



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA

“FACTORES INVOLUCRADOS EN LA
INFIDELIDAD Y SUS EFECTOS PSICOLÓGICOS
EN LA PAREJA”.

T E S I S

PARA OBTENER EL TÍTULO DE :

LICENCIADO EN PSICOLOGIA

P R E S E N T A :

NORMA ANGÉLICA SOLORIO ALDAVERA



ASESORES:

Mtra. Araceli Silverio Cortes.

Mtra. Margarita Rivera Mendoza.

Mtra. María Guadalupe Aguilera Castro.



Universidad Nacional
Autónoma de México



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.

AGRADECIMIENTO

A MIS PADRES

Que en todo momento confiaron y creyeron en mí, y siempre me proporcionaron lo necesario para salir adelante. Muchísimas gracias por todo, ahora lo demás dependerá de mí aunque seguiré necesitando de ustedes.

A MI MADRE

Por darme la existencia, y que sin su esfuerzo y entrega no hubiese podido lograr todo lo que soy, pues siempre me ha dado lo mejor y me ha acompañado y apoyado en este gran camino de la vida.

A MIS HERMANAS

Con quienes he aprendido muchas cosas y juntas hemos compartido la dicha de ser hermanas.

A MIS GRANDES AMIGAS:

LILIANA y ELSA

Con quienes he compartido bellísimos momentos de mi vida y que siempre han estado presentes cuando yo lo he necesitado. Gracias por ser mis amigas, motivarme y entenderme; apoyándome en este gran ideal.

A MI AMIGO OSCAR

Con quien fui trabajando y aprendiendo todo este gran conocimiento de la psicología y compartiendo diversas fases de nuestra vida, a frontándolas a pesar de las adversidades.

A ERIKA

Por haber confiado en mí y haberme permitido iniciar el ejercicio de mi carrera profesional, pero sobre todo porque se ha convertido en un apoyo mas para mí.

A MIS ASESORAS

ARACELI, MARGARITA Y LUPITA

Quienes me ayudaron a realizar este gran proyecto, compartiendo sus conocimientos y sus experiencias conmigo, dedicándome parte de su tiempo. Gracias.

A LA FES IZTACALA

En donde realicé mi formación profesional y que con gran orgullo puedo decir que estudié en la Universidad Nacional Autónoma de México.

A DIOS

Porque sé que en todo momento ha estado junto a mí y que nunca me ha abandonado a pesar de todo.

A ALGUIEN MUY ESPECIAL

Que en esta última etapa de mi vida ha llegado a ocupar un lugar muy importante en ella. Y que independientemente de la distancia y otras situaciones, ha habido acompañamiento.

Muchísimas Gracias a todos por su apoyo, cariño, amistad y comprensión. A pesar de todo, se que es poco el espacio para poder agradecer a todas y cada una de las personas que me rodean y que han depositado su confianza en mí y han creído en mis logros. Gracias incluso a aquellas personas que han sido muy significativas en mi vida, pero que

por diversas circunstancias hoy en día ya no pudimos compartir este éxito.

Aun sabiendo que no es el fin de algo sino el inicio de mejores oportunidades, todo lo plasmado en este trabajo forma parte de testimonios vivenciales de personas que han estado inmersas en esta temática.

"Lo importante no es lo que suceda sino como lo vivas, es decir que actitud tomes ante tal evento (lo que pienses, lo que sientas y como respondas) y de qué personas estén ahí para apoyarte. Y lo más esencial es la observación, análisis y conceptualización que realices de ti mismo".

BELLA PRESENCIA

Pues si, en efecto
te sigo extrañando
como otras tantas veces,
quisiera tenerte en mis brazos,
y estrecharte fuertemente,
sentir tu piel,
besar tus labios.

Pero al abrir los ojos
descubro el abismo existente entre nosotros,
sé, que la confianza se ha perdido
y la distancia juega con ambos;
pero todos los recuerdos
aún siguen llenando
mi corazón de amor
y mi cabeza de preguntas e ideas;
pero hasta el momento
no he podido descifrar,
si la opción que tomé
fue la ideal

Sé que enfrenté la verdad,
acepté mi postura
pero decidí seguir luchando ante la adversidad

Ante todo esto
hoy, con fortuna puedo decir
que aun me sigues quedando TÚ
y contigo está mi SER.

NSUPY

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO 1. LA RELACIÓN DE PAREJA.....	7
1.1 Antecedentes históricos de la relación de pareja.....	8
1.1.1 Antecedentes de la relación de pareja en México.....	12
1.2 ¿Qué es una relación de pareja?.....	14
1.2.1 La elección de pareja.....	17
1.2.2 La convivencia y estancia juntos dentro de la relación de pareja.....	20
1.3 Conflictos dentro de la relación de pareja.....	26
1.3.1 Crisis de género dentro de la relación de pareja (roles: masculino y femenino).....	31
CAPÍTULO 2. LA INFIDELIDAD.....	38
2.1 Antecedentes de la infidelidad.....	40
2.1.2 Antecedentes históricos de la infidelidad en México.....	41
2.2 ¿Qué es la infidelidad?.....	43
2.3 Causas y factores que provocan que exista infidelidad dentro de la relación de pareja.....	49
2.3.1 Causas de la infidelidad en hombres y mujeres.....	50
2.3.2 Causas de la infidelidad masculina.....	57
2.3.3 Causas de la infidelidad femenina.....	62
CAPÍTULO 3. ACTITUDES HACIA LA INFIDELIDAD.....	67
3.1 Mitos acerca de la infidelidad.....	67
3.2 Funciones de la infidelidad en las relaciones de pareja.....	69
3.3 Actitudes hacia la infidelidad.....	73
3.3.1 Actitudes de la pareja.....	76
3.3.2 Actitudes de la persona infiel.....	81

3.3.2.1	Actitudes del varón infiel.....	81
3.3.2.2	Actitudes de la mujer infiel.....	83
3.3.3.	Actitudes de “el o la amante”.....	85

CAPÍTULO 4. EFECTOS PSICOLÓGICOS DE LA INFIDELIDAD
EN LA RELACIÓN DE PAREJA.....89

4.1	Aspectos favorables de la infidelidad.....	96
4.2	Impactos psicológicos de la infidelidad.....	99
4.2.1	El divorcio como consecuencia de la infidelidad en la relación de pareja.....	103
4.2.2	La depresión como efecto psicológico de la infidelidad.....	106
4.2.3	Los celos como efecto psicológico de la infidelidad.....	108
4.2.4	Efectos psicológicos de la infidelidad en los hijos.....	112
4.3	Intervención en la relación de pareja donde hubo infidelidad desde el enfoque cognitivo-conductual.....	115

METODOLOGÍA120

PROPUESTA DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA.....148

CONCLUSIONES.....153

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....162

ANEXOS.....168

RESUMEN

La relación de pareja es importante en la vida del ser humano, porque en ella demuestra sentimientos de afecto que le permiten lograr una identidad personal y satisface sus necesidades de seguridad, confianza, y afecto, tanto como las de orden sexual.

Actualmente se han generado cambios en el rol de cada miembro de la pareja, lo que ha originado ajustes y desajustes en la vida cotidiana y en la misma relación; creando áreas de conflicto en sus integrantes.

El objetivo de esta tesis experimental es identificar que factores provocan infidelidad dentro de la relación de pareja y describir los efectos psicológicos causados en la relación, para proponer alternativas que establezcan una relación de pareja mas eficaz. Para lo cual se aplicaron 62 cuestionarios (31 hombres y 31 mujeres) con edades comprendidas entre los 25 y los 45 años, que quisieran participar de manera voluntaria, tuvieran una relación formal (es decir que vivieran en unión libre o estuvieran casados) sin importar cuantos años llevaran viviendo juntos,.

Se encontró que la falta de amor, la falta de comunicación, la rutina, el desinterés, la búsqueda de un contenido emocional –como: amor, cariño, compañía- y el buscar tener relaciones sexuales; son algunas causas de la infidelidad en la relación de pareja.

Además de que los hombres son mas infieles y les es mas fácil serlo y en cambio a las mujeres la infidelidad las daña mas. Como aspectos positivos de la infidelidad se encontró que sirve como distracción, la relación puede sobrevivir si hay comunicación y acuerdos y sirve para valorar a la pareja. Tiene como aspectos negativos que destruye la relación de pareja, es una problemática, provoca el rompimiento de la relación, deteriora la confianza, y que la pareja debería de separarse y terminar en divorcio.

Los efectos psicológicos que causa la infidelidad son: dolor, depresión, humillación, coraje, resentimiento, infecciones, celos, venganza, confusión, impotencia, SIDA, divorcio, soledad, desconfianza, ira, baja autoestima, sentimientos de culpa. Además de depresión, celos y/o conflictos psicológicos en los hijos.

La importancia de esta investigación consistió en aclarar que los estereotipos sexuales tradicionales, no deberían justificar la infidelidad dentro de la relación de pareja. Puesto que existen muchos factores que provocarán que haya infidelidad dentro de una relación generando actitudes positivas o negativas en las personas implicadas.

Por lo que se propone una intervención psicoterapéutica en la relación de pareja, desde el enfoque Cognitivo-Conductual a nivel preventivo o sucesiva a una infidelidad, pues es importante prevenir o conocer la diversidad de factores psicológicos ocasionados, en las ideas, pensamientos, emociones y conductas de las personas que lo vivieron o sospechan de su existencia.

INTRODUCCIÓN

El concepto de pareja es muy amplio, sin embargo, en sentido estricto se refiere al conjunto de dos personas que tienen alguna correlación entre sí. Cuya unión puede establecerse por vínculos sexuales o afectivos, o por ambos. Una relación de pareja es una parte primordial en la vida del ser humano.

