los cambios sociales, al desarrollo tecnológico, a la crisis económica y al movimiento feminista.

[Actualmente las relaciones de pareja han variado significativamente respecto a las etapas anteriores. En el plano sexual, las relaciones tienen como fin la reproducción (cada vez más planeada) y la satisfacción de la pareja. La virginidad femenina tiende a carecer de importancia y también la masculina. Los roles sociales se amplían cada vez más para dar mayores oportunidades a la mujer. Cada vez son más mujeres que se dedican a actividades fuera del hogar lo que trae como consecuencia que en algunas parejas se observen ciertos conflictos por el descontrol que sufre el hombre al sentirse cuestionado.]

[En la mayoría de los casos es común que la mujer esté sometida a dobles jornadas de trabajo; sin embargo, dichas situaciones no son la causa directa de los conflictos de las parejas pues existen otros factores como la falta de información sobre las características de lo que implica la relación de pareja, la comunicación inadecuada, la falta de habilidad para la toma de decisiones, los criterios para elegir de mejor manera a la pareja, etcétera.]

Pese a los cambios en los roles de los miembros de la pareja y a la modernidad sigue existiendo inestabilidad y por ende conflictos dentro de las relaciones de muchas parejas a grado tal que varias de estas terminan en divorcio o en separación.

Existe una gran cantidad de matrimonios y/o familias desintegradas, además de las familias que están separadas sin divorciarse legalmente o aquellas que continúan juntas sin ser funcionales. Los datos estadísticos muestran el enorme incremento de divorcios en México: en 1980 hubo 21,548 registrados y en 1993 fueron de 38 352 (Reforma, 1995).

Casado (1991) afirma que las principales áreas de conflicto en la pareja son: la falta de comunicación, diferentes expectativas, celos, modificaciones en el acuerdo inicial, competitividad, relaciones de dominante-dominado, sensación de renuncia y culpabilidad.

El conflicto entre los miembros de una pareja tiene importantes repercusiones y no sólo para estos, sino también para los hijos, familiares y amigos. Por lo que la investigación psicológica trata de *analizar y explicar funcionalmente la relación de pareja además de formular estrategias de intervención para solucionar el conflicto.*

Existen en psicología diferentes aproximaciones teóricas que explican la problemática de la pareja: La psicoanalítica, sistémica, conductual, cognitivo-conductual, etcétera. Cada una pondera de forma diferente los factores responsables de las dificultades de la pareja y genera técnicas terapéuticas basadas en sus respectivos marcos teóricos. Sin embargo es de especial interés en este trabajo considerar la terapia cognitivo-conductual con parejas que considera como principios básicos las teorías del aprendizaje.

Esta teoría centra su atención básicamente en la interacción de cinco elementos : ambiente (que incluye la historia evolutiva y la cultura), *biología*, *afecto*, *conducta* y *cognición* (Padesky, cit. en Datilio y Padesky, 1995)

Los métodos de entrenamiento derivados de esta aproximación pueden utilizarse en aquellas parejas con ligeras desavenencias o con fuertes conflictos y estrés en la relación de pareja. Así como con aquellas que no manifiestan una problemática en su relación, pero que desean aumentar la calidad de dicha interacción.

Es interesante observar que los motivos por los que se separan las parejas son diferentes, y están en función de los valores y habilidades desarrollados en las diferentes etapas de la relación.

El propósito del estudio es **realizar una investigación teórica de los factores que propician la separación de la pareja y proponer una estrategia cognitivo conductual práctica para desarrollar relaciones de pareja "saludables, armoniosas y felices".**

Capítulo 1. Características actuales de la pareja.

1.1. Patrones tradicionales de la familia y su influencia en la conformación de la pareja.

La familia a lo largo de la historia ha merecido siempre el ser tomada como el núcleo de la sociedad. Como tal, es la primera institución o grupo al que podemos referirnos y es también aquel primer contacto social que tenemos en la vida (Linton, 1990):

Es sabido de todos nosotros que las sociedades hacen más esfuerzos que los individuos para el mantenimiento de la cultura. No existe ningún individuo conocedor de todo lo que ocurre a su alrededor, ni es capaz de hablar de todo el conocimiento. Cada quien tiene una función establecida y una formación para desarrollarla. Pero como psicólogos hemos de tener en claro que no se trata de estudiar a los individuos en función de todos, sino en función del rol establecido y esperado por el grupo en el que se desenvuelve.

Actualmente para conocer el bagaje cultural del ser humano ha convenido meterse en la idiosincrasia de sus interacciones; es decir, conocer la estructura de los grupos antes de precisar el medio normativo de los individuos. Así aparecen en nuestra vida social dos términos que nos permiten explicar parte del comportamiento humano, la cultura y la sociedad. La última es un conjunto de personas que trabajan juntas, y la primera obedece a valores y normas.

Cuando estudiamos la idiosincrasia de las interacciones de las personas, es común que hablemos de las relaciones que institucionalmente se definen (escuela, gobierno, trabajo, servicios de salud, etcétera), mucho del medio social en el que interactuamos.

Pero parte de esa vida social que aprendemos y en la que participamos no se funda en grupos formales, sino que se da en ciertas agrupaciones que conforman el carácter y la estructura del rol cada quien asume en la vida.

Los grupos tienen funciones encaminadas a la formación y mantenimiento de partes de la cultura (Linton, 1990). Uno de estos es la estructura más sencilla a nivel de instituciones. La estructura familiar es la institución más antigua, esta no puede ser evitada, de origen, por nadie. Es en esta que los lazos sanguíneos definen en principio el compartir intereses y también la necesidad de unión:

Según Linton (1990), la familia cuenta con las siguientes características a nivel de socialización:

1. Emplea su ideología tradicional temiendo perder el control del grupo en renovación.
2. Tiene también subgrupos con relaciones afectivas particulares, con intereses y funcionamiento particular.
3. El miembro tiene obligaciones y satisfacciones fuera y dentro del grupo.

Para poder entender mejor a la familia desde sus orígenes, sus fundamentos y sus repercusiones, es necesario revisar toda la panorámica que ha concernido a este campo. Bien justificada podemos sugerir nuestra preocupación cultural en las diferencias que encontramos en las familias debido a la importancia que los psicólogos del desarrollo le han dado a las prácticas relacionadas con el género (Jacklin, 1989), la atención comunitaria, la investigación básica, etc.

Podemos decir en principio que parece ser que los estudios de desarrollo han insistido principalmente en analizar diferencias cognitivas, de personalidad y otras significativas, insistiendo en comparar sexos en su muestreo y diseños de investigación (Jacklin, 1985).

El estudio de la familia poco a poco ha tomado una mayor importancia. Las múltiples experiencias que modifican el desarrollo humano tienen cabida en el estudio de la familia, pues como habíamos dicho es nuestro punto de partida para adquirir y practicar repertorios sociales.

Pero la vida familiar no es estática (Moctezuma, 1985), ya que ocurren transformaciones emocionales en cada fase del ciclo que tiene que realizar esta.

La familia difiere de otros tipos de organización en que solo puede incorporar elementos por nacimiento, adopción o matrimonio y solo salen de la familia por muerte (Moctezuma, 1985).

Para una mejor comprensión de la familia desde un punto de vista psicológico, Moctezuma sugiere las siguientes consideraciones (1985):

1. **Propósito:** La familia reconoce la búsqueda de un contexto sustentador de la necesidad de logro
2. **Estructura:** Interacción y combinación de las necesidades de los miembros
3. **Suficiencia:** Cuando se proporciona la solución específica (elementos) para la necesidad correspondiente
4. **Cambio:** Una nueva necesidad primaria activa una nueva secuencia de logro satisfactoria, desestabilizando temporalmente y llevando a una nueva estructura
5. **El ciclo vital de la familia:** Evoluciones de segundo orden y períodos de estabilidad (intercalados) . Evolución de primer orden (incrementa habilidad y adaptación estructural).

De esta última consideración tenemos que explicar aquellos elementos mencionados:

5. Eventos normativos de segundo orden: que son por ejemplo el casamiento, nacimiento, ingreso a la escuela, adolescencia, ingreso a la adultez, nacimiento de nietos, retiro laboral o jubilación, senectud.
6. Eventos paranormativos: Que redefinen el momento normativo matizado por el conflicto, enfermedad, etc.

5. **Formación del síntoma:** Se da un conflicto que podemos identificar porque alguien está mostrando un problema, el cual no se podrá resolver con la sola sustitución de dicha conducta, sino interviniendo en la relación que es el medio ambiente que mantiene ese patrón.

6. **Terapia:** Para restablecer la capacidad

Una de las formas que tenemos para entender el comportamiento familiar es el Ciclo Vital de la Familia (Moctezuma, 1985). Con este podemos analizar los patrones usuales de interacción de los miembros de la familia y las transiciones que sufren. Además, será el punto de partida para que nos orientemos hacia el tema principal de este trabajo que es la pareja.

Etapas del ciclo vital de la familia:

1. **Entre familias, adulto soltero:** En esta se debe promover la independencia de los hijos para que pueda intimar en un estilo de vida y en una relación matrimonial siempre siendo conveniente alcanzar una relación íntima y no de fusión
2. **Unión a otra familia mediante el matrimonio:** Los cambios de rol de la mujer , la movilidad social y los métodos anticonceptivos han modificado la idea del matrimonio. La pareja requiere de constituir una relación íntima de "pareja" valga la redundancia
3. **Familia con niños pequeños:** Aquí se pierde cierta privacidad de pareja, se hace necesario asumir el papel de padres, ajustarse y replantear las relaciones familiares para incluir a los abuelos

4. **Familia con hijos adolescentes:** Cambios de segundo orden: cambiar la relación padre-hijo. Reenfocar los aspectos de la carrera y vida marital en la madurez
5. **Cuando los hijos se van:** Esta afecta de manera particular a cada una de las tres generaciones en juego y puede en dado caso proporcionar a los padres una estabilidad económica, intelectual y emocional
6. **La familia en etapa tardía.** Esta última etapa también forma parte de las previamente explicadas, pero difiere en que crece la probabilidad de romper con la secuencia lógica de las anteriores, ya que aquí el siguiente eslabón en el ciclo puede ser cualquiera de estos factores:
 - retiro y jubilación
 - viudez
 - situación económica
 - posibilidad de nuevo matrimonio
 - deterioro físico y mental
 - depresión
 - desamparo y desesperanza

Así podemos identificar que en la familia se vive una sucesión de etapas en las que algunos de sus miembros pueden tender a establecer relaciones con otras familias a través del noviazgo. Y tras esto, posiblemente llegar a conformar una pareja (ya sea en matrimonio o unión libre).

Dicha relación de pareja también es la generadora de otros cambios como la expansión (nacimiento de los hijos), la

dispersión (cuando estos ya también inician su camino independiente), hasta el momento mismo de la muerte.

Participar de la relación de pareja es algo que ocurre comúnmente a todos nosotros; pero por mucho que participemos de esas situaciones, todos la vivimos de una manera diferente. Es por nuestras posibilidades, nuestras convicciones, nuestros gustos y por todas aquellas formas de pensamiento en las que normamos nuestras interacciones que nuestras experiencias son diferentes. Una de las formas más claras en la diferenciación de "estilos" de interacción es la otorgada por la identidad sexual asumida o género.

Pero para entender mejor el aspecto pareja, tenemos también que considerar las transiciones que ha tenido la vida familiar, la cual podemos analizarla desde otras tres concepciones: *la evolución de la constitución familiar, la familia vista a partir de su nivel socioeconómico y la evolución de la conformación de la vida en pareja en México.*

En el primer caso, el de la **evolución de la familia**, podemos identificar cuatro formas de constitución de la misma con características considerablemente diferentes (González y Vallejo, 1995):

1. Familia Consanguínea, en la que se permite la procreación con cualquier otro miembro de la comunidad, exceptuando la posibilidad de la misma entre padres e hijos.
2. Familia Punulúa, que se asemeja mucho a la anterior, salvo porque se incluyen entre esas personas intocables a

aquellos que sean miembros de la familia hasta en un segundo o tercer grado.

3. Familia Sindiásmica, que permite la poligamia, y
4. Familia Monogámica, donde sólo existe la posibilidad de la relación en la pareja.