La base actual de casi todas las parejas es el enamoramiento. El enamoramiento es una emoción y tiene un fuerte componente de pasión, afecto, ternura, sexo. Por eso uno de los principales objetivos de la pareja hoy en día es hacerse la vida agradable. Pero una emoción es pasajera, está sometida a la ley de la habituación. Se sabe que el enamoramiento se pasa y muchas parejas, basadas solamente en esa emoción se disuelven. Sin embargo, el amor apasionado de los comienzos de la relación, es una vía inmejorable para conseguir mantener unida a la pareja.

Para ello es preciso desarrollar la intimidad y la aprobación. Intimidad supone abrirse y contar cosas que en otras circunstancias podrían usarse en contra y recibir aceptación por parte del otro. Cuando se está enamorado se pone una persona, completamente en manos de su pareja y de esta forma construye la intimidad. En cuanto a la aprobación es importante aceptar a la persona con la cual se vive a pesar de que tenga comportamientos no deseados.

También deciden compartir más cosas con el otro y se van comprometiendo ante la sociedad, se guarda fidelidad, se comparte el tiempo, se comparten bienes materiales, entre otros. Finalmente se adquiere un compromiso de vida en común, que puede estar o no justificado socialmente. Se construye así el compromiso que es la decisión de permanecer en la relación pese a los problemas que vayan surgiendo y luchando con todas las fuerzas posibles para resolverlos.

Según se van compartiendo cosas, se tiene que tener un método para tomar decisiones y se establece una estructura de poder, que puede ser más o menos democrática, pero siempre aceptada por los dos. La toma de decisiones es una de las fuentes de conflicto importantes en la pareja.

Para tener intimidad, para tomar decisiones, y para convivir es preciso saber comunicarse, escucharse y respetarse; y también para resolver los problemas. La capacidad de comunicarse y de resolver los conflictos es fundamental para la continuidad de la pareja.

Otro aspecto muy importante es el apoyo mutuo. Se crea en la fórmula de estar juntos en la salud y la enfermedad, en las alegrías y en las tristezas. El otro, es el principal sostén ante las dificultades, las amenazas de la vida y el apoyo; en el desarrollo personal y social.

Las áreas de conflicto afectan a todos los componentes que se han listado de la estructura de la pareja como: el poder (responsabilidades de quien se encarga de hacer las cosas y quien decide lo que hay que hacer), la intimidad, la pasión, el afecto, la sexualidad, la comunicación.

En algunas circunstancias las parejas, aunque no sean felices, se adaptan y no surgen los conflictos, estos aparecen cuando se dan circunstancias importantes de cambio, es decir, situaciones estresantes como: Cambios laborales tanto negativos como positivos: paro, ascensos; la jubilación; diversas enfermedades; Problemas económicos, La paternidad/ maternidad, Cuando los hijos se van de casa o simplemente crecen y dejan más tiempo libre a la pareja o la Infidelidad.

Sin una comunicación adecuada y sin esforzarse por mantener la relación amorosa, la pareja corre el riesgo de convertirse en "personas extrañas", es decir, viven juntos y en la misma casa pero no saben que está pasando con el otro (a), qué quiere, qué siente, qué piensa, y/o qué desea. Situación que ha sido confirmada por los estudios realizados por Walster, Traupman y Walters (1978, cit. en *Bonilla, 1993*), pues comentan que las probabilidades de que se presente la

infidelidad están directamente asociadas, a los beneficios que obtiene una persona en su matrimonio o relación formal.

La aparición de la infidelidad como una situación crítica en la pareja puede ser precipitada por una multitud de hechos, por ejemplo: un sistema de normas inadecuado dentro de la relación, una comunicación disfuncional entre ambos cónyuges, la falta de responsabilidad afectiva de los cónyuges, la necesidad de afecto, los diferentes niveles intelectuales, una sexualidad disfuncional, el deseo de buscar algo novedoso, la necesidad de comprensión o por satisfacción personal. Pero este hecho tiene raíces históricas que se han venido transmitiendo de generación en generación.

Whiterhurst (en *Strean, 1992*) afirma que el fenómeno de la infidelidad puede considerarse fácilmente como un inconveniente sociocultural con una alta probabilidad de involucración para muchos sujetos, ya sea como un problema en la relación de pareja o en la personalidad del sujeto que es infiel (puesto que la persona al involucrarse de manera más íntima en la relación extramarital, le será difícil decidirse por alguno de los dos individuos, ocasionándole desestabilidad emocional y actitudinal). De manera general la infidelidad podría conceptualizarse como una relación entre una persona y alguna otra que no es su esposo(a) o pareja estable, y que provoca un impacto en el nivel de intimidad, un distanciamiento emocional y desestabilidad en la relación.

La infidelidad podría decirse que en algunas ocasiones es multicausal pues tanto hombres como mujeres tienen diversos motivos por los cuales deciden ser infieles, y en ocasiones culpan o responsabilizan a su pareja de tal conducta. Por lo que habrá diversas actitudes de respuesta ante tal evento y los efectos psicológicos ocasionados, también serán diversos. Y por tal razón se vuelve de vital importancia que la pareja –y los hijos, si es que tienen- sean partícipes de una terapia psicológica.

Pues todos estos posibles resultados de la infidelidad, ya sea positivos y/o negativos –dependiendo de la reacción de cada integrante de la pareja -, son fuentes de estrés que exigen a los componentes de la relación poner en marcha sus habilidades de comunicación y de resolución de conflictos, además de la motivación para mantenerse juntos y la capacidad de reconocer las debilidades delante del otro y que el otro las reciba sin castigarlas.

De esta forma, la terapia Cognitivo-Conductual se ha caracterizado históricamente por el énfasis que pone en la evaluación, pues es justamente sobre esa base que se definen las conductas meta, se programan los procedimientos de cambio y se valora el éxito terapéutico. Ahora bien si en ambos integrantes de la pareja después de haber vivido una infidelidad, existe la disposición de trabajar sobre su relación para lograr un cambio, pueden considerar una nueva oportunidad de corregir conductas inconvenientes y reiniciar su relación sobre nuevas bases, negociaciones y expectativas. Y ante la infidelidad es importante trabajar con los sentimientos que se derivan de este hecho, en cada una de las personas, como: el resentimiento, la culpa, la desconfianza y la venganza.

Muchos serían los motivos de abordaje, estudio e investigación para este tema, pero el presente trabajo tiene como objetivo principal identificar que factores provocan infidelidad dentro de la relación de pareja y describir los efectos psicológicos causados en la relación, para proponer alternativas que formen una relación de pareja mas eficaz. Y como objetivos específicos:

1. Describir cuáles son las causas que provocan la infidelidad.
2. Conocer cuál es la actitud de los hombres y de las mujeres hacia la infidelidad.
3. Identificar las consecuencias psicológicas que origina la infidelidad.
4. Proporcionar alternativas que induzcan una relación de pareja funcional, en donde alguno de los dos cónyuges haya sido infiel.

Para lograr el cometido propuesto, este trabajo consta de cinco capítulos que se presentan de la siguiente manera:

- En el capítulo uno se revisará la relación de pareja, comenzando con los antecedentes históricos de la relación, el concepto de la relación de pareja el como y el porqué se realiza la elección de la misma, y que conflictos se producen, resaltando como punto importante de este apartado la influencia sociocultural de la inequidad de género en los roles; con el fin de explicar como se origina una pareja desde el comienzo de la historia de la humanidad, definiendo claramente lo que implica una relación de pareja y las influencias psicosocioculturales que la rodean, provocando algunos conflictos en ella.
- En el capítulo dos se representa lo que es la infidelidad; analizando sus antecedentes históricos, el significado de tal conducta, las causas y factores que llevan a hombres y a mujeres a ser infieles; permitiendo con ello identificar los factores de riesgo que se adherirían a la existencia de infidelidad en una relación de pareja.
- En el capítulo tres se abordan las diversas actitudes hacia la conducta de infidelidad, comenzando con los mitos que giran en torno a ella, las funciones que puede cubrir dentro de la relación de pareja y las actitudes que tienen las personas involucradas: la pareja, la persona infiel, y el o la amante.
- En el capítulo cuatro se analizan los efectos psicológicos que ocasiona la infidelidad en la relación de pareja; revisando los aspectos favorables y desfavorables de la infidelidad, el divorcio, la depresión y los celos como consecuencia psicológica de la infidelidad y por último el impacto psicológico de la infidelidad en los hijos. Y por último se describe la

intervención psicoterapéutica desde el enfoque Cognitivo-Conductual para trabajar en las relaciones de pareja donde existió infidelidad.

- En el siguiente apartado se realiza el desarrollo de la metodología efectuada para la investigación.
- Finalmente se escribe la propuesta de intervención psicológica y las conclusiones.

CAPÍTULO 1

LA RELACIÓN DE PAREJA

A partir de la adolescencia las relaciones entre hombres y mujeres se convierten en una de las mas fuertes vinculaciones. La selección de pareja se hace voluntariamente y las responsabilidades de esta unión recaen en ambos participantes. La mayor parte de las parejas afirman que la base de la elección radica en estar “enamorado” y a su vez, participan elementos como : apariencia física, costumbres, capacidades intelectuales y afectivas, valores, gustos, preferencias, entre otras. Y una vez hecha la selección los miembros de la pareja se enfrentarán al hecho de adaptarse a un nuevo estilo de vida y compartir situaciones agradables o desagradables que les sucedan.

Cuando dos personas deciden formar una relación de pareja, podría decirse que inician una vida en común, pues ambos buscan llenar expectativas y lograr objetivos comunes, en donde cada uno intentará satisfacer las necesidades emocionales, sexuales y psicológicas del otro.

Arellano (1995) menciona que la relación de pareja es un factor de gran importancia para la estabilidad emocional tanto de los propios miembros que la integran como de los hijos; tomando en cuenta el entorno social del que son y forman parte o en el cual viven. Para considerar lo que es una relación de pareja, es importante saber qué antecedentes y cómo se ha conceptualizado a través del tiempo, pues muchas pautas del comportamiento actual tienen raíces históricas, y se han transmitido de generación en generación.

11 ANTECEDENTES HISTÓRICOS EN LA RELACIÓN DE PAREJA

Los individuos pueden unirse y vivir en pareja por metas políticas, económicas, sociales, psicológicas, para tratar de compartir el trabajo, los recursos, la compañía y la cercanía. Es importante entender los rasgos mas sobresalientes que aparecieron en torno a la relación de pareja en las principales culturas antiguas, pues han proporcionado gran influencia en las relaciones de la cultura occidental, por ejemplo, *Rage (1996)* y *Tordjman (1999)* mencionan que:

- a) En la *cultura Griega* la atención se centraba en el varón, sin embargo la mujer ocupaba un puesto alto en la civilización. Existiendo dos clases de mujeres: la madre-esposa y la cortesana, ambas muy respetadas en su ámbito. Aceptaban la bisexualidad en la persona. El matrimonio griego era monogámico y se realizaba después de un breve noviazgo. La poligamia se consideraba antihelénica. Además se esperaba fidelidad de la mujer. Las leyes del divorcio eran simples, puesto que el esposo podía divorciarse por varias causas (el adulterio, incompatibilidad de caracteres y la esterilidad).

- b) En la *cultura Romana* existieron dos principales formas de matrimonio (De iustae nuptiae y La Manus; con sus tres formas: usus, confarreatio y coemptio). El matrimonio era monógamo y exigía fidelidad de parte de la mujer. El adulterio de la mujer era castigado severamente por el código patricio, ya que esta conducta invalidaba la herencia legítima de la propiedad. Los aristócratas romanos apreciaban la virginidad en las patricias, y en las clases inferiores existía la libertad para cohabitar con cualquiera –por deseo o por dinero-. El hombre tenía mucha mas libertad que la mujer, ya que tanto el soltero como el casado podían tener vida sexual propia, la limitación era “no seducir a la mujer de otro”. La

prostitución estaba muy difundida y la sociedad romana la aceptaba; de esta manera grandes pensadores sostuvieron que era una necesidad.

- c) En la *cultura China* la organización de la familia era monogámica, pero practicaban también la poligamia -situación que duró hasta antes de la revolución China, en donde la mitad de los varones tenían al menos dos mujeres-. Las mujeres estaban devaluadas, los padres vendían a sus hijas al mejor precio, realizándose la venta en muchos de los casos desde cinco o seis años antes del matrimonio para no tener que alimentar una boca más, y la novia se iba a vivir con los futuros suegros. La mujer tenía que trabajar fuertemente con su marido, y le debía absoluta sumisión a los suegros. Cuando una hija no se casaba, con frecuencia era dedicada a la prostitución.

Después de la revolución China del siglo XX hubo un cambio profundo en las costumbres familiares, se implantó la igualdad entre el hombre y la mujer, se descartó el erotismo puro y se rechazó la noción de “mujer-objeto”. Se buscó que los jóvenes de ambos sexos fueran productivos y se estipuló la edad de 30 años para casarse; las reformas actualmente suponen: igualdad de derechos, seriedad en el compromiso, y solidez en los vínculos conyugales. Consideran al amor conyugal como un bien social y un elemento de estabilidad.

- d) En *la India* no existió la dicotomía entre sexo y religión. La sexualidad tenía fines religiosos. No les preocupaban las relaciones sexuales prematrimoniales, pero debían ser dentro de la tribu. Generalmente el matrimonio era monógamo aunque vivían algunas tribus polígamas. Existía un antiguo temor entre los hindúes a morir sin hijos, por lo que uno de los valores más importantes era la descendencia.

Actualmente en la clase alta, el matrimonio es monógamo; y sólo cuando la mujer es estéril o no ha podido tener un hijo, se le permite tener al hombre otra mujer.

e) En *Japón* tanto en la antigüedad, como actualmente, la familia es monógama, pero la mujer permanece sometida al jefe de la familia, que no es necesariamente el esposo. El divorcio está legalmente aceptado, pero la mujer no se atreve a pedirlo; se suele usar el “repudio” a la mujer, por los suegros, que se angustian por no tener nietos. La mujer guarda silencio cuando habla su marido, y en la provincia las mujeres caminan detrás de sus esposos.

f) En *los Países Árabes* las costumbres que regulan la relación de pareja siguen sustentándose como en la antigüedad; por ejemplo el Corán dice que los hombres son superiores a las mujeres; se considera a la mujer como objeto de placer y la que trae a los hijos al mundo; su virginidad es muy importante y por eso se le encierra desde su infancia. La mujer siempre permanecerá bajo el dominio del hombre (padre o esposo); en la mayoría de los casos los padres deciden el matrimonio de las hijas y es frecuente que la mujer conozca al que va a ser su marido hasta el momento de la boda, después de haber pagado una dote por ella.

Actualmente la poligamia está legalmente aceptada, el Corán permite cuatro mujeres legítimas y un número ilimitado de concubinas. La mujer es dueña absoluta dentro de las paredes de su casa, pero no fuera de ellas; los hijos no le pertenecen, casi no posee ningún derecho legal, puede ser repudiada, pero no puede pedir el divorcio.

Estas culturas fueron sentando las bases para el establecimiento de las actuales relaciones de pareja –proporcionando modos de actuar y comportarse, entre hombres y mujeres -. Así tenemos los inicios de las relaciones de pareja

monogámicas y poligámicas, y el hecho de desvalorizar a la mujer teniendo el hombre un mayor valor ante la sociedad, así como mas libertades.

Ahora bien, es importante mencionar que muchas de las formas de relación de pareja que se mantienen en la actualidad (el noviazgo, el matrimonio, la unión libre, la poligamia) tuvieron su origen en los comienzos de la humanidad y a través del tiempo han ido evolucionando en algunos sentidos y en otros no. Así por ejemplo *Rage (1996)*, describe que:

1. En la *época nómada* de la humanidad la organización social era un matriarcado y la herencia, la organización familiar, el rango dependían de la madre y sus parientes. En el pasado remoto se vivía en promiscuidad. Los vínculos familiares se inician en la edad de las cavernas, mas de 200,000 años atrás. El hombre ignoraba su participación en la reproducción de la especie; por eso las familias eran matrilineales. Hace 8,000 años aparece la agricultura, el hombre se vuelve pastor y se reconoce como padre, con lo cual cambia la organización de la familia que de matriarcal se convierte en patriarcal.

En el patriarcado la mujer se convierte en un bien primero del padre, después del marido y por último del hijo. El hombre es quien da forma a la sociedad y las fuerzas sociales ocurren para anclar a las mujeres al hogar, circunscribirlas a la familia y prohibirles que se muestren a los extraños; de esta manera, se aprisionan de su libertad (*Rodríguez, 2000*).

2. En el *“matrimonio por grupos”*: los miembros de la tribu se consideraban hermanos entre sí. Por tanto no podían contraer matrimonio con las mujeres del mismo clan, por considerarlo como incesto.

3. El “*matrimonio por raptó*” surge por las guerras, volviéndose la primera forma de matrimonio en la que un hombre toma a una mujer. Y la mujer era considerada como botín de guerra.
4. El “*matrimonio por compra*”: que es en donde se consolida la monogamia. Pues el hombre elegía a la mujer que deseaba para madre de sus hijos, pagando la cantidad que le indicaran.
5. El “*matrimonio consensual*” que es donde se da la manifestación libre de voluntades entre un hombre y una mujer para constituir un estado de vida de ayuda mutua e iniciar una relación de pareja, en función de conservar la especie y de que pueda ser permanente. Por lo que este tipo de matrimonio se convierte en plataforma del actual.

Es posible observar que todos estos tipos de uniones lograron conformar lo que es actualmente una relación de pareja formal, que ha llegado a tener características y conductas propias, que llevarán a los individuos que la integran a tener comportamientos ajustados a la relación, considerando la época y el lugar en donde se sitúen.

Las parejas mexicanas no han sido la excepción y han tenido también una evolución histórica que ha cimentado las bases de las relaciones de pareja actuales. Puntos que se revisarán en el siguiente apartado.

1.1.1 ANTECEDENTES DE LA RELACIÓN DE PAREJA EN MÉXICO

En nuestro país, la relación de pareja ha tenido la siguiente evolución, según *Montaño y Neria (1994)*:

- ∞ En la *época prehispánica* se practicaba la monogamia y la poligamia aunque esta última era exclusiva para los guerreros distinguidos, quienes

contribuían al crecimiento y mantenimiento económico de la población, teniendo la mujer prohibida la participación en tales actividades. Las relaciones sexuales eran reconocidas y aceptadas como una necesidad vital de los seres humanos – y la mujer tenía como función fundamental dedicarse a las labores domésticas, evitar la búsqueda de satisfacción sexual con otro hombre y evadir el adulterio -.

- ⊖ En la *época de la colonia* de igual manera, la poligamia era permitida para los hombres, siempre que éstos fueran discretos. La mujer debía ser fiel a un solo hombre para entregarse virgen a él. Al introducirse las ideas religiosas, morales y culturales de los españoles, el papel de la mujer fue de simple objeto y de servicio sexual.
- ⊖ En la *época independiente* el rol de la mujer continuó siendo de servicio para el hombre tanto en labores domésticas, la crianza de los hijos y como objeto sexual; conductas que conformaron el antecedente del machismo, en donde la mujer tenía que permanecer en casa, no tener derechos y obedecer, siendo esto un legado de los españoles.
- ⊖ En la *actualidad* los roles tradicionales están sufriendo algunas modificaciones, en donde el papel de la mujer ya no se limita a los quehaceres del hogar y el hombre ha empezado a colaborar en las labores domésticas. Pero al ser constantemente hostigados y estimulados por los medios de comunicación hacia la búsqueda del placer, infinidad de parejas piensan y están convencidas de que fuera del matrimonio encontrarán mas gratificación que adentro.