Vista la familia desde su **estatus socioeconómico**, nos encontramos con la siguiente clasificación, también provista por González y Vallejo (1995):

1. Familia rural, necesariamente afincada en el campo, y ocupada principalmente de actividades agropecuarias.
2. Familia subproletaria, la cual media entre una situación marginal, raíces del medio rural y algunas oportunidades de sustento económico en el subempleo o el trabajo como obreros.
3. Familia proletaria, que tiene como sustento principal el trabajo poco remunerado pero ya asalariado; se considera a esta como parte de la clase baja.
4. Familia de clase media, normalmente esta dispone de mayores recursos que las anteriores y se proporciona mejores condiciones de vida y de desarrollo, sin llegar a la opulencia.
5. Familia de clase acomodada, esta de manera habitual destaca por su solvencia económica y el rango de satisfactores que puede proveerse sin mucho esfuerzo.

Y respecto de la **clasificación de la evolución de las parejas en México**, Luna y Méndez (1997) mencionan que las parejas han pasado por tres momentos principales en la vida nacional: la

edad media, la era prehispánica y la era moderna. Hemos de aclarar que no estamos diciendo que el México antiguo haya vivido la edad media, pero si pudo vivir en cierta medida afinidades en lo concerniente a la pareja.

En la **edad media** destacaban cuatro hechos al citar a la pareja: primero, la elección de la pareja se daba por los padres; los valores en la mayor parte de los casos se mantenían dentro de las expectativas de dichos tutores; la virginidad era básica para darle un lugar honroso a la mujer y la separación vista como divorcio no estaba permitida.

En el **período prehispánico** se identificaron gran cantidad de afinidades en la concepción de la pareja, ya que los valores seguían apegándose bastante a los intereses de los padres, la virginidad era primordial y mujer que no lo fuera sería repudiada, así como también se rechazaba la posibilidad del divorcio. La diferencia esencial estribaba en que la elección de pareja ya permitía a los "novios" si no ser los únicos en tomar esa decisión, sí el participar de la misma junto a los padres.

En la **era moderna**, cada uno de estos criterios ha cambiado radicalmente: la elección de pareja suele ser por convicción propia de los "enamorados", los valores ya permiten el que se retomen de la familia o se adopten los propios; así como en términos de la virginidad se le sigue considerando como importante más no como indispensable y la separación por divorcio ha sido promovida para evitar conflictos de mayor repercusión para las partes y los allegados a la pareja.

Fijándonos con mayor detalle, la relación de pareja y de familia ha estado normalmente cargada de una diferenciación cultural respecto de lo que corresponde al hombre y la mujer. No importando la clasificación que se de a la familia o a la pareja, se ha investido a la mujer y al hombre de ciertas características que se les forman socialmente desde la infancia, señalando qué es del hombre y qué de la mujer.

[Se han realizado múltiples investigaciones encontrando que el estudio de la Masculinidad y Femenidad ha jugado un rol importante respecto del desarrollo de nuestras interacciones, (Deaux, 1985). A los elementos que han sido tomados como el "estilo" rector de las interacciones establecidas por los hombre y las mujeres se les ha adjudicado el carácter de instrumentalidad y emotividad.]

Encontramos entre estas investigaciones, la de Absi-Semaan y colaboradores (1993), que investigó dicha autopercepción en niños, apoyándose en el Children's Personal Attributes Questionnaire (CPAQ), un instrumento de autorreporte con el que se evaluó la masculinidad (instrumentalidad) y femineidad (expresividad socioemocional) de manera multidimensional.

Se encontraron diferencias de desarrollo con un decremento de la respuesta femenina y un incremento en la respuesta masculina, sin descartar indicios de selectividad. Estos componentes han sido analizados en términos de más dimensiones asociadas dada la ineficiencia de los criterios unidimensionales, y justificó la relevancia de su estudio a

partir de que no se había tomado en consideración la evaluación para niños en este aspecto y a que en este período suelen generarse las preferencias y elecciones por un rol de Desarrollo (Absi-Semaan, et al, 1993), influenciado por el contexto, el conocimiento y los factores biológicos.

A este momento no pareciera tener mucho sentido el citar este aspecto de la masculinidad-femineidad para referirnos al tema de la pareja; pero si reflexionamos en que en la medida que un hombre se permite o no expresar mayor emotividad, y una mujer se concede o se niega el realizar tareas físicas, se puede ir constituyendo un patrón de comportamiento en una relación de pareja que pudiera ser inconveniente desde una postura "machista", hasta asumir, en el caso de las mujeres una condición de "estar indefensas".

Ballard-Reisch y Elton (1992), retomando parte del trabajo teórico de Constantinopla y de Bem (cit. en Deaux, 1985), abordaron la teoría andrógina la cual sugiere que los individuos pueden ser tanto masculinos como femeninos, y que en efecto la orientación de Desarrollo más saludable es la que contiene elementos de ambos.

Ellos cuestionaron la vigencia de la misma, y de la validez y confiabilidad del Bem sex Role Inventory (BSRI), generando polémica en la funcionalidad de sus cuestiones metodológicas y conceptuales. Esto al parecer, ofrece mayor cabida a la noción de Gould y Weil (1991) citada anteriormente de que en determinadas situaciones, los individuos delimitan o remarcan

sus preferencias de una manera idiosincrásica, más que asumida colectivamente del todo.

No obstante, la relevancia o irrelevancia de la teoría de Bem, al igual que la investigación en este campo, se mantiene en medio de la controversia. Prueba de ello son los hallazgos encontrados por Gurman y Long (1992):

Usando el mismo instrumento compararon los efectos de masculinidad y femineidad en las evaluaciones del evaluador y evaluado respecto de la conducta del líder emergente en grupos mixtos y grupos del mismo sexo. Se encontró, diferente de lo referido por la investigación y la teoría, que la masculinidad no se asoció con el liderazgo evaluado por los compañeros, mientras que la femineidad se asoció con ambas medidas de liderazgo; más no se indicó crítica alguna a la validez de contenido del instrumento.

En una investigación singular, Signorella (1992), basándose en la Teoría de Identidad de Género de Spence, puso a prueba la capacidad de recordar actividades más o menos estereotípicas para su género a partir de imágenes o palabras, encontrando una tendencia a mayor recuerdo (o tal vez aceptación) de connotaciones más vinculadas socialmente con el mismo.

Ahora bien, se ha verificado la repercusión de estos aspectos de masculinidad y femineidad también en situaciones contextuales, esto se reflejó en la investigación de Nash (1979), lo que mostró una inclinación en el desempeño y en la

preferencia de las mujeres por ciertas actividades cognitivas basadas en una condición de que dichas habilidades involucran la forma en que socialmente asumida del Desarrollo, bajo una percepción de "femineidad" o "masculinidad".

De estas investigaciones podemos resumir que nos permiten identificar que tanto el hombre como la mujer preestablecen un estereotipo de lo que es lo masculino y lo femenino; y si bien ninguno de dichos estudios nos sustenta de manera directa que puede esto influir en las decisiones que se tomen en el noviazgo y en los roles que se asuman en el matrimonio, sí nos permite tomarlo como altamente probable.

1.2. La elección de pareja.

[Decidir la persona que queremos tener cerca nos lleva a una definición de parámetros que contrastamos con nuestros valores y nuestras creencias para determinar lo que queremos y lo que no.

Se considera la relación de pareja como una relación interpersonal cuyo mantenimiento está sujeto a la regla general del intercambio de reforzamiento; un sistema de interacción en el que se produce un reforzamiento positivo para los dos miembros que la componen en un gran número de áreas de funcionamiento. Esta interacción implica una independencia respecto al funcionamiento de cada elemento de la pareja, un cambio en el funcionamiento de uno de ellos repercutirá en la interacción provocando un resultante distinto.

Una relación satisfactoria de pareja llevará a que cada miembro no funcione autónomamente sino que busque un funcionamiento que repercuta positivamente en las dos personas que componen esa pareja, para que esta mantenga la cohesión debe poseer mecanismos de ajuste no coercitivos.

La interacción pierde poder reforzante ante la existencia de un problema por parte de la persona en la que más repercuta, quien planteará quejas sobre la relación y/o demandará cambios de actuación a la otra persona, cuando este cambio se realiza mediante medidas coercitivas, no hace más que consolidar el problema.

Para Dührssen (1976), la elección de pareja es una forma de preparación en la búsqueda de una relación afectiva total, la cual es diferente de cualquier otra relación en que el móvil principal no es ni el lazo amistoso ni el sanguíneo, sino uno predominantemente emotivo.

Sabemos que las relaciones afectivas con personas del otro sexo se van configurando desde los mismos orígenes de la identidad sexual (niñez y juventud) y repercuten progresivamente en la expresión del afecto (expresión de ternura).

A este respecto, también tenemos que remarcar que como nuestras necesidades de interacción con los demás son diversas, existen entonces diferentes lazos afectivos necesariamente

Dichas diferencias en las relaciones afectivas entre hombre y mujer se pueden destacar en gran parte de los casos en (Dührssen, 1976):

La excitación sexual, donde en lugar de la relación íntima se busca comúnmente la belleza física. Aquí entra la inexperiencia, se pretende la estabilidad de los sentimientos; pero con la costumbre viene el decaimiento del efecto. También se puede llegar a una satisfacción sexual "frívola" o carente de sentimientos en los hombres y un distanciamiento entre la sexualidad y el afecto (propiciadores del mantenimiento de la prostitución).

En este aspecto, los sentimientos de la mujer pueden ser mayor necesidad de afecto y menor de sexo, el interés en la imagen, entre otras cosas (Dührssen, 1976).

Por otro lado siempre hay que considerar que se especula sobre lo que piensa el sexo opuesto (Nickel, 1987):

a) el hombre interpreta sexualmente los sentimientos de la mujer (coquetería como agrado y frigidez como un encanto misterioso), dándose una proyección de los deseos. Así se hace necesario luchar contra la inseguridad de ambos en la condescendencia sexual y la necesidad de afecto (cambio de actitud después del coito <<riesgo>>)

b) Cuando la mujer deduce los sentimientos del hombre, esto como parte de su inexperiencia (desconcierto como transición

de la ternura a la sexualidad, y diferencias en el declive excitatorio como si fuera un rechazo, sintiéndose ofendida). Como profilaxis se necesitaría una situación afectiva armónica en donde se disocie el afecto del sexo (creencia de estabilidad afectiva).

[Sin embargo, según Dührssen (1976) no podemos descartar que parte de la elección de pareja de parte de los hombres se orienta hacia las mujeres atractivas, o lo que es la fascinación estético sexual que va de más a menos y que conlleva a críticas feministas.)

Así, es probable que se genere desconfianza de las mujeres atractivas a:

1. Si se encuentran en oposición para los criterios del otro la apariencia externa y el afecto.
2. Aparición del hombre como "Gígolo"
3. Qué tanto la mujer tiene necesidad de procurar su imagen:

- contra la admiración
- la evasión de su afecto
- contra la indiferencia

Este apartado merece ser tocado más a fondo, debido al interés que genera este tipo de estudios, y al supuesto de que existe partidismo en el ejercicio de la Psicología del Género (que de algún modo se detecta en las afirmaciones de Dührssen, 1976, remarcando lo femenino y contrastándolo en

gran medida con las cogniciones de los hombres), un partidismo que señala Wittig (1979) impide o dificulta un desempeño cuyo compromiso se limite a un trabajo bien realizado y desinteresado. Por otra parte, no consiste nada más en el aspecto de cómo percibimos a los miembros del otro sexo ni lo que <<deben hacer>>, sino también cómo nos percibimos y cómo tomamos dicha decisión.

A diferencia de Dührssen y de Nickel, González y Vallejo (1995) plantean otros parámetros mayormente basados en las expectativas sociales de una pareja:

- Complemento en el otro.
- Edad para el matrimonio.
- Tiempo de noviazgo.
- Recursos financieros.
- Acuerdos sobre la paternidad.
- Similitud de la educación (vista en términos de raza y nacionalidad, estatus socioeconómico, educación, inteligencia y afinidad de creencias religiosas).
- Si habían o no participado en matrimonios anteriores.

1.3. El noviazgo.

El noviazgo es una etapa del ciclo vital de la familia la cual nos implica respecto, de un sentido coloquial de lo que comúnmente llamamos amor. En este subtema, haremos mención de esa definición, así como de una concepción más objetiva del noviazgo.

(El amor según Fromm (1975) puede ser concebido como un arte o como una sensación placentera. En la primera, la sede de amor lleva a un conocimiento y un esfuerzo, mientras que para el otro solo se trata de una situación aleatoria. El problema tradicionalmente concebido como el <<ser amado>> (cómo ser dignos de amor) nos lleva a estimaciones sociales como el éxito, el poder, la riqueza y el carisma, y se busca en la mujer la presencia (el atractivo), la popularidad, los modales, el "sex-appeal" o el interés.)

Pero para el análisis de este capítulo hemos decidido retomar una fuente más confiable, de acuerdo a los supuestos del enfoque conductual, donde el noviazgo se describe de la siguiente manera.

Como habíamos citado en el apartado anterior, Llavona y Carrasco (1989) consideran que una relación de pareja es un intercambio de refuerzos entre los integrantes de esta, cual debe darse en las distintas áreas, de las que la pareja forma parte. Cuando esto no se logra la pareja suele tener problemas, dichos problemas tienen un origen y un desarrollo, pudiéndose resumir en dos fases.

En lo concerniente al noviazgo podemos mencionar la **Fase 1** (Llavona y Carrasco, 1989):

Iniciación y constitución de la pareja: También conocida como de "enamoramamiento o de noviazgo", en ella se da un constante intercambio de refuerzos, debido principalmente a que:

1. Hay poco conocimiento de la otra persona, por no pasar mucho tiempo juntos.
2. No tiene que tomar decisiones importantes.
3. Se suele idealizar al otro, creándose expectativas exageradas.

Aquí ya podemos apreciar la influencia de los valores, creencias, actitudes e intenciones, que son formas particulares de clasificar parte de las cogniciones que ponemos en juego en nuestra interacción.

Todas estas son en sí disposiciones que podemos explicar de acuerdo con Pick (1979) de este modo:

- Las creencias son disposiciones que asumimos respecto de algo con lo que realmente no hemos interactuado (por ejemplo cuando apenas vamos a establecer una relación de noviazgo, pues nada más suponemos y adoptamos posturas sin tener una experiencia propia que la respalde).
- Las actitudes son igualmente disposiciones que tomamos, pero ya respecto de algo que vivenciamos (es decir, que a la mejor tenemos una actitud respecto de aceptar o rechazar un novio o una novia con determinadas características por las consecuencias que nos trajo el interactuar con alguien así).

- Las intenciones son los propósitos que manejamos respecto de algo (es decir, el quiero o no quiero hacer tal cosa, o el establecer una relación de pareja por el atractivo físico, por la comprensión y/o por la ternura).
- Los valores al respecto, son predisposiciones que culturalmente y en nuestro medio ambiente social hemos preestablecido para aceptar o rechazar una práctica determinada (como en algunas familias el que los novios se comporten como pareja enfrente de los padres de uno o de otro).

Estos cuatro elementos son parte de lo que extiende en nuestra interacción de noviazgo el rango de estímulos que probabilizan el mantenimiento o la supresión de una conducta, y a veces pueden ser los sustentadores de un noviazgo o el desencadenante de un rompimiento; ya que como dijimos, el ser humano se inicia en las relaciones de noviazgo en una aparente "tabula rasa".

La experiencia del noviazgo es analizada por Alvarado y Sánchez (1997) como una interacción que suele incluir los siguientes elementos:

- Ocurre una relación en la que el galanteo o cortejo suele ser el punto de partida y es una manifestación predominantemente afectiva.
- Cuando la pareja se encamina hacia una relación más perdurable empiezan a compaginar criterios.

- El noviazgo suele sustentarse en la afinidad de expectativas, creencias, así como los antecedentes educativos y culturales.
- Esta relación puede buscar orientarse al matrimonio en la medida que se da el entendimiento y la consistencia en el nivel socioeconómico, la vida sexual y la compatibilidad con la familia política.

Sin embargo, también existen en la pareja momentos difíciles, los cuales pueden repetirse aún en el matrimonio, siendo algunos de estos las disputas, la falta de comunicación (o mejor dicho la comunicación deficiente), la falta de confianza en que dicha copla funcione, así como constantes pleitos y reconciliaciones (González y Vallejo, 1995).

Parte de lo que da cabida a esta clase de conflictos se funda en dos errores que se cometen de manera recurrente en el noviazgo: la idealización que hacemos del otro en la pareja, atribuyéndole virtudes que se van disipando con la interacción. Y la premura pasional, en la que se suele orientar con toda intensidad nuestros afectos y emociones para con la otra persona, pudiendo correr el riesgo de no estar hablando el mismo idioma (Alvarado y Sánchez, 1997).

1.4. El matrimonio.

Cuando una pareja parece haber consolidado sus expectativas es probable que opte por la unión a otra familia mediante el matrimonio. Aquí es donde empieza a modificarse de una manera

radical la relación, ya que parece que ahora hay que mediar entre los episodios de dicha y felicidad con aquellos de las responsabilidades y el vivir juntos (Moctezuma, 1985).

Notamos a este respecto que los roles se modifican, ya que no se puede mantener igualmente la noción de la pareja que pasea, se divierte y se cita; ahora tiene que cambiar hacia una condición donde se puede repetir esto mismo, pero conjugado a la satisfacción de las necesidades que emanan de tal compromiso matrimonial.

Uno de los primeros momentos que vive la nueva familia o el nuevo matrimonio consiste en consolidar la conciliación de las prácticas o hábitos de cada quien, los cuales pudieran generar conflicto, el conocimiento mutuo. Además de estos, se tiene que reconciliar la pareja en las expectativas y encontrar el acoplamiento sexual (Alvarado y Sánchez, 1997).

Por otra parte, sobreviene la transición de establecer ya un estatus socioeconómico particular como familia; es decir, es un momento en el cual ya tienen que procurarse estos (en algunos de los casos) el sustento, la habitación y la seguridad (Moctezuma, 1985).

Por otra parte, otro aspecto significativo se identifica en el sentido de la planificación familiar: el decidir cuántos y para cuándo.

Cuando nacen los hijos se hace obligada la redefinición de la relación de pareja. Anteriormente disponían de mayores

momentos compartidos entre los dos; pero ahora hay que ajustarse a la llegada del nuevo ser y ofrecerle episodios de interacción que no sólo le permitan sobrevivir sino desarrollarse (Mussen, 1985).

Con la llegada de los hijos, aparte de la correspondiente asunción de la identidad de padres, también se da apertura a la participación de los nuevos abuelos.

Parte igualmente importante de la transición del matrimonio se da en el paso de los niños a la adolescencia, lo cual significa restablecer las relaciones con los hijos e ir regulando y permitiendo la emancipación de los mismos, al tiempo que se preocupan también de redefinir las expectativas de vida laboral y marital.

Y parte de esa evolución marital, como lo señalaba Moctezuma (1985) implica igualmente una repetición del ciclo; es decir, que ahora los hijos serán los que iniciarán vida independiente (probablemente por matrimonio), y esto repercutirá en lo concerniente a lo económico, las actitudes y las emociones de los padres.

Y finalmente hay que considerar todo tipo de transiciones más o menos arbitrarias que pueden darse en la vida marital (la jubilación, los fallecimientos, cambios de domicilio, la llegada de nuevos miembros a la familia, etcétera, que van a traducirse en buscar nuevas formas de interacción que permitan a la familia seguir hacia adelante.

Pero de igual manera tenemos que prever que los mismos causantes de conflicto de la pareja en el noviazgo pueden mermar al matrimonio. Las disputas, la incomunicación, la falta de confianza en que funcione ahora como matrimonio y los pleitos y reconciliaciones constantes pueden alterar el funcionamiento familiar (González y Vallejo, 1995).

1.5. La separación de la pareja.

Como habíamos previsto en los apartados anteriores, también pueden ocurrir interacciones en la relación de pareja, sea en el noviazgo, en la unión libre o en el matrimonio que pueden provocar la ruptura de la misma. Llavona y Carrasco (1989) explican esto en los siguientes términos.

Desarrollo de los problemas de pareja: O también llamado **Fase 2**, implica que la pareja se tiene que adaptar a nuevas situaciones, lo cual muchas veces no lo logran, creándose problemas, tales como:

- Las expectativas que se tenían en la primera fase se desajustan al convivir más tiempo con la otra persona.
- Aburrimiento, monotonía o rutina al pasar mayor tiempo juntos.

Una vez que se presentan dichos problemas, la pareja puede buscar distintas soluciones, de las cuales sólo algunas de ellas son las adecuadas para que permanezcan unidas, ya que algunos recurren a métodos coercitivos, retirándole el habla

por algún tiempo, yéndose de su casa, o hasta practicando la violencia intrafamiliar, entre otros; sin embargo, en la medida que esta pareja busque ayuda profesional sus conflictos de pareja disminuirán si se lleva a cabo un tratamiento eficaz.

La forma en la que se supone se hubiera podido prever el riesgo de separación era el haber cuidado los acuerdos y afinidades en lo que toca a lo religioso, lo social, político, cultural, económico y familiar de ambos miembros de la pareja, además de la conformidad de las familias de origen (González y Vallejo, 1995).

Pero una vez que ya ha empezado a suscitarse la separación, podemos afirmar la aparición de alguno o varios de estos síntomas como desencadenantes de tal ruptura (González y Vallejo, 1995):

1. La sucesión de un respeto y ayuda mutua en la pareja, ahora superado por la monotonía, la rutina y la disminución de la novedad y del encanto inicial.
2. Difícil sujeción a las obligaciones y a la probable relación de dependencia.
3. Menos tiempo libre.
4. Afrontamiento de la realidad, rebasando a los ideales previos.
5. Dificultades para dar solución pertinente a los conflictos.

Y podemos especular que parte de dichos problemas en un matrimonio parecieran estar originados por el cambio de papel social en la mujer (González y Vallejo, 1995). Esto se menciona no como una forma de recriminar a la mujer, sino que si la sociedad se había acostumbrado a asignarle tareas domésticas en mayor medida al género femenino que al masculino, los cambios llevan a una posible inconformidad de las partes, sea por cuestionamiento de funciones, por cargas de trabajo o cualquier otra razón.

Si analizamos la medida en la que los valores de uno y de otro y sus expectativas chocan, también podemos suponer que es de ahí que se originan los conflictos.

¿Qué pasa cuando en la relación de noviazgo todo parecía ir muy bien, pero ahora que la mujer quiere, dentro del matrimonio, ir a trabajar ya no se lo permiten?.

Este es sólo un ejemplo de los problemas que se generan en un matrimonio, donde las relaciones de poder parecen entrar en juego y los conflictos pueden ser desde aquellos superables hasta los que conllevan la separación.

Y posteriormente analizaremos las formas en las que dicha separación o divorcio en algunos casos, provoca alteraciones físicas y emocionales en la pareja.

Capítulo 2. Estilos de vida de la pareja contemporánea y los factores de riesgo que propician conflictos.

Este capítulo tiene como finalidad **remarc**ar la **trascendencia del enfoque cognitivo-conductual en el estudio de la pareja**. Hoy día es seguro que se ha escrito más sobre la familia y la pareja desde el psicoanálisis, el enfoque sistémico o el humanismo. El trabajo aquí expuesto no busca cuestionar la eficacia de los otros modelos, sino expresar la forma en la que esto es analizado y atendido desde el modelo conductual.

Nuestro enfoque define a la psicología como **el estudio de la conducta y/o las interacciones del organismo con el medio** (Hill, 1985), lo cual nos permite hacer las siguientes reflexiones:

- Si considera al medio ambiente como un factor importante, entonces se asume que el organismo percibe los eventos que ocurren a su alrededor, conocidos como estímulos.
- La interacción con el medio ambiente le genera consecuencias, que son las que van a probab
lizar la ocurrencia o supresión de una conducta.- La conducta tiende a optimizarse también en relación a la consecuencia que recibe, lo que podemos entender como aprendizaje.
- Los organismos tienen rangos de interacción y de percepción de los estímulos dada su taxonomía; es decir que una rata podrá interactuar y aprender hasta un límite dadas sus características genéticas; a diferencia de la rata, el ser

humano tiene mayores posibilidades de aprendizaje por su misma facultad orgánica.

- Y a diferencia de los otros organismos, el ser humano se provee no sólo de experiencias físicas, químicas y biológicas; sino que incluye a estas todo tipo de experiencia social. De modo que podemos afirmar que la conducta del ser humano no es sólo el "hacer" morfológico, sino también el "pensar", el aprovechar las cogniciones.