Estos antecedentes han generado que en nuestro país se mantenga una actitud tradicionalista difícil de modificar, dentro de la relación de pareja, pues en el caso de los hombres muchas de las veces se les siguen dando mas libertades,

mayores derechos que las mujeres y menores responsabilidades con los hijos, por citar algunas diferencias que aún persisten. Así, considerando estos antecedentes, se proseguirá con la definición y caracterización de la relación de pareja.

12. ¿QUÉ ES UNA RELACIÓN DE PAREJA ?

La pareja es mas que una relación entre dos personas dentro de un determinado contexto social, las relaciones de pareja se convierten en un elemento esencial para la conservación de la sociedad y en un factor fundamental en el desarrollo humano de toda persona, desde su nacimiento hasta la muerte. En ella influyen una variedad de factores psicosociales, que a su vez intervienen en cada uno de los miembros de la pareja haciendo que esa relación sea compleja y multivariada.

Con una escala de valores más maduros o al contar con un mayor cúmulo de experiencias y conocimientos, al unirse una pareja se puede desear sabiduría, ejemplo y guía intelectual, comunicación y amistad, valores éticos y estéticos o erotismo maduro (*Ocampo y Valdez, 2000*).

Así *Gorjón (1995)* menciona que es necesario que exista en la pareja una relación humana intensa y auténtica para enriquecerse con los valores de la comunicación.

Souza y Machorro (1996) señalan que una relación de pareja compromete a dos sujetos de similar condición que dan y reciben estímulos iguales, siendo individuos diferenciados, con funciones dependientes uno de otro, y cuyo vínculo requiere de compatibilidad y comunicación.

Durante el inicio de una relación el cortejo entre un hombre y una mujer genera el desarrollo de la relación de pareja, en donde cada uno lleva a la relación su propio sistema de valores, sus características temperamentales y personales, su capacidad para amar, para negociar, dar y compartir.

En esta relación recién iniciada, a su vez, cada uno tiene sus propias necesidades y expectativas con respecto a la otra, basan su relación en los sentimientos y buscan que su pareja supla todo aquello que les hace falta, aun muchas veces sin saber de que carecen (*Bornstein y Bornstein, 1992*).

Por otra parte, *Diez y Rodríguez (1991)* mencionan que es importante que el periodo de cortejo dure el tiempo suficiente para que ambos miembros de la pareja se den cuenta, si en realidad de quien están enamorados es la persona que va a satisfacer sus requerimientos, ya que en muchos de los casos esto es solo una utopía y al vivir juntos se inician algunas situaciones complejas como desacuerdos constantes, dificultad para negociar, bajo nivel de tolerancia, o el incumplimiento de expectativas.

Después del cortejo, llega el noviazgo en donde se ofrece la oportunidad de profundizar en un conocimiento mutuo que asegure la convivencia futura entre ambos miembros. Los jóvenes llegan a enamorarse o interesarse eróticamente por otras personas. El noviazgo es, la creación de un compromiso previo al matrimonio entre dos personas que se sienten interesadas física y psicológicamente una por la otra (iniciándose un conocimiento mutuo) (*Rage, 1997*).

De esta forma al comenzar una relación de pareja, *Macia y Mendez (1993)*, señalan que se suele dar una atracción inicial mutua, debido al poco conocimiento de la conducta del otro y al intercambio de refuerzos, que al principio es muy elevado porque la pareja:

1. Solo interacciona en un marco restrictivo, ya que normalmente se ven pocas horas al día y/o los fines de semana en situaciones agradables para ambos como: tomar una copa, bailar en la discoteca, salir de paseo, ir al cine, entre otras.
2. No tienen que tomar decisiones importantes, al revés de las parejas estabilizadas que deben decidir con frecuencia sobre cuestiones financieras de educación de los hijos, los ingresos y los egresos, los conflictos con la familia política, por citar algunos.
3. Experimenta la novedad de la comunicación sexual, lo cual es un elemento muy gratificante.
4. Se idealiza al otro y la futura vida en común, creándose expectativas de refuerzo exageradas.

Por todo lo anterior desde el enfoque cognitivo-conductual la definición de pareja sería: la relación entre dos personas, que se establece y mantiene en base al tipo de reforzamiento otorgado y recibido por parte de uno de los integrantes al otro; y en cuanto a los conflictos que puedan presentarse se provocan por el poco reforzamiento recibido, castigos negativos o presencia de conductas desagradables que se presenta en los miembros de la pareja (*Caballo, 1991*).

En una relación las dos personas buscan adaptarse a un nuevo estilo de vida al vivir juntos y compartir situaciones agradables (como: respeto mutuo, comprensión, apoyo, ayuda, complementación, solidaridad, fidelidad, confianza, entre otras) y aunque no sea reconocido, también situaciones desagradables, (como: celos, infidelidad, desconfianza, deshonestidad, engaños) que les sucedan, tomando como principal punto de apoyo la comunicación entre ellos.

Concepto que será retomado como el eje principal de este trabajo para señalar lo que significa la relación de pareja.

Es entonces cuando la elección de pareja, se convierte en un paso muy significativo, que ayudará a que la unión funcione o no funcione. Y en ocasiones esta elección se realizará de forma inadecuada debido a las primeras impresiones que una persona tuvo de la otra, sin tomar en cuenta otros aspectos. Pudiendo generar desde entonces el inicio de inconformidades entre ambos miembros de la pareja, que darían pauta al surgimiento de conflictos o desacuerdos.

12.1 LA ELECCIÓN DE PAREJA

En una relación de pareja, de acuerdo con *Aguilar y Gutiérrez (1995)*, la elección del compañero(a) se hace de manera voluntaria, bajo la responsabilidad de cada individuo. Por lo que con ello se esperaría una relación funcional en donde ambas personas se comprometan en la tarea de convivir y permanecer juntos, dispuestos a que la relación sea duradera; solucionando las dificultades que aparezcan, invirtiendo constantemente tiempo y energía para tomar decisiones compartidas.

En la casi totalidad de los varones, el primer impulso que los guía en su elección de pareja es la atracción física. Difícilmente un hombre se sentirá inclinado a entablar una relación emotiva y sexual con una mujer en la cual no halle cualidades de atracción meramente física. Por otra parte, la mayoría de las mujeres, viviendo en el seno de una sociedad que reprime mas su sexualidad, a diferencia del varón, basan los motivos de su elección en cualidades de la personalidad de su posible pareja, bastante apartadas de la apariencia externa. En este sentido, la mujer aparentemente parece ser mas selectiva y consciente que el hombre.

El interés cada vez mayor que se ha puesto para investigar el sistema matrimonial y la relación de pareja responde a una necesidad actual; las diferencias o congruencias entre los cónyuges acerca de sus expectativas, la ejecución de roles, la propia imagen percibida, la comunicación y los valores son componentes básicos para lograr interrelaciones constructivas, funcionales y satisfactorias (*Ocampo y Valdez, 2000*).

Uno de los aspectos más importantes en toda relación de pareja es sin duda el proceso de atracción interpersonal, que posiblemente es el motor para elegir a la persona idónea con quien se compartirá una parte importante de la vida. En la actualidad, la elección de pareja se muestra como una manifestación libre de voluntades, que se lleva a cabo para construir un estado permanente de vida y en algunos casos perpetuar la especie –aunque actualmente tal vez ya no sea un objetivo tan esencial-.

En algunas investigaciones se ha encontrado que uno de los componentes que influyen en la satisfacción marital es la percepción de atracción, definida por *Montoya (1992)* como la diferencia entre lo real (lo que gusta) y lo ideal (lo que gustaría) de la pareja. A su vez *Díez y Rodríguez (1991)* señalan que la distancia entre las características ideales y reales determina el grado en que una persona está satisfecha con su pareja actual.

Se puede presuponer luego entonces, que la percepción de la pareja dentro del matrimonio o de una relación estable estará favorecida y se sentirá mas satisfactoria en la medida en que la distancia de la percepción real e ideal sea más corta (*Pick, Díaz-Loving y Andrade, 1988*), es decir que las ideas y pensamientos que tenga uno de los integrantes de la pareja se parezcan a algunas pautas de comportamiento que está viviendo con su compañero (a).

De esta manera *Ocampo y Valdez (2000)* evaluaron las expectativas y percepciones que las personas tienen de lo que sería una pareja ideal y las

características que describen de su pareja real, siendo los hombres quienes perciben y conciben como más importantes las conductas necesarias para el funcionamiento mecánico del matrimonio (obligaciones y deberes), a su vez las mujeres consideran más importantes las conductas afectivas (cuestiones más emocionales) para el funcionamiento de la relación.

Considerando entonces que algunos de los aspectos principales que se deben tomar en cuenta para elegir una pareja serían, según *Gorjón (1995)*, *Sánchez y Brown (1996)*:

- Haber alcanzado un grado de madurez física y psicológica, aceptando la responsabilidad y el compromiso de llevar una vida en común.
- Tener aptitudes e intereses comunes que ayudarán a que se dé una mejor flexibilidad de las relaciones interpersonales, es decir, se complementen el uno con el otro existiendo negociaciones y acuerdos.
- Reconocer las creencias afines entre los miembros de la pareja, pudiendo encontrar mayor estimulación en la relación y otorgando tiempo a su relación.
- Disponer de antecedentes educativos y culturales semejantes, generando comunicación satisfactoria que mantenga la relación.
- Contemplar expectativas semejantes, tanto del plan de vida como económicas.
- Disponer de una actitud semejante con respecto a la vida sexual.
- Situar la relación que se tendrá con la familia política, fijando los límites entre la pareja y sus respectivas familias de origen.