Bajo estas características, nosotros podemos afirmar que el ser humano ante ciertas condiciones (estímulos antecedentes), con ciertas facultades e historia (organismo), opera de formas particulares (respuesta), conforme a las consecuencias que esto le trae (consecuencias). Y así todo este desglose lo podemos entender como la forma en la que el comportamiento funciona. Como tal función es la contingencia.

Bajo este fundamento nosotros podemos asegurar que en las interacciones que el ser humano practica, su comportamiento implica tanto el pensar como el hacer, los valores como los actos, así como las expectativas que entran en juego.

Así, ya que este capítulo se ocupa de analizar los estilos de vida de la pareja y las situaciones facilitadoras de conflictos, haremos una revisión de las mismas condiciones a lo largo de los siguientes indicadores.



2.1. Los valores

U.N.A.M. CAMPUS IZTACALA

Cuando hablamos de los valores, nosotros partimos del hecho de que toda relación define sus reglas. Y tal y como lo dicen Alvarado y Sánchez (1997), parte de la estructuración de la nueva pareja se conforma de aquellos valores o creencias compartidas que retomamos de nuestras familias de origen, o que formulamos de nuestras interacciones.

Un ejemplo de esta asunción de valores se puede encontrar en los estudios de Gilligan, así como de otros autores, como Absi-Semaan y colaboradores (1993), quien toca la cuestión de la forma de asumir la masculinidad y femineidad en niños, sin descuidar la manera en que evoluciona al pasar a la adolescencia.

Como ya lo habíamos dicho, dichas tendencias se basan en que en este período suelen generarse las preferencias y elecciones por un rol determinado; a lo que podemos agregar que esto puede variar de acuerdo a factores llamados componentes "no naturales" en el comportamiento del niño o la atención de los padres.

Por otra parte, cobra importancia esta revisión en cuanto a que en etapas posteriores a la infancia intermedia se reportan menos rasgos del otro género. Así, los estilos de interacción que se definen en la casa y en nuestros medios de contacto se van convirtiendo en generadores de valores a practicar en las interacciones futuras.

Los valores son un aspecto que al revisarse en la pareja han dado cabida a hallazgos de toda naturaleza, las investigaciones más representativas tratan aspectos de agresión, de influencia social y de conducta no verbal, siendo estas las áreas predominantes en este tipo de estudios concernientes al comportamiento social.

En cuanto al ámbito ocupacional de la pareja, un tópico que ha sido motivo de discusión es el de el grado en que se asignan y se reproducen culturalmente los criterios que pueden llegar a determinar lo que ha de hacer cada quien.)

Esto con respecto al desarrollo de la familia ha sido bien evidenciado por trabajos como el de Wiley (1992): <<By your attributions you shall be known: Consequences of attributional accounts for professional and gender identities>>, y el de Nash (1979): <<Sex role as a mediator of intellectual functioning>>, que dada la diferencia de años entre una publicación y otra (1992 y 1979 respectivamente) y coincidiendo en la aseveración de que la participación de individuos de determinado sexo preferentemente en algunas tareas que en otras, corresponde a parámetros contextualmente definidos en un rango cultural que define el concepto de <<femineidad y masculinidad>>.

Lo que es más, utilizan el mismo término para dar la explicación. Y es en este sentido que las connotaciones de éxito y de fracaso se han supuesto más evidentes en cuanto a que se dediquen a las tareas <<propias de su género>>. Eso

sí, en este rubro se ha deslindado casi total mente la creencia de que los factores biológicos sean los más determinantes para la elección ocupacional.

Una explicación bastante satisfactoria para los valores es la que dan Alvarado y Sánchez (1997), que ya habíamos mencionado con antelación, y que destaca el que los valores eran tomados como ideales que interesan a las personas. Luego se le tomo como el carácter que se otorga a una determinada cosa para que pueda ser estimada como deseable.

Los valores en la definición ya mencionada se ubican en el sentido pragmático, estético, intelectual, moral y trascendental de la pareja, para permitirle así establecer una adecuado funcionamiento. Estos además son en gran medida influenciados por los mitos y las creencias que se mueven en el pensamiento de cada uno de ellos.

Pero a diferencia de Alvarado y Sánchez, optamos por considerar que los valores se asumen por convicción propia en el caso ideal, y por dominación cuando no estamos de acuerdo con ellos pero no podemos oponernos.

2.2. Distribución y planeación de actividades (laborales, domésticas y recreativas).

Un aspecto a conciliar y que puede ser motivo de conflicto si no se conviene en su momento. Este, también como el resto de la vida familiar y social ha venido evolucionando. Hoy día

nuestra sociedad mexicana parece dividirse entre las familias donde la mujer participa de la comunidad económicamente activa con una vida asalariada y las que se ocupan sólo de las actividades domésticas (González y Vallejo, 1995).

Esto ocupacionalmente suele llevar a situaciones de conflicto para aquellas parejas donde los hombres sienten cuestionado su rol de proveedores vitalicios en la familia. En otros caso, genera la inconformidad de la mujer cuando siente que ella se encuentra practicando una doble jornada laboral (en el trabajo y en el hogar).

Por otro lado, en la pareja hay que analizar también quién decide dichas actividades, qué es lo que se decide hacer, cómo se llevan a cabo, y sobre todo, si se opta por la calidad o la cantidad. Sabemos que lo más recomendable al respecto puede ser la repartición democrática de las obligaciones y el goce equitativo de las diversiones.

Para concluir este apartado, se hace necesario también tomar en consideración el comentario de Luna y Méndez (1997) de que en la pareja debe de existir la oportunidad de que tengan estos la posibilidad de planear actividades que garanticen su individualidad, así como practicar actividades conjuntas, propias de la preservación de la pareja.

2.3. Las relaciones con las familias de origen.

Otro aspecto que bien puede ser facilitador y a veces propiciador de conflicto en la relación de la nueva pareja es

la forma en la que tratan con las familias de origen. Podemos partir de el hecho de que cada persona tiene una forma de concebir la realidad, y que aparte de esto, entra en interacción con personas que seguramente no compartirán del todo su forma de percibir los hechos.

En la relación de pareja también entra la perspectiva de los padres, de los hermanos y de amigos que con su opinión y sus reglas suelen influir en la pareja. Habrá ocasiones en que esta influencia sea con su participación activa en las interacciones propias de la pareja, o bien, pudiera darse también el caso en que se haya preestablecido tal a manera de los valores que han sido inculcados en cada uno de los miembros.

(La pareja por consiguiente puede ser vista no sólo en la expresión clásica de que "a la cama no se van dos, sino seis" (aludiendo a que uno lleva consigo los valores de los padres), sino como el decir que "a la cama no se van dos, ni seis, sino una amplia gama de personas involucradas ya sea por los valores, por las expectativas, y hasta por los llamados sueños platónicos".

Las interacciones con las familias de origen, según podemos encontrar en los trabajos de Gaona y Ramos (1996), y de Alvarado y Sánchez (1997) remarcan el hecho de que en la elección de pareja y en el desenvolvimiento de la pareja, son diversos los elementos que pueden entrar en conciliación y/o en conflicto al interactuar con las familias de origen, como por ejemplo:

- 1.Nivel socioeconómico.
- 2.Estatus social.
- 3.Prácticas religiosas.
- 4.Distancia entre las familias.
- 5.Estereotipos de preferencias en cada una de las familias.
- 6.Empatía.
- 7.Historia de cada una de las familias, etc..

Podemos afirmar entonces que la influencia social necesariamente nos ubica dentro de instancias sociales y culturales, tal como es la cuestión de la reproducción social y cultural de los estilos de interacción que se refiere a que en gran medida, es probable que aprendamos y realicemos prácticas sociales permitidas por el consentimiento de otros individuos (similar a Ribes, 1990).

Esto puede determinar en cierto grado la asignación y la forma de asumir las prácticas propias de cada persona, retomando el criterio de que el sexo es una clasificación de orden orgánico, y el género, de determinación social.

Como sabemos, el estudio de la Masculinidad y Femeidad ha jugado un rol importante respecto del desarrollo de los roles de Desarrollo, viéndose desde una perspectiva en la que conforman dimensiones diferentes en vez de polos opuestos (Deaux, 1985). A estos elementos se les ha adjudicado el carácter de instrumentalidad y emotividad.

Estos componentes han tenido que estudiarse ligados a muchos otros criterios afines y vinculados. Somos influenciados primordialmente por criterios de índole social, los que, facilitan o impiden en cierto sentido el desarrollo de la vida en pareja.

A este respecto reiteraremos la importancia de cómo se va desarrollando en el contacto social, la autopercepción de roles, haciendo mención del ya citado interés de Gaona y Ramos (1996) y de Alvarado y Sánchez (1997) en la conformación de criterios que permitan a la pareja tomar decisiones respecto de los valores a involucrar en su relación.

Igualmente, podemos revisar otras formas de influencia de la familia de origen sobre cada uno de los miembros de la familia, que como habíamos citado, tanto puede ser en su participación vigente, como en la correspondiente a la formación previa del individuo.

Un ejemplo de esto se denota en el estudio de Wiley (1992), donde al parecer no difiere tanto la inserción de los individuos en su participación en prácticas académicas, sino en su desempeño, en la cuestión de logro, y sobre todo en su forma de vincular la masculinidad y la femineidad con las aspiraciones que tienen respecto de su ejercicio profesional.

2.4. La sexualidad.

Un factor de vital importancia y generalmente muy conflictivo en la pareja es el manejo que se hace de la sexualidad, ya que en los modos inadecuados de la misma podemos encontrarnos entre la satisfacción e insatisfacción sexual de un lado y del otro lado, y los fenómenos de agresión sexual que son múltiples, desde los más sutiles pero muy molestos, como son los hostigamientos sexuales hasta las violaciones, el abuso sexual y estas cosas que problematizan nuestra vida erótica y nuestro desarrollo erótico.

Por otro lado, parte de la insatisfacción en la vida sexual de la pareja se identifica en la impotencia. Se ha dado en llamar a la incapacidad de desarrollar esta posibilidad humana, es decir, cuando la posibilidad se queda como los estériles en la reproducción en la reproductividad: de repente hay algunas personas que no desarrollan el vínculo en la resonancia afectiva y tratan a los demás con una verdadera ausencia de resonancia afectiva muy notable (Mosher, 1980).

Ahora esos, más los que aprenden a interactuar en base a vínculos muy "destructivos" cotidianamente los ponemos en la categoría del problema del desamor, retomando un poco el estereotipo del ideal del amor: vínculos de explotación, vínculos de violencia intrafamiliar, en donde esto se vincula en gran medida con muchos de los componentes de la

problemática intrafamiliar; y otros problemas para terminar la panorámica están ahí puestos (Mosher, 1980).

Este último párrafo nos lleva a pensar en las siguientes interrogantes:

- ¿La relación la disfrutaban ambos?
- ¿Ambos quieren dicha relación sexual?
- ¿Establecen acuerdos de cómo llevarla a cabo? (recordemos que en algunos casos se ha evidenciado que la mujer es violada por su marido)
- ¿Son compatibles las expectativas sexuales de ambos (coito, hijos, placer, perversiones, etc.)?
- ¿Saben manejar los conflictos que de estas relaciones emanan?

Algunos de estos problemas no ocurren en todas las parejas; pero igualmente todas estas son susceptibles de suceder. Hay muchos problemas de pareja en donde el acercamiento erótico participa, ya no se diga el SIDA, hay muchas otras, en donde la sexualidad se convierte en una parte integral del problema de la enfermedad.

Podemos citar como uno de los facilitadores del conflicto en la vida sexual de la pareja el que se haya sufrido ya un divorcio, la disparidad en la experiencia sexual de ambos por

el sexo prematrimonial, o posiblemente también la práctica de la unión libre como un procurador de sexo sin compromiso formal.

Por otra parte, vale destacar que la repercusión de problemas en la relación sexual no se restringe a las discrepancias en la interacción como un simple elemento de comportamiento, sino también con repercusiones en lo orgánico. No se puede entender la transmisión de enfermedades como el SIDA o las otras enfermedades de transmisión erótica, ni algunos de los disgustos que se viven en la familia, si no se comprende la medida en la que están asociados a la sexualidad. Y eso convierte a ese problema en un problema con componentes sexuales (Mosher, 1980).

Luego del otro lado, hay un número de condiciones en la vida, en donde la calidad de la vida sexual de las personas interferida por esas condiciones. Como ejemplo, las enfermedades crónicas que afectan la vida sexual.

La sexualidad también expresa variaciones en los casos de los individuos con condiciones específicas especiales, como por ejemplo *los individuos con retraso mental, con ciertas limitaciones físicas, los medicamentos (muchos medicamentos que dan efectos indeseables), las intervenciones quirúrgicas, y las sustancias que consumimos sin que nos las hayan recetado, como son el alcohol y otras drogas, que también pueden tener efectos sobre la sexualidad.*

Pero en un sentido más clínico, se hablará del estudio del ambiente de la interacción con el paciente. El ámbito de la intervención psicológica en problemas sexuales suele ser considerablemente abstracta, pero tiene una aplicación a la hora que lo voltea a uno a pensar y a veces a pensar en sí mismo, o a pensar en gente que uno conoce, más o menos fácil de identificar y también más o menos fácil de traducir, ya si se tiene interés en las intervenciones clínicas de este tipo de pacientes.

Partiendo de la <<hipótesis de estructura sexual>>, que es una suerte de fotografía de la cognición o de los elementos sexuales de las cogniciones de las personas (Mosher, 1980).

Existe a este respecto un problema, nosotros nunca vemos cogniciones, lo que vemos siempre son procesos. Con lo único que estamos en contacto en nuestra realidad externa es con una serie de cosas que están todo el tiempo cambiando vertiginosamente. Sea cual fuere el proceso en cuestión cambia tan despacio que nos parece que no cambia.

Ejemplo de esto es la interacción cotidiana que se establece con nuestra pareja. Aún cuando la convivencia parezca caer en ocasiones en una rutina, todos los productos sucesivos de dicha interacción y de otras más, van cambiando progresivamente a esa relación (tanto insistir en una broma de que uno engaña al otro puede generar incertidumbre).

De todas las cosas con las cuales nos relacionamos en el afuera, son interacciones que están todo el tiempo moviéndose. Entonces si uno se va relacionando con las mismas, se va ajustando a interactuar con esa realidad; pero si trata uno de entenderla cuesta mucho más trabajo porque es más fácil seguirla que tratar de entenderla.

Entonces, la idea aquí es hacer lo mismo, hacer un "retrato" de las cogniciones de lo sexual en la pareja; en otras palabras, elaborar una <<Hipótesis de estructura sexual>>. Pero además tenemos que identificar tres cosas:

Uno, si tiene o no conflicto. ¿Qué quiere decir conflicto. Un conflicto en un grupo es cuando uno quiere una cosa y el otro quiere otra cosa, y entonces empiezan las fuerzas a generar tensión. Aquí se trata de valores, actitudes y creencias (cogniciones en suma), de cosas que "se han metido en la cabeza" pero que pueden muy bien estar en conflicto.

Dos, la otra cuestión a identificar es qué tan integrado o qué tan desintegrada está esa relación.

Y tres, el grado de conciliación que pudieran tener las ideas en contraposición para facilitar la convivencia.

Daremos a continuación un ejemplo de cada uno de ellos para que tratemos de aterrizar estas ideas.

Aquí está un diagnóstico clínico, en el caso de este ejemplo es una mujer que llega y que no tiene orgasmos, que nunca ha tenido y que no sabe lo que son los orgasmos; no tiene idea, nunca los ha tenido y ha oído que hay orgasmos pero ella no los conoce en sí mismos (Mosher, 1980).

Es una situación relativamente común, en el inicio de la vida sexual que usualmente se va resolviendo con los primeros meses o años de vida sexual, pero ya si pasa un año o dos y se queda sin aparecer el orgasmo, algo está pasando ahí.

Este ejemplo requeriría de complementar, es una mujer que se siente muy contenta de serlo, es una mujer que tiene su pareja, al cual quiere mucho y ella se siente muy querida por él, pero no entiende por qué los orgasmos no aparecen porque simple y sencillamente no han aparecido, y su reproductividad está bien, sin problema.

Si uno estudia las historias de estas personas, con mucha frecuencia, encuentra los elementos del conflicto erótico que pueden ser de varias maneras. En este ejemplo en particular, estamos suponiendo un conflicto intraerótico; es decir, dentro de la relación y en el erotismo.

Esto pasa con bastante frecuencia en aquellas veces en donde desde pequeños nos están diciendo que lo que se siente en los genitales no está bien sentirlo, hasta es malo, es sucio, es pecaminoso, o bien el resultado de una educación lo suficientemente "eficaz" como para que literalmente ni se conozcan los genitales. Así jamás en la vida se han volteado a ver.

Entonces ahí hay un elemento facilitador de este conflicto en el organismo el cual le facilita que piense "irracionalmente" en una culpa, que se contrapone con la satisfacción propia de tener una relación sexual.

Otro ejemplo, es de otra mujer anorgásmica, a ella lo que le pasa es que cada vez que tiene a su compañero enfrente, los orgasmos no aparecen; pero se identifica que desde que tenía sus trece años, descubrió lo fácil que es masturbarse, y se masturba muy bien y tiene sus orgasmos de manera normal.

Vamos a suponer que no hay problema en otras áreas para acelerar el ejemplo y vamos a suponer como muchas veces ocurre que la mujer no tiene mayor conflicto con el hecho de ser mujer; pero que fue como muchas personas, desgraciadamente, una hija de esas familias donde el señor desaparece y cuando aparece es nada más para golpear. Vamos a poner ese ejemplo.

Lo que resulta en esas condiciones es que la percepción de la figura masculina resulta en algo suficientemente desconfiable como para permitirse tanta pérdida de control como es el orgasmo; y entonces ocurre que los orgasmos sin la presencia de un hombre, que es percibido como amenazante, pueden ocurrir, como en el caso de la masturbación.

Pero si el individuo que evoca esas percepciones de peligro aparece, entonces esa percepción genera un conflicto ya no con el género (el género está también bien), pero a la hora que el significado del género se interactúa con el significado del erotismo, el que se inhibe es el erotismo o el que se inhibe es el compañero.

Entonces la resolución de este conflicto, usualmente es, o a través de la anorgasmia selectiva al compañero o compañeros o a través de la eliminación de compañeros.

La misma circunstancia clínica, anorgasmia pero con una conjugación cognitiva totalmente diferente de la anterior, que reclama consecuentemente una intervención clínica muy diferente.

Podemos percatarnos de que en estos casos los pacientes mejoran mucho promover el desarrollo del erotismo con aceptación, que si el terapeuta se pone de permisivo, de papá aprobador o de mamá aprobadora si es mujer entonces empieza a

sugerir que la mujer tenga experiencias de reconocimiento erótico de reconocimiento sensual, y con la aprobación que el setting de la terapia da se conlleva a la resolución de este conflicto esa misma cosa con esta otra anorgásmica para qué creen que sirva, para nada porque la intervención necesariamente tiene que hacer emerger este conflicto y tiene que tener componentes que permitan la reformulación del género y el erotismo, de manera que ese conflicto entre los dos ya no exista.

Otro ejemplo, este es de las cosas más comunes y corrientes desafortunadamente dice el ejemplo de la situación problemática aquí que a dificultades en el control de la reproductividad, evitación de la contracepción que también participa del riesgo de que exista disparidad de expectativas dentro de la pareja.

Al hablar por consiguiente en específico de la interacción social influenciada por cuestiones de índole sexual, entramos en uno de los campos que se refieren a lo más cotidiano de la existencia humana, un campo posiblemente tan amplio que los ejemplos aquí citados tal vez sólo den una idea de los temas que abarca. Un problema también recurrente pero no tan considerado a últimas fechas como tal para la consolidación de una pareja es la forma en la que se practican las relaciones sexuales; es decir, en qué medida buscamos relaciones sexuales superficiales u optamos por relaciones más íntimas, más cargadas de sentimientos.

Empezaremos por citar el estudio de DiBlasio y Benda (1992) que pretendió explicar el intercurso masculino y femenino, es decir, las relaciones sexuales. La muestra tuvo una diversidad considerable de participantes: 73% de blancos, 6% de chicanos, 5% de negros, 3% de asiáticos y 12% de otras minorías, y comprendió 1114 mujeres y 364 hombres. Se encontró que la mayoría de los factores examinados estuvieron significativamente relacionados con la frecuencia de la actividad sexual.

Se observaron varias diferencias de Desarrollo que mostraron que la mayor probabilidad de intercurso o relación sexual se originaba en la preferencia por la asociación diferencial de compañeros, de alrededor de 33% de la varianza (48% explicada) entre hombres y 27% de la varianza entre mujeres (44% explicada).

2.5. La individualidad de la pareja.

Como mencionamos previamente, la pareja pasa por sinnúmero de transiciones, y parte de las mismas implican la individuación de la misma respecto de sus familias e incluso entre ellos mismos. Esto nos hace retomar en una primera instancia las relaciones de poder.

En este punto cabe destacar que bien podemos hacer mención de dos tipos fundamentales de relaciones de poder para la psicología del género:

1.- Aquellas que se refieren a liderazgo, como ya lo hemos visto en los estudios de Gurman y Long (1992), y de Heilman, etal (1990), con sus atribuciones líderes emergentes, líderes reconocidos, líderes efectivos, etc. para la realización de una actividad; o

2.- Las que involucran en la relación de poder el dominio conjunto a la agresión, de lo cual existe en México una vasta literatura que ha remarcado la forma en que mujeres y niños han sido víctimas de agresiones (que llegan a ser en ocasiones de tipo sexual), de parte de hombres.

La importancia que tiene para explicar este apartado la mención de las relaciones de poder se basa en la posibilidad que tiene cada uno de los miembros de la pareja de opinar y decidir el futuro de la familia.

México es un país muy singular en cuanto a la conformación familiar. En otros países existe y es más fácilmente identificable la familia nuclear (padres e hijos únicamente). Nuestro país, a diferencia de otros tantos, tiende a facilitar la entrada rápida de los tíos y abuelos al mismo recinto.

En casos extremos, el nuevo matrimonio suele habitar la misma casa de los padres de cualquiera de las partes; lo que le resta individualidad y poder en las decisiones. Viven a veces como "hijos de familia".

Abundemos en el comentario de Fromm (1981), la relación recíproca entre la producción y el consumo con la mecanización de la sociedad ha repercutido en la pérdida del individualismo y la privacidad; esto a manera de propiciar un condicionamiento emocional, de inducir el consumo de drogas o de otras prácticas nocivas.

Se puede ver también que esta mecanización ha llevado al ser humano a ser "prisionero de su creación", ya que gran parte de las decisiones se toman a partir de cálculos. Esto le ocurrió debido a que en su afán de alcanzar el dominio de la naturaleza, para desarrollar la tecnología y el consumo de la materia, ha perdido el control de sus interacciones y de los valores, el contacto con la vida, y por consiguiente, la fe y los principios en los que rige su convivencia; e incluso, no está preparado para vivenciar experiencias emocionales profundas (como tristezas y alegrías).

2.6. La religión.

La religión es otro aspecto que tratan de tener en común en la pareja y asentarlos en los hijos. En la infancia temprana, la pareja induce a los hijos al amor a Dios, luego, va formando en ellos la adopción de la palabra del señor, de su testimonio y en la medida de lo posible, busca inculcarle el estilo de vida que norma dicha doctrina (Alvarado y Sánchez, 1997).

Esto a veces provoca una cierta confusión de valores, lo cual hace que con el paso del tiempo surjan las discrepancias no sólo en la pareja, sino con los hijos.

Una opinión interesante del por qué la religión es un aspecto controversial en nuestras relaciones proviene de Fromm (1980), quien en su obra "El dogma de Cristo" se ocupa de determinar el punto hasta el que el cambio ocurrido en las ideas religiosas es una expresión del cambio en el pensamiento en la gente en cuestión y el punto en el que esos cambios son dictados por sus condiciones de vida.

Para esto, Fromm retomo los siguientes elementos:

- a) situación espiritual
- b) situación económica
- c) social
- d) política

La religión ha significado una forma de apoyo para el ser humano; pero cuando se sujeta a la sociedad a la renunciación se da:

- a) el reconocimiento social de peligro verdadero para el individuo
- b) represión y frustración de impulsos cuya satisfacción puede dañar al grupo
- c) renunciación por los intereses de una clase dominante

Así la gratificación y la frustración social son orientadores de la satisfacción de las necesidades elementales. Y se refleja que para aquel dominante habrá más satisfacción, mientras que el dominado recibirá mayor restricción.