De alguna manera, los factores de atracción para la elección de la pareja se clasifican, según (*Lemaire, 1990, Gilbert y Shmikler, 2000*) en:

1. *Física*. Se habla de sentir atracción física hacia una persona e incluye todo lo que se desea que la pareja tenga en aspecto físico. Por ejemplo: la

edad, estructura corporal, color de piel, rasgos faciales, estatura, arreglo físico, entre otras.

2. *Intelectual.* Lo característico de esta atracción es que la actividad que se realiza es de interés para ambos, en algunos de los casos y en otros, uno de los miembros se interesa por lo que el otro está haciendo y pueden compartirse mutuamente. Los miembros de la pareja podrían compartir: actividades, conocimientos, ideología y/o metas a corto o a largo plazo.
3. *Afectiva.* Se refiere al vínculo emocional o sentimental que existe en una pareja y que se manifiesta con la transmisión adecuada del mensaje afectuoso ya sea de forma física, escrita o verbal.

Como consecuencia de todas estas actitudes, el elegir a una pareja es un proceso complejo, en donde los elementos personales y psicosociales, serán factores que determinen el avance o retroceso en la relación.

Por lo que al haber realizado la elección de pareja, de cierta manera inicia todo un juego azaroso, en donde la convivencia y estancia juntos definirán el progreso positivo o negativo en la relación.

12.2. LA CONVIVENCIA Y ESTANCIA JUNTOS DENTRO DE LA RELACIÓN DE PAREJA.

La vida en pareja es un continuo proceso de aprendizaje acerca de la propia persona y del compañero. Pues se generan nuevas pautas de comportamiento que le permitirá a cada persona un desarrollo, un conocimiento, un valor que lo llevarán a que haga lo mismo con su pareja.

La frase “Hasta que la muerte nos separe” es lo que las leyes, la religión y la sociedad esperarían de la vida conyugal en pareja, es decir, continuidad y permanencia en la relación (*Sakruka, 1995*). Surgen en este momento dos interrogantes ¿De qué depende realmente que la pareja perdure en una relación hasta que la muerte los separe? ¿A qué muerte en realidad se referirá la sociedad?, porque hay que reconocer que existe la muerte física que separa en la realidad a la pareja pero también existe otro tipo de muerte, que es igual de impactante y se refiere a la muerte emocional, es decir, a dejar de sentir y pensar en el otro cuando se está con una tercera persona.

La pareja al casarse considera a la relación matrimonial como un contrato individual, es decir, un conjunto de expectativas y promesas reales e ideales. Entendiéndose por contrato individual, los conceptos expresados e implícitos, que posee una persona con respecto a sus obligaciones conyugales y a los beneficios que espera obtener del matrimonio en general y de su esposo en particular, pero subrayando por encima de todo, el aspecto recíproco de este contrato. Es decir lo que cada cónyuge espera dar al otro y recibir de él, a cambio de lo otorgado, los cuales constituyen elementos decisivos para la consolidación de la relación (*Sakruka, 1995 y Van Pelt, 1991*).

García y González (1996) señalan que la conducta de ambos miembros de la pareja se pueden dividir en tres categorías:

1. Parámetros basados en expectativas puestas en el matrimonio, en donde cada persona se casa con ciertos propósitos y objetivos específicos respecto a la relación.
2. Parámetros basados en necesidades biológicas, en donde, algunas necesidades individuales son de origen biológico en tanto que otras nacen del ambiente familiar y del medio cultural total; todos ellos influyen en las expectativas puestas en la relación marital.

3. Parámetros que son focos externos de problemas originados en las categorías anteriores y los conflictos mas frecuentes se encuentran en ellas.

De acuerdo con estos autores las expectativas puestas en el matrimonio incluyen la fidelidad, la exclusividad, el apoyo y la felicidad.

En ocasiones la pareja debe poseer la capacidad para establecer un vínculo duradero, caracterizado por una profunda aceptación del compañero y de uno mismo, y de las respectivas limitaciones. Ambos cónyuges suponen que atravesarán juntos las diversas fases de su propio ciclo vital y del ciclo matrimonial; entre ellos esperan: fidelidad, dedicación mutua y comunión íntima. A su vez las luchas, conflictos y la solución más o menos buena de importantes diferencias establecidas pueden integrar también este cuadro.

Lemaire (1990) señala al respecto: lo que caracteriza al vínculo conyugal es la capacidad de soportar la ansiedad y el conflicto, y ese vínculo puede mantenerse a pesar de estas penalidades. Señala, que el lazo conyugal es el lazo amoroso caracterizado por una intención, admitida o no de durar, y no forzosamente a un compromiso irremediable e institucional que afecte a la existencia entera. De allí que concluya que el lazo del matrimonio es jurídico y el de la pareja es afectivo.

En una relación de pareja, las conclusiones que uno de los miembros saca de las conductas del otro constituyen, frecuentemente, el problema principal. Puesto que la relación de pareja a largo plazo se ve como un proceso, donde la primera etapa se caracteriza por un nivel de intercambios reforzantes elevado, es decir casi nada les molesta y acceden a todas las peticiones, situaciones que empiezan a descender tras el periodo de "luna de miel" cuando se produce el enfrentamiento entre lo que se esperaba, la realidad vivida y si se empieza a cumplir o no, todo lo que cada uno de los integrantes de la pareja había deseado.

Los antecedentes de los problemas de pareja se sitúan en la valoración que cada integrante hace de los estímulos que le proporcionan, tales como los requisitos de satisfacción, las tasas de recompensas y de castigos, la presencia o ausencia de conductas reforzantes como la comunicación, el contacto físico y las actividades compartidas. Respecto a esta situación *Díez y Rodríguez (1991)* realizaron un estudio de los efectos de la inequidad sobre el ajuste y la satisfacción marital en la mujer, comprobando cinco áreas de la relación de pareja (afecto, tareas femeninas del hogar, tareas masculinas del hogar, tolerancia y conducta reforzante). Encontrando como resultado que las mujeres cuando percibían una equidad en su relación afectiva y marital se sentían más satisfechas y más ajustadas, que cuando no percibían esta equidad.

Por ello se distinguen en la actualidad parejas ajustadas o felices y no ajustadas e infelices, valorando luego sus respuestas a diferentes aspectos de la relación como la solución de problemas, el tiempo que la pareja dedica a estar juntos y la proporción: tiempo positivo / tiempo negativo, las conductas agradables y desagradables o la comunicación entre la pareja; generando equilibrio o desequilibrio en ellos.

Después de realizada la elección de pareja y cuando se decide la convivencia juntos, los tipos de relaciones mas formales y comunes pueden ser: de unión libre o matrimonio.

Sin embargo en los países mas desarrollados –como resultado de la nueva libertad sexual- se han empezado a desarrollar nuevos estilos de matrimonios (*Rage, 1996*), por ejemplo:

- a) Matrimonios de ensayo: en donde se emplea el control natal y puede ser disuelto por voluntad de las partes, hay un compromiso formal de tiempo limitado, que puede ser renovado o disuelto al final de un determinado periodo, de acuerdo con las necesidades y deseos del individuo.

-
- b) Matrimonio abierto: los esposos *O'Neill (1990)*, usan este término para describir las metas y algunas líneas que tendrían que cumplir los matrimonios, y conforme las cuales ambos miembros de la pareja se comprometen a trabajar sobre su propio crecimiento personal y generar el crecimiento de su compañero, para una mejor convivencia como pareja.
 - c) Contratos matrimoniales: impone el uso de un contrato mas o menos formal; tal documento puede señalar explícitamente las expectativas mutuas de la pareja respecto de la relación, los patrones de deberes, derechos y tareas que deben realizar cada uno, las condiciones para finalizar la relación y otros más.
 - d) Matrimonio seriado: también llamado “monogamia progresiva”, es cuando el individuo se vuelve a casar una o mas veces después del divorcio o muerte del cónyuge previo.
 - e) Arreglos comunales: que varían ampliamente en propósito y forma, por tanto no se pueden generalizar. Sin embargo, su meta es desafiar la “exclusividad” dentro del matrimonio, y buscan “enriquecer” el desarrollo personal. Sus formas mas importantes son: intercambio de pareja y matrimonio en grupo.

Todos estos nuevos estilos de relación de pareja siguen siendo influidos, por las grandes diferencias que generación tras generación han marcado a hombres y mujeres (en cuanto a derechos, formas de comportarse, formas de pensar, obligaciones e igualdades; muchas de las veces la mujer cuenta con desventajas en estos aspectos), e incluso han establecido modelos de comportamiento en las actuales relaciones de pareja.

Sin embargo, hasta antes de este siglo, el casamiento entre dos personas era simplemente un contrato que unía a dos familias con la finalidad de asegurar tanto la procreación de los hijos como la distribución y conservación del patrimonio. En este vínculo no se consideraba prioritario el que existieran lazos de profundo amor, aunque en ocasiones se daba, y el aspecto sexual, de manera implícita o explícita, era una obligación matrimonial (*Sánchez y Brown, 1996*).

Como se ha visto la relación de pareja está llena de aspectos y modelos de conducta que han sido transmitidos de generación en generación, pues al observar como estaban estructuradas socialmente las antiguas culturas podemos deducir que muchos de esos comportamientos se siguen manteniendo en la actualidad: la monogamia, la poligamia, la diferencia entre hombres y mujeres, entre otras cosas.

En lo que respecta a la elección de pareja hay varios factores que se toman en cuenta para decidir establecer una relación –virtudes, defectos, expectativas, forma de ser y de actuar, objetivos comunes, físicos, entre otros-. Todas estas situaciones los llevarán a tomar una decisión de vivir o no juntos; por la disposición del matrimonio o la convivencia en unión libre.