Comúnmente y sin el propósito de verificar o negar, hemos escuchado que la religión ha sido empleada para:

- a) la intimidación intelectual
- b) la docilidad infantil
- c) el ofrecimiento de una forma de satisfacción basada en la fantasía
- d) servir de narcótico

Lo que se puede constatar de todo este apartado es que la religión es un factor demasiado importante como para ser ignorado. Sorprende la facilidad con que la religión ha sido evadida en la práctica terapéutica de gran cantidad de enfoques y no he de decir que el enfoque conductual sea la excepción.

No obstante, se debe aclarar que esto no ha sido bajo sustento teórico ni metodológico, sino en la práctica del terapeuta en cuestión. Lo valioso es rescatar los contenidos que otorgan gran importancia a Dios en la relación, y rescatarlo para las soluciones factibles tal y como lo cita Kudlac (1991).

2.7. La crianza y educación de los hijos.

Al principio del capítulo señalábamos la trascendencia que tiene la llegada de los hijos a la pareja; esto ocasionaba un cambio en las expectativas y actividades de la pareja. Uno de ellos es que nadie nace sabiendo ser padre. De modo que algunos de los problemas más frecuentes en la crianza sea el cómo tratar con el niño (Mussen, 1985).

Ejemplos claros de esto son la dificultad para saber si se está proveyendo de la información y de la estimulación y satisfactores necesarios a los hijos, pudiendo ser que no fuera suficiente (deprivación), o en el otro polo, excesiva (sobrestimulación).

Otro problema puede ser el qué estilo de padre queremos ser y cuál conviene más. Si uno es un padre que siempre restringe, ordena y sanciona (padre autoritario); si se es por el contrario un padre que concede sin medida y que tolera sin sanción ni retroalimentación de los actos de los hijos (padre permisivo), o quien enseña al niño a merecer premios y castigos, a otorgar en la medida de lo conveniente y que se encarga de aclarar las reglas del juego y de ejecutarlas, sean castigos o sean premios (padre democrático o perentorio).

Y aún faltaría por tomar en cuenta quiénes son papá y mamá a los ojos de los hijos y también el grado en que facilitamos el crecimiento y superación de nuestros hijos, contra aquel

que nosotros deseamos que ellos tengan. Además, existe la probable influencia de "auspiciadores" o gente que con su opinión también incide en el porvenir de nuestros hijos (Alvarado y Sánchez, 1997).

2.8. La distribución de los presupuestos.

En mucho la dificultad en cuanto al manejo adecuado o inadecuado del dinero del que dispone la pareja consiste en identificar y clasificar los gastos de la siguiente manera (Luna y Méndez, 1997):

- Gastos indispensables.
- Gastos necesarios.
- Gastos secundarios. y
- Gastos excedentes.

Está en el garantizar la satisfacción de los dos primeros y en la adecuada realización de los terceros el mantener en armonía la relación de pareja; evitando la ocurrencia del último caso. Pero vale la pena también explicar brevemente en qué parece originarse esta condición del manejo inadecuado del presupuesto.

En lo que concierne al logro, Gould y Weil (1991), reportan una investigación basada en roles sexuales y en el auto-concepto laboral, vinculando constructos de masculinidad (instrumentalidad) y femineidad (expresividad) en diferentes contextos de dar regalo y cómo pueden variar en una base

intraindividual. Esto indicó preferencias y facilidad para escoger regalo de una manera diferencial de si se dirige a una persona del mismo o de distinto sexo, así como la emoción que esto les generaba.

Por otro lado, Wiley (1992) sostiene la idea de una identidad contextual asumida por hombres y mujeres para vivenciar experiencias diferenciales en el campo de trabajo, las cuales permanecieron ligadas a dos explicaciones basadas en la atribución de éxito: ya sea la primera, debida a identidades dispares atribuidas a hombres y mujeres empleando las mismas explicaciones para éxito y fracaso, o, la segunda, a la inconsistencia entre acciones que confirman una identidad profesional (académica) y una identidad femenina. De estas se confirmó la primera, ratificando la influencia de las creencias compartidas en este aspecto en el quehacer del individuo.

2.8. Los celos.

Sorprende a este respecto que de todas las fuentes consultadas, ninguna mencione de manera explícita a los celos, incluyendo otras más. Sin embargo, existe un consenso en los trabajos de Gaona y Ramos (1996), González y Vallejo (1995) y Alvarado y Sánchez (1997) en que los celos son una de las manifestaciones más usuales en la relación de pareja.

Esta suele implicar para quien se comporta como "celoso" o "celosa" un pensamiento valorado como inadecuado al cotejar un significado que se atribuye a sí mismo respecto del

aprecio, atención o admiración que exprese la pareja por otra persona.

Los sentimientos implicados suelen conllevar una baja en el autoestima, incertidumbre en cuanto al papel que uno juega en la relación y constantes conflictos.

A veces, se toma a los celos como medida de seguridad para saber si se es o no querido; pero en otras suele transformarse en un problema mayúsculo de prácticas y de valores.

2.9. La infidelidad.

La infidelidad es una práctica que se considera socialmente sancionada, y que sin embargo se lleva a cabo con tanta facilidad desde la misma relación de pareja.

Los motivos que pueden llevar a uno o ambos miembros de la pareja a ejecutarla son, según Baroni (1973) los siguientes:

1. Su padre era infiel
2. El padre la mujer engañaba a la esposa.
3. El hombre llega a la relación con mucha experiencia sexual previa.
4. El estereotipo de reconocimiento al hombre por ser infiel.
5. Machismo.
6. Asociado a las adicciones.
7. La existencia de contextos y relaciones facilitadoras de infidelidad.

8. Espiritu aventurero.
9. Miedo a una relación estable.
10. Personas inadaptadas.
11. Hostigamiento promovido por los medios de comunicación.
12. Inmadurez afectiva de los cónyuges.
13. El nivel intelectual de cada uno.
14. La incomunicación.
15. La calidad de la relación sexual.
16. Necesidad de afecto.
17. Las disfunciones sexuales.
18. Lo absorbente que llegan a ser los hobbies.
19. Como venganza por algún motivo.
20. En complicidad de ambos.
21. El quiere separarse.
22. Bajo el pretexto de que "el amor lo justifica todo".
23. Escape a tensiones por medio de relaciones extra maritales.
24. Porque la mujer está embarazada.
25. La mujer acaba de dar a luz.
26. Porque la mujer está engordando.
27. Por celos.
28. Fallecimiento del padre o la madre.
29. Hombre en período de ansiedad.
30. Sensación de fracaso.
31. Depresión.
32. Por aburrimiento.
33. Búsqueda de más gratificaciones.
34. Como búsqueda de realización personal en el hombre.
35. En hombres con mucho éxito.
36. En la percepción masculina de que su matrimonio es feliz.

37. Cuando no se cree en la monogamia.

38. Bajo el pretexto de que "él o ella no podría resistirlo".

2.10. Afrontamiento de la separación.

Este apartado concierne en particular a los sucesos o eventos relacionados con la vida cotidiana, por lo cual, las variables de mayor interés en la misma, se refieren a los roles maritales.

Sabemos de la importancia de este punto, y de la fecunda investigación al respecto. Pero más que pretender enunciar los aspectos en los cuales repercute la separación, siendo tan sólo algunos de ellos la incertidumbre económica y en el autoestima, choque de valores, la inseguridad, el desamor y la pérdida de la intimidad, así como el futuro incierto de los hijos, y la caída en problemas como alcoholismo, adicciones, prostitución, entre otros; el punto central será cómo evitar llegar hasta esta situación, lo que analizaremos en el capítulo 3.

Capítulo 3. Propuesta cognitivo-conductual para desarrollar relaciones de pareja funcionales.

Para concluir este trabajo, se optó por elaborar una propuesta que pueda intervenir en los casos que llevan a la separación de la pareja. Dicha propuesta se ha sustentado teórica y metodológicamente en el enfoque conductual, ya que este permite realizar un trabajo objetivo y verificable que garantiza mayor probabilidad de resultados.

Según Edelstein y Yoman (1991) los terapeutas de la conducta no distinguen la entrevista del proceso global de la evaluación y terapia conductuales. Anteriormente, la información auto prescrita era desechada, lo que provocó poca investigación sobre la entrevista conductual, a la que se le puede definir como una interacción diádica entre el paciente y el terapeuta, por la cual, el segundo busca información para analizar el problema del paciente. Se considera que la entrevista comienza con el primer encuentro entre el terapeuta y el paciente y termina al establecer conductas objetivo para la intervención.

La entrevista conductual tiene tres objetivos principales Edelstein y Yoman (1991):

1. Establecer una relación terapéutica con el paciente.
2. Acumular información necesaria.
3. Identificar conductas meta.

La mayoría de las investigaciones sobre la entrevista conductual se centran en la eficacia de programas para que las personas realicen entrevistas. La confiabilidad y validez de la entrevista han sido las últimas características evaluadas y los pocos estudios realizados arrojan resultados decepcionantes, por lo que falta mucho para establecer la confiabilidad y validez de los resultados de la evaluación mediante la entrevista conductual.

En cuanto a su método, existen muchos utilizados y esto se debe a la ya mencionada falta de investigaciones y a la complejidad de su proceso. Lo importante es determinar si se logran los objetivos y se llega a un análisis y se llega a un análisis confiable y válido de los problemas del cliente.

También es importante es el establecimiento de la relación o alianza terapéutica, definida como la colaboración del paciente en las tareas de la psicoterapia. Comúnmente se cree que los terapeutas de la conducta son impersonales, debido a su rechazo por el concepto psicoanalítico de transferencia. Sin embargo, es muy importante para la entrevista esta relación terapéutica, que implica una colaboración del paciente y del terapeuta en las tareas de entrevista, por lo que tiene la función de facilitar el proceso de evaluación.

Existen algunas Conductas del Rol del Paciente que se cree que mejoran el progreso de la terapia, entre las que se encuentran la autorrevelación. Evitar hacer preguntas personales al terapeuta, participar activamente, etc., aunque las investigaciones al respecto se han basado en las

expectativas del paciente y no en su conducta (Edelstein y Yoman, 1991).

Pueden resultar importantes para la observación o la petición de autoinformes o informes de acompañantes, de las características de exigencia bajo las cuales viene el paciente a terapia para obtener información sobre las conductas del rol del paciente, así como el uso de grabaciones de audio y/o vídeo. Todo esto puede servir para evaluar la ansiedad, que se encuentra relacionada con la evitación y el escape que el paciente practica.

Por la importancia de este aspecto, es imprescindible su entrenamiento. Para ello es importante controlar el reforzamiento, el empleo de la desensibilización y exposición, el entrenamiento en habilidades y ensayo de conducta, el contexto de la relación, etc.

A pesar de los esfuerzos para evitar problemas en la relación terapéutica, puede surgir la resistencia, que consiste en el fracaso del paciente para ejecutar dichas conductas, además de que es prácticamente inevitable (Gaona y Ramos, 1996). Entre los tipos de resistencia se encuentran la incompetencia del rol, el escape, la evitación del rol y la no ejecución del rol.

Como ya se mencionó, se han realizado muchos esquemas de entrevista, entre los que se encuentran el realizado por Cormier y Cormier (cit. en Edelstein y Yoman, 1991) y que describe las siguientes categorías.:

1. Explicar el propósito de la evaluación.
2. Identificar el rango del problema.
3. Seleccionar y dar prioridad a cuestiones y problemas.
4. Identificar conductas objetivo.
5. Identificar antecedentes.
6. Identificar consecuencias.
7. Identificar ganancias secundarias.
8. Identificar soluciones anteriores.
9. Identificar habilidades de afrontamiento.
10. Identificar las percepciones del paciente sobre el problema.
11. Identificar la intensidad del problema.

Son claras las ventajas que ofrece en su aplicación en enfoque conductual para abordar los problemas de pareja.

Dado el panorama de la necesidad de evitar o de saber mediar las situaciones facilitadoras de la separación de la pareja, considero necesario partir de un enfoque más objetivo en su investigación y en su aplicación. Este, que conocemos como el enfoque conductual.

Es bien conocido que el Análisis Conductual Aplicado tuvo por compañera a la filosofía pragmática y utilitarista. Una consecuencia de esto fue la enorme importancia dada a la "utilidad" tecnocrática de las experimentaciones. La extrapolación de procedimientos fue el inicio de una serie de demostraciones lógicas y convincentes.

Dado que la posibilidad de que una psicología aplicada se homologó con el término "Modificación de Conducta", era suficiente modificar "respuestas condicionadas" para mostrar que sí era posible una aplicabilidad de la psicología a partir de la investigación de los reflejos condicionados y posteriormente de la conducta operante.

Pero no siempre se ha entendido los principios del conductismo en tanto filosofía de la ciencia de la conducta, pues se debe diferenciar con precisión en qué consisten la actividad teórica, la investigación experimental y la filosofía que sustenta a la investigación básica en psicología (Yates, 1973; cit. En Edelstein y Yoman, 1991).

Más tarde, Kantor (en Reyes, cit. En Edelstein y Yoman, 1991) dice que la ciencia psicológica está estrechamente relacionada con las demás ciencias en tanto analizan estructuras. Así el interés del psicólogo se extiende hacia la organización estructural funcionalista del organismo o persona.

Pero la conducta constituye, como interacción, construida entre organismo individual y el medio ambiente, el contenido teórico específico de la psicología. La conducta no es, por consiguiente, algo dado en lo concreto sino un nivel abstracto de lo concreto. Este nivel tiene una especificidad estructural, funcional e histórica (Ribes, 1983).

Dentro de la psicología aplicada Kantor dio a entender que la función de la teoría es reflejar la realidad, pero esto sólo

puede darse lógicamente, en tanto su cobertura como criterio de clasificación demuestre ser insuficiente o contradictoria respecto del campo de eventos. Los conceptos particulares aplicados pueden ser probados o verificados empíricamente. La validación de un sistema lógico se efectúa con base en su correspondencia con las propiedades en el campo de eventos.

Ahora bien, en qué consiste la tecnología aplicada, que recibe el nombre de Análisis Conductual Aplicado y que en general se ha aplicado con éxito en diferentes áreas como la educación, las instituciones psiquiátricas, desviaciones conductuales, instituciones penales, retardo conductual, etc. (Ribes, 1983).

El análisis conductual aplicado se caracteriza por el énfasis que carga en el control ambiental, en la medición continua de la conducta y en la evaluación rigurosa de los procedimientos de intervención, entre los que se encuentran el moldeamiento, reforzamiento positivo, castigo, manejo de contingencias, autocontrol. contrato conductual, por mencionar algunas.

No obstante de sus logros, el enfoque del aprendizaje ha sufrido revisiones y refinamientos significativos, desde el creciente interés en los fenómenos encubiertos como variables científicamente legítimas y clínicamente indispensables. Los pensamientos, imágenes, recuerdos y sensaciones, se describen como estímulos encubiertos, respuestas encubiertas o consecuencias encubiertas.

Al enfoque cognitivo conductual, también se le ha dado el término de interaccionismo. Este modelo se refiere a la posición intermedia que presenta la crítica al situacionismo, pero reconociendo las dificultades de la posición de la psicología de los rasgos. Este enfoque, a diferencia del enfoque conductual ortodoxo, toma en cuenta los eventos privados. A este respecto Mahoney (cit. En Edelstein y Yoman, 1991) sugiere que la perspectiva cognitivo-conductual presenta amplias posibilidades clínicas, ya que los procesos cognitivos son factores permanentes e influyen en la actividad del sujeto. Lo que sugiere que el ser humano es a menudo iluso, cuyas creencias y conductas se encuentran a menudo moldeadas por sus prejuicios perceptuales.

Edler y Magnusson (cit. en Anguiano, 1990) señalan cuatro características principales de este enfoque:

1. La conducta es función de un proceso continuo de retroalimentación entre el organismo y la situación que encuentra
2. En este proceso de interacción el individuo es un agente activo
3. En cuanto a los aspectos de la persona en la interacción, parece que los factores cognitivos constituyen los agentes determinantes de la conducta
4. En cuanto a la situación, resulta que la significación psicológica de la situación para el individuo constituye el factor causal importante.

Por otro lado, Mischel (cit. en Anguiano, 1990) propone un análisis de los factores ligados a la persona en base a cinco variables cognitivas: competencia, estrategias de tratamiento de la información, expectativas, valor subjetivo de los estímulos, sistema de planificación de autorregulación.

Entre los aspectos que se han estudiado de las cogniciones tenemos: procesamiento de información, que incluye aspectos como adquisición, atención, percepción, lenguaje y memoria; creencias y sistemas de creencias, que son las ideas, actitudes y las expectativas de si mismo y de otros; autorreporte, que son los monólogos privados, los cuales influyen en la conducta y en los sentimientos; y Solución de problemas y habilidades de afrontamiento, que es el procesamiento conceptual y simbólico que incluye una respuesta afectiva para afrontar situaciones problemáticas.

Por otra parte, Bandura (1971, cit. en Anguiano, 1990) señala que las cogniciones pueden ser vistas como mediadoras de conducta que es como una representación simbólica que sirve para mediar entre estímulos antecedentes condicionados y respuestas manifiestas las cuales pueden tener profundo s efectos en la determinación de la conducta.

Así mismo, la alteración de las cogniciones del paciente ha sido el interés fundamental de varios terapeutas; entre ellos tenemos al creador de la Terapia Racional Emotiva, Ellis (cit. en Anguiano, op. cit.), quien explicó los principios fundamentales de la terapia racional emotiva de la siguiente manera: cuando una consecuencia (c) llena de emociones sigue

a un evento activador (a), puede parecer que (a) causó a (c), pero en realidad este no es el caso, en lugar de esto lo que sucedió es que las consecuencias emocionales fueron creadas por (b), el sistema de creencias del individuo.

Por lo tanto cuando ocurre una consecuencia indeseable, como una ansiedad aguda, por lo general se puede encontrar fácilmente su origen en las creencias irracionales de la persona; cuando estas se disputaron de manera efectiva (en el punto d) al retarlas de una manera racional, las consecuencias perturbadoras desaparecen y eventualmente dejan de presentarse otras veces.

La evaluación psicológica desde este enfoque analiza objetivamente los comportamientos relevantes de un sujeto e incluye tanto las respuestas motoras, como fisiológicas y cognitivas, así como la detección de las variables orgánicas y ambientales que provocan o mantienen las conductas, y en las que se propone superar el reduccionismo del conductismo de la primera época, al estudiar las conductas cognitivas.

En este tipo de evaluación se hace énfasis en el presente y en aquellas variables que son situacionales porque controlan o mantienen las conductas por las que el sujeto consulta, y que él mismo considera inadecuadas. En el presente es donde se van a poder manipular las condiciones ambientales o internas con objetivos preestablecidos de tratamiento.

A esta propuesta de evaluación se le llamó Modelo Secuencial Integrativo; esto significa que analiza secuencialmente los elementos y las variables que provocan en el presente las respuestas del sujeto evaluado, y termina con las consecuencias que dichas conductas producen en el ambiente.

Otra característica de este modelo, es la de integrar lo cognitivo con lo conductual, es decir que los antecedentes y consecuentes de la conducta analizada no se reducen a variables físicas, químicas o biológicas, , sino que el análisis funcional toma en cuenta también los diálogos internos, las estrategias en la solución de problemas, las atribuciones, las respuestas fisiológicas, etc. que contribuyen en el mantenimiento de la conducta. También se acepta que las conductas reportadas por el individuo como problemáticas puedan consistir en actividades encubiertas en las tres modalidades (motoras, cognitivas y fisiológicas).

Cuando se evalúa al organismo, inferimos que las respuestas que da el sujeto son producto de la biología o de la consolidación del aprendizaje en el pasado, mientras que cuando se evalúa la respuesta, se puede comprobar los antecedentes y consecuencias que se producen en ese momento, pudiendo controlar experimentalmente las respuestas. Por esta razón, en este modelo O-R se considera una unidad (Anguiano, 1990).

Las terapias del comportamiento se usan en base al conocimiento previo, tanto general como específico,

relacionado con la anormalidad en cuestión y son muchas las técnicas.

Entre ellas tenemos la desensibilización sistemática, el condicionamiento encubierto, contracondicionamiento, detención del pensamiento y control coverante, sensibilización encubierta, reforzamiento, extinción y modelamiento, reestructuración cognitiva y autoinstrucción, entrenamiento en habilidades de superación, solución de problemas y atribución (Mahoney, cit. En Edelstein y Yoman, 1991).

De esta manera, se espera que siguiendo un enfoque más objetivo y que no involucre tanto las pasiones e intereses del psicólogo, se puede realizar adecuadamente una intervención en áreas aplicadas y aplicables.

3.1. Competencias de reestructuración cognitiva.

Una de las técnicas basadas en el modelo del aprendizaje, que recomendamos en este trabajo es la Reestructuración Cognitiva.

Esta según Gaona y Ramos (1996) se basa en el hecho de que nuestra manera de pensar acerca de personas o cosas influye en nuestra conducta. De esta manera podríamos decir que existe una relación en la que:

- a) Existe primero una relación.
- b) La manera de pensar acerca de esa relación.

c) El sentimiento resultante de ese pensamiento que va a afectar la manera en que se comporta la persona ante la situación.

El propósito con esta técnica radica en identificar los pensamientos omitidos en la relación, los cuales conviene discutir, los pensamientos inadecuados para el funcionamiento de la misma y aquellos que pudieran optimizar la cohesión familiar.

3.2. Solución de problemas.

Así mismo, D'Zurrilla (1993) define a la solución de problemas, que es otra técnica conductual muy efectiva como el proceso conductual sobre comportamiento o cognición para cotejar alternativas de respuesta potencialmente afectivas para afrontar la situación problemática y aumentar la probabilidad de elegir la respuesta efectiva entre las distintas opciones.

Las etapas que la constituyen básicamente son:

1. Orientación del problema.
2. Definición y formulación del conflicto.
3. Elaboración de soluciones alternativas.
4. Toma de decisiones.
5. Implementación y verificación de soluciones.

3.3. Entrenamiento asertivo.

El entrenamiento asertivo podemos definirlo como una técnica que incrementa las habilidades de comunicación social contextualmente aprobadas. Esta elimina progresivamente la ansiedad y permite expresar emociones y sentimientos positivos y negativos en la defensa de los derechos personales, logrando así iniciar mantener y terminar episodios de interacción social (Gaona y Ramos, 1996).

Para complementar esta definición retomamos a Caballo (1990) quien enunció que las conductas asertivas se dividen en dos: conductas verbales y no verbales.

Las conductas verbales mas importantes que determinan a una persona como asertiva son: distancia física durante la interacción, postura, movimientos corporales y de las manos, contacto visual y expresión facial o gesticulación.

Entre las verbales se encuentran: volumen, tono e inflexión de la voz, fluidez, contenido verbal, selección del momento adecuado para emitir la respuesta de aproximación, rechazo y protección.

Para ilustrar los alcances del enfoque conductual en la atención de conflictos de pareja, retomaremos el caso expresado por Llavona y Carrasco (op. cit.) a este mismo respecto.

El caso reportado evidenció que el problema era ocasionado principalmente por la falta de habilidades para resolver sus discrepancias, por lo cual se elaboró un programa de tratamiento sobre la adquisición de nuevas habilidades.

1. Aumento de la frecuencia de las conversaciones.
2. Desarrollo de habilidades de comunicación (entrenamiento asertivo).
3. Desarrollo de métodos de toma de acuerdos y resolución de problemas (solución de problemas y reestructuración cognitiva).

Aunado a esto, se establecieron actividades encaminadas a lograr un incremento de refuerzos para aumentar la tasa de reforzamiento en la pareja.

Antes de aplicar el programa se dio a la pareja una breve explicación de su problema retomando lo realizado en el análisis funcional, se les comentó en qué iba a consistir cada tarea que tenían que realizar y acuerdos sobre la próxima cita.

Una vez que se alcanzaron los objetivos planteados, se llevaron a cabo las sesiones de seguimiento un mes después y a los dos y tres meses, con el fin de obtener información acerca de la evolución del problema de la pareja, así como para el fortalecimiento del proceso de cambio establecido en el tratamiento.



Resultados: Los cambios mostrados por la pareja permitieron determinar que el procedimiento utilizado fue el idóneo para solucionar los problemas que presentaba dicha pareja.

Se considera que el tiempo de duración de la terapia fue poco, pues se solucionaron rápidamente los problemas, pero el que haya un rápido avance va a depender de diversos, tales como el número de áreas deterioradas y el grado de deterioro de esto, y el interés de las personas en solucionar su problemática.