Esta unión traerá como resultado satisfacciones o insatisfacciones en sus miembros, pues sus conductas en ocasiones estarán predeterminadas por valores, tradiciones o copias actitudinales de modelos a seguir de antiguas generaciones; siendo en ocasiones muy marcadas las diferencias entre hombres y mujeres.

Aquellas personas que llegan a unirse, y tener una vida juntos, como pareja, empiezan a desarrollar sus papeles y sus responsabilidades particulares en el nuevo hogar. Uno aprende del otro y ambos establecen las bases para su futura

vida juntos, así mismo dedican mucha energía para lograr su independencia con respecto a los padres y a incrementar más la intimidad entre ambos.

Algunas formas de relación de pareja permiten el desarrollo y crecimiento del ser humano, convirtiéndose en una base de su comportamiento, puesto que genera la superación de ambos individuos, y provoca: confianza mutua, respeto dentro de la relación de pareja, comprensión, cooperación para la educación de los hijos, y la existencia de amor, cariño y sobre todo comunicación. En ocasiones todo esto empieza a tomar un camino disfuncional y lo que al inicio se pensó que sería una relación de pareja funcional, no se da; lo cual provocará diferencias, malestares, desintegración o problemas conyugales, es decir dificultades dentro de la relación de pareja. Conflictos que serán abordados en el siguiente apartado.

13. CONFLICTOS DENTRO DE LA RELACIÓN DE PAREJA.

Al vivir juntos, la pareja tiene que afrontar nuevas situaciones a las que ha de adaptarse, apareciendo entonces diferentes situaciones problemáticas como las siguientes (*Macía y Méndez, 1993*):

- El desajuste entre las expectativas y la realidad, que se produce con la convivencia diaria que va teniendo la pareja.
- El aburrimiento, la monotonía y la rutina; que surgen al perder valor reforzante la relación, después de un periodo mas o menos prolongado de tiempo.
- Cambios significativos y/o imprevistos, por ejemplo: el nacimiento de un hijo, la pérdida del empleo, un problema económico, la aparición de un amante o el trabajo de la mujer fuera de casa, por citar algunas.

- El desacuerdo en temas importantes; como discrepancias en la ideología, políticas acentuadas por presiones familiares, diferencias en el grado de intimidad deseado y divergencias en las creencias religiosas, entre otras.

Una buena parte de los conflictos de pareja tienen origen en los acontecimientos de los fenómenos de idealización y desidealización que necesariamente intervienen en toda relación afectiva y en particular la relación amorosa.

El proceso de crisis en la pareja surge a partir de la decepción que tiene uno de los integrantes de la pareja, frente a una falla que se atribuye a la otra persona, es decir, cuando ya no se están cubriendo todas las expectativas de ese sujeto. Esta falla no necesariamente corresponde a una modificación en la realidad, sino a una falla en la imagen que se tiene de la otra persona, es decir a las falsas expectativas que se tenían (*Sánchez y col. 1996*).

Algunas parejas pueden tener una relación profunda y estable a pesar de la agresión y la violencia que pueda existir en su vida amorosa; ésta es una situación paradójica, explicable a través de ciertos fenómenos denominados complementariedad, colusión y gemelaridad (*Gorjón, 1995*). El término complementariedad, describe un patrón de relación en el cual la conducta o las aspiraciones de una persona difieren de las de la otra, pero las de la primera se combinan con las de la segunda en un equilibrio emprendedor (es decir, una persona encuentra en su pareja aquellas actitudes o conductas que ella no posee o no ha podido desarrollar, provocando así la complementación). La colusión puede ser el punto de unión de una pareja en el momento de la elección, pero también el origen del rompimiento cuando se descubre que el otro no es como se esperaba. Lo que al principio de la relación pareció atractivo del otro, se vuelve detestable si lo amoroso no compensa de manera suficiente la ambivalencia

original que surge ante las crisis de la pareja. Tras muchos años de vivir juntos, los consortes se parecen cada vez más produciendo una relación gemelar.

Respecto a la elección de pareja, se ha dicho que se busca a alguien que satisfaga necesidades importantes para así complementar y llenar las necesidades del otro, y al mismo tiempo pueda satisfacer las propias. Por ejemplo en la investigación realizada por *Ocampo y Valdez (2000)* acerca de lo real y lo ideal en la elección de pareja; se confirma que efectivamente existen características específicas que dan oportunidad a los sujetos de elegir a su pareja real, pero se observa que estas características varían de acuerdo al sexo de los sujetos y al ciclo vital de la pareja. De esta manera, se pudo observar que el sexo femenino tomó en cuenta para elegir a su pareja el que fuera trabajador, de cabello corto, que quisiera ganar dinero y tuviera estudios universitarios, mientras que para el sexo masculino lo más importante fue que su pareja tuviera bonito cuerpo, voz suave, que supiera cocinar y hacer las labores del hogar.

En sí, estos resultados permiten confirmar las investigaciones realizadas por *Avelarde y cols. (1996)* respecto a que las mujeres revelan una incongruencia entre lo que les gustaría tener y lo que tienen, apareciendo también una serie de adjetivos negativos en la descripción de la pareja real ya que perciben a su pareja como menos afectiva y más instrumental. A diferencia de los hombres quienes son más congruentes en sus elecciones, teniendo a una mujer atractiva a su lado y trabajadora en el hogar.

Estos estudios confirman las discrepancias entre hombres y mujeres al encontrarse que la mayoría de los hombres tienden a estar más satisfechos que las mujeres dentro de una relación (*Pick, Diaz Loving, Andrade, 1988*). Tales resultados dejan ver que, a medida que pasa el tiempo, las mujeres llegan a sentirse más insatisfechas y aburridas que los hombres, mostrando que

seguramente hay un decremento en la satisfacción dentro de la relación. En el mismo sentido, puede decirse que se presenta un mayor deseo de cambiar de pareja cuando hay un mayor aburrimiento y no se llevan bien (*Pick, Díaz-Loving y Andrade, 1988*). Quizá todo esto suceda como consecuencia de la vida rutinaria en la cual muchas mujeres viven y por las diferencias culturales que se han transmitido de generación en generación, pues hay mujeres que todavía tienen algunas funciones como: las labores hogareñas, la atención y educación a los hijos, el mínimo tiempo de dedicación a ellas mismas, la escasa posibilidad de superarse y de aprender nuevas cosas, por citar algunas.

Los estudios realizados han demostrado que las parejas que mejor se llevan son las que tienen pocos años en la relación (*Bonilla, Hernández y Andrade, 1995*), y es que a medida que avanza el tiempo, en la mayoría de los casos, ocurre una decadencia en la satisfacción y al parecer las circunstancias de la vida matrimonial hacen más difícil el mantener las primeras ilusiones y esperanzas con que iniciaron la relación conyugal.

De acuerdo a las investigaciones efectuadas por *Saez (1994)* se encontró que parece existir una dimensión de la satisfacción dentro de la pareja en cinco niveles con respecto a:

1. La comunicación,
2. La satisfacción en las relaciones sexuales,
3. La satisfacción en cuanto a la colaboración del esposo en las tareas de la casa,
4. La satisfacción por la independencia disfrutada dentro del matrimonio
5. La satisfacción por la consideración que el esposo tiene hacia su mujer.

Muchas de las veces estos niveles no son cubiertos en su totalidad, motivos por los cuales las relaciones de pareja se enfrentan a diferentes conflictos, que los

llevan a la separación o a la modificación de sus conductas y actitudes dentro de la relación. Por lo que actualmente se han cuestionado algunos patrones y supuestos tradicionales, como “la permanencia del matrimonio”, el “desafío a la fidelidad”, el “rechazo a los roles rígidos”, los “tabúes tanto en el hombre como en la mujer en la expresión de la sexualidad” y otros más, llevando a las personas a continuar relaciones, sin querer o poder llegar a la separación.

Ante tal aspecto, *Rage (1996)* menciona que existen bastantes riesgos en el ajuste matrimonial (dentro de la relación de pareja), como por ejemplo: la experimentación de diferencias y autonomía, los celos y la posesividad, el poder y el control, las expectativas de rol, el desarrollo por separado, la comunicación deficiente, el desajuste sexual, los recursos, las limitaciones y las demandas ambientales, entre otros; que podría llevar a la pareja a una vida disfuncional.

Dentro de la problemática de la pareja actual está la cuestión de la separación –que se da tanto en parejas casadas como en aquellas parejas que viven en unión libre-. En México las estadísticas no son muy reveladoras de la realidad existente, ya que muchas parejas no se divorcian, simplemente se separan. En otros casos, por razones sociales y religiosas, viven juntos, pero en realidad no existe ya la relación afectiva, ni la verdadera convivencia entre ellos. Sobre todo en la clase social económicamente baja, muchas personas no se casan y viven en unión libre; y en otros casos los esposos simplemente abandonan a su mujer (*Rage, 1997*).

De hecho en una relación de pareja la diferencia entre géneros puede complicar, la convivencia entre ambos miembros, ya sea por el “machismo”, el “feminismo” o por las ideas, tradiciones y valores que tenga cada integrante, estando arraigadas en su forma de pensar y/o de actuar. Aspectos que de alguna forma ya se han abordado y serán desarrollados a continuación.