Conclusiones.

Podemos decir que la intervención conductual es la aplicación clínica de principios de aprendizaje establecidos experimentalmente, se emplea casi exclusivamente en los estados clínicos que han producido el aprendizaje. Los conflictos de pareja a este respecto no son la excepción.

El hecho de que los efectos benéficos sean bastante uniformes indica que no son atribuibles a rasgos específicos de las terapias individuales, sino a algún proceso que es común a todos ellos: supuestamente el impacto emocional que tiene el terapeuta en el paciente, pues se cree que aquel es una persona sabia y competente en quien el paciente puede confiar. Pero aparte de esto, podemos afirmar que los conocimientos y la intervención objetiva en técnicas sustentadas en la investigación previa facilitan los logros en el tratamiento.

Hemos visto cómo ha evolucionado la pareja y la forma en la que progresivamente los protagonistas de la misma "los enamorados" toman más control de su relación.

Pasando de unas primeras instancias en donde la elección de la pareja no estaba en sus manos, luego -a otra donde participaban conjuntamente a otros, hasta la idónea en la que el compromiso queda en ellos dos ha sido un salto importante en probabilizarse un logro como tal.

La evolución de otros elementos como la liberación de sus valores, la posibilidad de divorciarse para evitar mayores problemas y la permisividad respecto de la virginidad o no virginidad han otorgado ya una posición diferente a la vida de la pareja.

Obviamente hay condiciones que tienen que sujetarse a un ciclo de vida en la organización familiar: el noviazgo, pasar de este al matrimonio, la integración, la llegada de los hijos, el crecimiento de los mismos, la jubilación, etcétera siguen siendo los factores esenciales que modifican la estructura de la pareja que le dio origen.

Pero lo que no cambia al respecto, es que nosotros como organismos nos comportamos, y como humanos nuestro comportamiento incluye pensamientos.

Dichos pensamientos serán punto matricial de nuestro proceder en la pareja: la identidad de hombre o de mujer en la relación de pareja pudimos apreciarla como un determinante social que influye en cada uno de los instantes que señalamos pueden ser facilitadores de la separación de tal.

La separación suele ser el momento más difícil en la pareja; ya sea durante el noviazgo o en el matrimonio, las consecuencias de incertidumbre, inseguridad, rencor, baja del autoestima, ansiedad, depresión o la que fuere, son parte de ese duelo que se llega a vivir y que habrá que superar.

Lo preferible obviamente, y que fue lo que inspiró este trabajo, es identificar las condiciones facilitadoras de conflicto y aprender a regularlas para evitar los grandes problemas que incomodan a la vida marital.

Es un hecho que al vivir las relaciones de pareja se puede cometer el error de pensar que la pareja es una sola persona, porque esto promueve el que se jalonee a la otra parte a hacer lo que no quiere y/o a soportar la presión que se le ponga encima.

Si analizamos cada elemento facilitador de conflicto familiar, encontraremos que cada uno implica que el intercambio de pensamientos y acciones conforma el logro o el conflicto en la pareja, que no es ni uno sólo ni la suma de dos, sino la integración de.

Así, los valores como posturas que adoptamos respecto de lo deseable y lo no deseable es uno de los principios básicos a conciliar (el sólo concepto del rol femenino y masculino en la relación llega a ser una fuente poderosa de discusiones).

En la planeación de actividades, el ponerse de acuerdo es una buena alternativa que no siempre se toma; si por el contrario hemos de pelear por quién toma las decisiones y si hay o no posibilidades de esparcimiento equitativas en lo individual y como pareja, tal vez facilitemos el rompimiento.

Aprender a definir fronteras asertivamente establecidas y defendidas con las familias de origen puede ser una buena

medida para otorgarse un espacio vital válido. Aunque a veces no son las fronteras sino el tipo de comentarios que se permiten o se toleran los que llevan al distanciamiento. Un obstáculo que puede existir para lograr tal meta se evidencia en los casos en los que la pareja vive en casa de uno de los padres.

No podemos ignorar de ninguna manera la trascendencia de la vida sexual y de todas las implicaciones que llevan a confusiones y problemas. Mosher (1980) fue una fuente que satisfizo en gran medida dicho apartado, ya que se retoma desde la naturaleza de las expectativas de la pareja en la relación, los casos desafortunados de la violación a la mujer en matrimonio (sin existir ese propósito, pero en definición cometiéndola), los problemas orgánicos psicosomáticamente generados (como la anorgasmia basada en cogniciones conflictuadas), las enfermedades venéreas, etcétera que determinan gran parte de la armonía que en la máxima intimidad busca procurarse la pareja.

Otro elemento importante es el de la individualidad de la pareja, que ya vimos que a veces se dificulta respecto de la familia de origen de cada uno, así como de amigos, e incluso en la individualidad que tengan entre si mismos.

La religión, que en gran parte de las ocasiones es hasta el mismo prerrequisito para el establecimiento de la relación de pareja, y que ha de ser el criterio socializador a desarrollar en los hijos. La otra parte de esa crianza y socialización también obliga a la pareja a adoptar una

postura y un estilo de interacción maximizador de experiencias de desarrollo, lo suficientemente equilibrado para permitir hacer sin perder el control de los mismos.

Sobre los gastos suele generarse la mayor presión, por la disposición de los mismos, por quién da más, etcétera, los gastos que han de ser justificados y los que no.

Los celos y la infidelidad tal vez aparezcan como dos de las fuentes de conflicto más emotivamente cargadas y de mayor riesgo; pero no son las únicas, aunque sí de las más dolorosas.

Finalmente, la propuesta aquí definida parece evidenciar en cada uno de estos casos la posibilidad de resultados, puesto que tanto el origen de los criterios facilitadores de los conflictos de pareja, así como su posible previsión se dan en un contexto de aprendizaje.

La evidencia misma de la efectividad de las técnicas se expresa en dichas explicaciones y en el ejemplo mismo aquí mencionado. La posibilidad de probar su mayor efectividad radicará en el ejercicio de las mismas en casos de esta naturaleza.

BIBLIOGRAFÍA:

- ABSI-SEMAAN, ET.AL. (1993): Masculinity and Feminity in Middle Childhood: Developmental and Factor Analyses. Sex Roles, 28(3/4)
- ALVARADO, J.E. y SANCHEZ, L.E. (1997): La evaluación de valores y principios familiares que influyen en las nuevas relaciones de pareja. Tesis, ENEP-I, UNAM.
- ANGUIANO, S.S.A. (1990): "La elaboración de un instrumento de evaluación para la detección de repertorios conductuales en la pareja. Una alternativa cognitivo-conductual". Tesis, ENEP-I, UNAM.
- BALLARD-REISCH, D. Y ELTON, M. (1992): Gender orientation and the Bem Sex Role Inventory: A psychological construct revisited. Sex Roles, 27 (5/6)
- BARONI, C. (1973): La infidelidad: Sus causas profundas. Argentina, Garnica Editor.
- BARUCH, W.D. y MILLER, H. (1984): Amor y comprensión en el matrimonio. México, Pax.
- CABALLO, V.E. (1991): Manual de técnicas de terapia y modificación de conducta. España, Siglo XXI.
- COSTA, M. Y SERRAT, C. (1982): Terapia de parejas. Madrid, Alianza.

- CHAVEZ, R.B. (1987): "Familia y sexualidad en México: Un análisis crítico de la educación sexual infantil". Tesis, ENEP-I, UNAM.
- DATTILIO, F. Y PADESKY, Ch. (1995): Terapia cognitiva con parejas. España, Desclée de Brouwer.
- DEAUX, K. (1985): "Sex and gender". Annual Review of Psychology, 36, 49-54.
- DI BLASIO, F.A. Y BENDA, B.B. (1992): Gender differences in theories of adolescent sexual activity. Sex Roles, 27 (5/6)
- D'ZURRILLA, T.J. (1993): Terapia de resolución de conflictos. España, Desclée de Brouwer.
- EDELSTEIN Y YOMAN (1991): "La entrevista conductual". En: CABALLO, V. Técnicas de modificación de conducta. Madrid, Edit. Siglo XXI,
- FROMM, E. (1975): El Arte De Amar. Mexico, Paidós
- FROMM, E. (1981): La Revolucion De La Esperanza. México, Paidós.
- FROMM, E (1980): Psicoanálisis De Las Sociedades Contemporaneas. México, Fondo de Cultura Económica.

GAONA, L.E. y RAMOS, H.L. (1996): "La toma de decisiones en la relación de pareja a través de un programa interactivo de computación". Tesis, ENEP-I, UNAM.

GONZÁLEZ, C.M. y VALLEJO, B.M.A. (1995): "Estrategia para facilitar la comunicación funcional en las parejas: Una aproximación cognitivo-conductual". Tesis, ENEP-I, UNAM.

GOULD, S.J. Y WEIL, C.E. (1991): Gift-giving roles and gender self concepts. Sex Roles, 24 (9/10)

GURMAN, E.B. Y LONG, K. (1992): Gender orientation and emergent leader behavior. Sex Roles, 27 (7/8), 391-397 pp.

HAPSON, D. Y HAPSON, Ch. (1976): Dos y el amor. México, Laser Mexicana.

HEILMAN, M.E., LUCAS, J.A. Y KAPLOW, S.R. (1990): Self-derogating consequences of sex-based preferential selection: The moderating role of initial self-confidence. Organizational Behavior and Human Decision Processes, Vol 46(2), 202-216 pp

HERNÁNDEZ, H. (1994): La pareja interactuando. México, Botas.

HERRASTI, A.E. (1989): La quinta alternativa. Nuevas perspectivas para la integración de la pareja. México, Joaquín Porrúa.

HILL, W.F. (1985): Teorías del aprendizaje. México, Siglo XXI.

JACKLIN, C.N. (1989): FEMALE AND MALE: ISSUES OF GENDER. AMERICAN PSYCHOLOGIST, 44(2), 127-133.

LUNA, N.H. y MENDEZ, R.I. (1997): "Manual informativo sobre la elección de pareja: Una propuesta que contribuye a la elección objetiva del compañero para la vida en común". Tesis. ENEP-I, UNAM.

LINTON, R. (1990): El fundamento cultural de la personalidad. España, Gedisa.

LÓPEZ, A. (1982): La sexualidad en los antiguos Nahuas. En familia y sociedad en la Nueva España. México, Fondo de Cultura Económica.

OLLAVONA, L. Y CARRASCO, M. (1989): "Tratamientos de un caso de problemas de pareja". En MACIA, A.: Aplicaciones clínicas de la evaluación y modificación de conducta. Edit. Pirámide, España.

MOCTEZUMA. (1985): El Ciclo Vital De La Familia. México, s/ed.

MOSHER, D.L. (1980): "Three dimensions of depth of involvement in human sexual response". Journal of sex research (16), 1-42 pp.

MUSSEN, D. (1985): Psicología del desarrollo. México, Manual Moderno.

NASH, S.CH.: Sex role as a mediator of intellectual functioning. En: WITTIG, M.A. Y PETERSEN, A.C. (1979): Sex-Related Differences In Cognitive Functioning. New York, Academic Press (Academic Press Series In Cognition And Perception), 263-302 Pp.

NICKEL, C. (1987): Psicología de la adolescencia. Madrid. Gedisa.

PICK, DE W.S. (1979): Un Estudio Social-Psicologico De La Planificacion Familiar. Mexico, S. XXI

REVAL, J. (1980): El historiador y los papeles sexuales en familia y sexualidad en la Nueva España. México, Fondo de Cultura Económica.

RIBES, I.E. (1983): Teoría de la conducta. México, Trillas.

RIBES, I.E. (1990): Problemas conceptuales en el análisis del comportamiento humano. México, Trillas.

SIGNORELLA, M.L. (1992): Remembering Gender Related Information. Sex Roles, 27 (3/4)

SOUSTELLE, J. (1982): La vida cotidiana de los aztecas en vísperas de la conquista. México, Fondo de Cultura Económica.

WILEY, M.G. (1992): By your attributions you shall be known:
Consequences of attributional accounts for professional and
gender identities. Sex Roles, 27 (5/6)

WITTIG, M.A. Y PETERSEN, A.C. (1979): Sex-Related Differences
In Cognitive Functioning. New York, Academic Press (Academic
Press Series In Cognition And Perception)