13.1 CRISIS DE GÉNERO DENTRO DE LA RELACIÓN DE PAREJA (ROLES MASCULINO Y FEMENINO).

Los estudios de género permiten analizar y explicar los significados que la gente otorga al ser mujer o ser varón independientemente de sus características biológicas (tener pene o vagina), implementando comportamientos propios de su género. Los estudios realizados nos dejan ver que en ciertos sectores de la población, la mujer tiene que cumplir dos objetivos fundamentales en la vida que le van a dar o le dan sentido y plenitud a su existencia, el matrimonio y el cuidado de sus hijos; y tal parece que no tienen otros objetivos en la vida como tener estudios profesionales, poseer un trabajo remunerado, interesarse por cuestiones políticas, entre otras áreas que le den sentido a su vida y la hagan crecer día a día. Y por el contrario al varón se le ha estigmatizado como la parte fundamental para el mantenimiento económico de la casa dedicando la mayor parte de su tiempo a trabajar.

A pesar del trabajo con géneros, todavía no se llega a la equidad total, y no podemos negar que vivimos en una sociedad, en la que se presenta una desigualdad entre mujeres y varones, donde hay una superioridad del sexo masculino sobre el femenino considerado este último como inferior. Modelos que se han tomado como referencia desde épocas muy antiguas, según se revisó anteriormente.

El género es una construcción sociocultural, conformado por lo que cada cultura considera como características propias de lo femenino y lo masculino. Lo que permite estudiar los significados que la sociedad otorga a la diferencia de los sexos independientemente de las bases biológicas (*Ovejero, 1996*).

Las normas de género se van transmitiendo de generación en generación, a través de la cultura y son cambiantes según la funcionalidad que tengan para los individuos de una determinada sociedad, aunque algunas no están claramente explicitadas y son transmitidas de manera implícita a través del lenguaje y otros símbolos existentes. Estas normas que supuestamente son apropiadas respecto a como “debe” comportarse, un hombre o una mujer han sido determinadas por factores económicos, sociales, políticos y religiosos, que originan formas específicas de conocimiento y comportamiento de las personas y son reforzadas o castigadas, de acuerdo a la cultura en donde se encuentren inmersos.

Es por medio de un proceso socializador por el cual se enseña a la mujer o al hombre, desde los primeros años a comportarse de acuerdo a su rol sexual vigente en una determinada sociedad, ocupando un lugar privilegiado, la educación informal que es adquirida en la familia y los contactos sociales que la persona tiene con el mundo externo, donde se ven reforzados sus comportamientos considerados como “femeninos” o “masculinos” y propios de toda mujer y todo hombre (*Campos, 1993*).

En algunos segmentos de la población las características asignadas a la mujer son: el tener un comportamiento mas afectivo, sentir mas gratitud, el ser bonitas, el ser una compañía en la casa, no causar grandes problemas porque son fáciles de controlar, se les viste de color de rosa y con vestidos.

Se les forma para cumplir con el papel de hija, madre y por ende ama de casa, teniendo que realizar las labores del hogar. Se le regalan juguetes relacionados con los quehaceres domésticos y la maternidad con el fin de que aprenda a ser una buena madre y ama de casa. También se les permite expresar sus emociones a través del llanto, se les impulsa a ser dependientes, a ser cariñosas, pasivas y a no ser agresivas. Se les educa a ser felices no con base a actividades libres y valiosas sino para dar felicidad a los demás, lo que constituye el “ser para el otro”.

En un estudio realizado por *Etxebarria (1992)*, sus resultados revelaron una mayor tendencia en las mujeres a experimentar culpa en el ámbito sexual, a diferencia de los hombres. Puesto que los sentimientos de culpa son mas intensos cuando la mujer se deja llevar por el placer y el deseo.

Por otra parte, los niños son educados para identificarse con su padre, tratarán de ser igual a él, intentarán ejercer el poder y la autoridad, aprenderán que por el hecho de ser hombres son superiores a las mujeres. Al nacer se le viste de azul, desde la infancia le empiezan a regalar juguetes relacionados con la masculinidad (caballos , coches, motos, soldados, pistolas). Se les enseña a que se interesen principalmente en juegos activos, vigorosos, competitivos que involucran habilidades musculares y destrezas (fútbol, luchas, les gusta armar y desarmar cosas). Se les enseña a superar pruebas y a no llorar como niña. Se le permite y alienta a actuar de manera agresiva, a ser independientes y valerse de sus propios recursos.

Cuando llegan a la adolescencia se les estimula cotidianamente a ser fuertes, exitosos, llenos de gloria y poder, a exponerse a peligros que prueben su virilidad, quien no lo haga es sancionado y nombrado habitualmente como débil, fracasado y/o “poco hombre”.

Al ser masculino se le desafía permanentemente con un “demuestra que eres un hombre” y la demostración exige pruebas de las que la mujer está exenta, por ser mujer, algunas de estas pruebas son tener relaciones sexuales con una o varias mujeres y se valora el número de parejas; en cambio a la mujer se le exige llegar “virgen” al matrimonio. También se les impulsa a ingerir alcohol, drogas o fumar, y parece que, cuanto mas lo hagan serán “mas hombres”.

Se les enseña a ocultar los sentimientos de agrado, amor, temor, sufrimiento. A demostrar sentimientos de agresión, hostilidad, deben tener un control emocional

y nunca demostrar que los demás pueden afectarlo, principalmente si son mujeres.

Por medio de la televisión se muestran los modelos de lo que debe ser un hombre, debe mandar a su familia, es correcto que tenga muchas mujeres, varios hijos, posea dos hogares, entre otras características.

Como resultado de toda la educación que se imparte a los hombres tenemos que se espera de ellos los siguientes comportamientos y habilidades: ser agresivo, ser competitivo, con capacidad para dominar, emprendedor de aventuras, con más apego al realismo que al idealismo. Si algún varón no cumple con las características mencionadas se cuestiona su "hombría" y más aún si está interesado por las actividades supuestamente femeninas y ayuda a su esposa a la realización de las actividades domésticas, todavía es considerado en varios sectores como un "mandilón".

Tanto los hombres como las mujeres tienen ciertas creencias de lo que "debe ser" un hombre y una mujer, cómo deben comportarse y qué actividades deben realizar. Pero esto no implica que muchos varones y mujeres tengan que seguir los modelos tradicionales, ya que al no ser del todo funcionales surge la necesidad de crear una forma de vida diferente y que responda a las necesidades de cada persona (*Campos, 1993*).

En la actualidad, esta situación parece ir cambiando lentamente. Con la prolongación de las expectativas de vida (y por lo tanto de la relación de pareja) surge por fuerza una mayor intimidad, la cual exige a los cónyuges el desarrollo constante de nuevas formas de convivencia y adaptación, realizando actividades que antes no hacían. Además, las transformaciones sociales, culturales y económicas de este siglo han generado una nueva modalidad de pareja en la que,

además de la procreación y la conservación del patrimonio, se demanda de los participantes un mayor involucramiento afectivo, una distribución diferente de roles (por ejemplo en cuanto al cuidado de los hijos y la actividad laboral), y en el terreno sexual, el cambio de la obligatoriedad por la búsqueda del placer.

El conjunto de todos estos factores y otros mas no mencionados, favorece la aparición de un mayor número de conflictos en la relación conyugal (*Sánchez y Brown 1996*). Pues en ocasiones las negociaciones dentro de la pareja no son posibles de llevar a cabo por las sanciones sociales que podrían recibir, las recriminaciones, las burlas o las críticas de las que serían objeto por personas de su mismo sexo, debido a la conducta o actitud negativa realizada (por ejemplo el ayudar a su mujer en las labores tradicionalmente femeninas); pudiendo llegar a la separación o el divorcio.

De esta manera en algunas ocasiones la maternidad y la reproducción han sido utilizadas para definir el papel de la mujer y para negarle el desempeño de otro tipo de actividades en la sociedad por ejemplo: en el ámbito laboral o profesional.

Es por eso que diferentes estudios muestran que un gran número de mujeres consideran su matrimonio como infeliz, esto quizá debido a que los roles y tareas asignadas a la mujer, requieren dentro del matrimonio, un mayor esfuerzo e inversión que las del hombre (*Boersner y Quintero, 1994*).

Se necesitó de doce generaciones en la época medieval para que se aceptara la idea de que las mujeres eran dignas de respeto, y de otras dos generaciones en la época victoriana para que se acordara que merecían votar. Y hasta hace pocos años las mujeres ganaron su independencia sexual y todavía está pagando el precio psicológico, físico y socioeconómico de esta revolución (*Rodríguez, 2000*).

Se dice que ganaron mas libertades sexuales porque hoy en día tienen el derecho a ejercer libremente su sexualidad, a decidir cuantos hijos tener, o a utilizar métodos anticonceptivos; el costo de todo esto se ve reflejado en las represiones sociales de las que son objeto (ya sea por tradición, por religión o costumbre), puesto que ser madre soltera, tener relaciones sexuales sin haberse casado, ser infieles o preocuparse mas por ellas que por los hijos, indican según las criticas sociales que no es una “buena” mujer.

Como se pudo observar las problemáticas dentro de una relación de pareja se deben por lo general a: la falta de compatibilidad, de comunicación, a la escasa habilidad de llegar a acuerdos y negociaciones, las ideas de manipulación generadas por la familia política, el aburrimiento que derriba la relación, la llegada de los hijos, la falta de afinidad sexual, los factores económicos, las cuestiones de género o la infidelidad.

Cuando se presentan alguno de estos problemas en las parejas, éstas pueden buscar soluciones, mediante: sus propias habilidades (de comunicación o de solución de problemas), solicitando ayuda (profesional o con amigos), o utilizando métodos coercitivos (dejándole de hablar al otro, evitando el contacto físico, realizando acusaciones, diciendo insultos, por nombrar algunos). Otras veces se da un refortalecimiento dentro de la relación provocando nuevas formas de interacción en ambos miembros.

En otras ocasiones, muchas de estas crisis provocan rupturas en la pareja, optando por el abandono, la separación o el divorcio. Considerando como un punto muy importante, que lo que le funcionó a una pareja no le podría funcionar a otra, debido a la individualidad, la forma de ser y de comportarse que tiene cada persona. Por lo que, *Costa y Serrat (1993)*, indican que el modelo cognitivo conductual plantea que el conflicto en la relación de pareja avanzará si los miembros de la pareja tienen déficits en habilidades de comunicación, de

resolución de problemas, conflictos sexuales, si tienen deficiencias en el control de estímulos o si ocurren cambios inesperados en su entorno, por mencionar algunos. De esta manera, los antecedentes históricos que han sentado las bases de la pareja actual no están tan alejados de lo que hoy en día es una relación de pareja.

En general, desde la antigüedad el hombre, es el que ha tenido una posición mas permisiva dentro de la relación (llena de privilegios y justificaciones ante determinados comportamientos que manifiesta), a diferencia de las mujeres. A pesar de esto los seres humanos al intentar formar una pareja pretenden realizar una elección adecuada, que llene sus expectativas y los lleve a tener una vida reforzante, llevadera, placentera y satisfactoria. Lo cual, no necesariamente sucede con el paso del tiempo, pues la mayor convivencia y estancia juntos origina que muchas idealizaciones que se tenían del otro empiecen a cambiar obteniendo una realidad que no cumple con las antiguas peticiones expresadas. Dando inicio a conflictos dentro de la relación de pareja, los cuales en ocasiones son resueltos y generan una mejor relación, pero otras veces, los resultados llevan a la pareja a la disgregación de tal relación.

Como la vida en pareja difiere de las expectativas previas al matrimonio, sería ideal que antes de vivir juntos se estableciera un contrato que incluyera deseos y expectativas reales e ideales, que permitan analizar cada punto de lo que se quiere y se espera, evitando así caer en situaciones difíciles que pueden llegar a dañar la relación establecida al momento de involucrarse con una tercera persona.

Dentro de las crisis por las cuales una pareja puede atravesar, se encuentra el fenómeno de la infidelidad, situación polémica que tiene como origen muchos factores y como consecuencias aspectos positivos y negativos dentro de la relación de pareja, en donde todo dependerá de cada persona (cómo es, cómo se comporta, qué siente, qué piensa, qué quiere). Por lo cual el siguiente capítulo versará sobre tal situación o fenómeno.

CAPÍTULO 2.

LA INFIDELIDAD EN LA RELACIÓN DE PAREJA

Cuando dos seres se unen en un momento determinado de su vida, el amor, la atracción del uno por el otro, la llegada de los hijos y otros lazos sociales y personales, permiten que se perpetúe esa unión.

Dentro de las relaciones de pareja se presentan una serie de factores que afectan o deterioran y favorecen o refuerzan la interacción entre los integrantes, como: la comunicación, los celos, la percepción del otro, la insatisfacción, la infidelidad, entre otras (*Díaz, 1998*).

Esa convivencia tan íntima que exige la vida en pareja no es fácil en un gran porcentaje de ellas, pues pequeñas incomprensiones comienzan a separar a las dos personas; el amor y la pasión del comienzo de la relación se extingue poco a poco; el instinto sexual se desenvuelve en los hábitos y la costumbre que se da dentro de la relación va perdiendo presión, fuerza y vigor. Por lo que en esta situación puede surgir una tercera persona en la vida de él o de ella cambiando el sentido de su forma de vivir.

Es posible observar que en las relaciones de pareja existen ciertos inconvenientes que son característicos de ésta. Y de la gran variedad de conflictos existentes, la infidelidad es un tema importante por el hecho de que en ocasiones se convierte en “un arma de dos filos”: es decir, podría ser la causa principal de la desintegración familiar y lo que esto involucra (el alcoholismo, la drogadicción, la prostitución e incluso el homicidio, además de que es la justificación más aceptable para el divorcio) o la pareja se uniría de nuevo,

cambiando las cuestiones negativas y generando un nuevo tipo de relación entre ellos refortaleciéndola.

En el caso de la relación esposo-esposa durante la mayor parte del tiempo, varias parejas experimentan una disminución en la frecuencia de las conversaciones acerca de ellos mismos o de su relación, por ponerle más atención a los hijos. Existe menos romance, acercamiento sexual, y expresiones de cariño, ya que generalmente los dos se encuentran sin la energía necesaria y/o están más preocupados por los problemas de la familia, que de ellos mismos como pareja.

Sin una comunicación adecuada y sin esforzarse por mantener la relación amorosa, la pareja corre el riesgo de convertirse en “personas extrañas”, es decir, viven juntos y en la misma casa pero no saben que está pasando con el otro (a), qué quiere, qué siente, qué piensa, y/o qué desea.

Cuestión que ha sido confirmada por los estudios realizados por Walster, Traupman y Walters (1978, citado en *Bonilla, 1993*), pues comentan que las probabilidades de que se presente la infidelidad están directamente asociadas, a los beneficios que obtiene una persona en su matrimonio o relación formal.

Una de las mejores formas en que una pareja puede fortalecer su relación, es estar seguros de que se entienden antes de vivir juntos. *Ehrlich (1993)* afirma que si las parejas se preocuparan por comunicarse abierta y honestamente durante el noviazgo, muchas evitarían problemas ulteriores más serios, como los divorcios, el maltrato intrafamiliar o la infidelidad. Por ejemplo, *Einslerberg (1993, cit. en Aparicio, 2001)* encontró en un estudio hecho en México que las parejas de novios de entre 22 y 24 años de edad son las más fieles y que la probabilidad de infidelidad aumenta con los años del matrimonio y es mayor en una etapa intermedia (alrededor de los cuarenta años de edad de los esposos).

La aparición de la infidelidad como una situación crítica en la pareja puede ser precipitada por una multitud de hechos, por ejemplo: un sistema de normas inadecuado dentro de la relación, una comunicación disfuncional entre ambos cónyuges, la falta de responsabilidad afectiva de los cónyuges, la necesidad de afecto, los diferentes niveles intelectuales, una sexualidad disfuncional, el deseo de buscar algo novedoso, la necesidad de comprensión o por satisfacción personal. Pero este hecho tiene raíces históricas que se han venido transmitiendo de generación en generación, y que serán revisadas en el siguiente apartado.

2.1 ANTECEDENTES DE LA INFIDELIDAD

La organización que ha tenido la sociedad, a través del tiempo, ha influido y determinado el tipo de valores, las costumbres, la religión, la organización política, los patrones sexuales, las conductas y las actitudes, existentes dentro de una relación de pareja.

La infidelidad ocurre probablemente, más frecuentemente de lo que las investigaciones indican, puesto que la gente se muestra indiferente y reacia a admitir públicamente esta conducta.

Sin embargo, algunos datos recientes indican que hay una gran variedad de prevalencia, de relaciones en donde existe la infidelidad, pues se ha encontrado que predomina más esta conducta en países latinoamericanos que en asiáticos y es mayor entre hombres que entre mujeres (*Rodríguez, 2000*).

Por otra parte Scarf (citado en *Zumaya, 1998*) menciona que cerca del 55% de los hombres y el 45% de las mujeres casados, que viven en Latinoamérica, han tenido o tienen una aventura extramarital en algún momento de su vida marital.

Para el año de 1997 Shackelford y Buss (citado en *Aparicio, 2001*) encontraron que la infidelidad marital en los matrimonios americanos variaba en un rango del 26 al 70% para mujeres, y de un 33 a un 75% en hombres.

Lawson (en Sánchez y *Brown, 1996*) comenta que, en los años sesenta, en promedio, las mujeres se esperaban 14.6 (4 años más que sus esposos) después de casarse, para involucrarse en una relación sexual extramarital; en los años setenta, solo se esperaban 4 años posteriores a su casamiento (tan solo un año más que los hombres) y que, a finales de los ochenta hombres y mujeres eran muy similares en la aparición de las relaciones de infidelidad esperando aproximadamente dos años después de su vida marital.

Situaciones que no varían mucho en nuestro país como podemos ver a continuación.

2.12. ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA INFIDELIDAD EN MÉXICO.

Montaño y Neria (1994), mencionan que en México los antecedentes de la infidelidad fueron los siguientes:

a) En la *Época Precolonial*, la nobleza Azteca practicaba la endogamia, en donde los nobles poseían el derecho de ser polígamos, teniendo un número ilimitado de esposas. Las mujeres esclavas se dedicaban a hilar, tejer, coser y a las labores domésticas y con mucha frecuencia los amos las tomaban como amantes y/o concubinas; no podían practicar la poligamia, se les exigía castidad antes del matrimonio y fidelidad conyugal. El adulterio provocaba rechazo y condenación social, suponiendo la muerte para los que lo cometían y otras consecuencias como la deshonra y el desprestigio de la familia; además de una gran represión legal.

Se suponía que las mujeres adúlteras padecerían enfermedades crónicas, perderían la vista o quedarían inválidas; por lo que se educaban con la idea de ser fieles y nunca abandonar a su marido, aunque él quisiera abandonarlas.

b) En la *Época Colonial*, el adulterio era censurado y castigado por la sociedad y las leyes. A pesar de esto, el hombre tenía mas de dos hogares; uno legal (casa grande) que gozaba de todos los privilegios y otro ilícito (casa chica) que no gozaba de tales privilegios. La posición del hombre ante el adulterio fue mas aceptada y menos castigada legal y socialmente con respecto a la mujer, ya que al hombre solo se le castigaba si era adúltero con una mujer casada y a la mujer, solo por el hecho de serlo.

c) En la *Época Independiente* el hombre reafirmó el poco valor y la imagen pobre de la mujer, conceptualizándola como una figura mancillada, menospreciada y sumisa, lo que la llevó a asumir el papel de dependencia hacia el hombre.

El pensamiento del hombre hacia su masculinidad era que entre mayor número de mujeres tenía, se acrecentaba y valoraba más su virilidad. A la mujer se le castigaba con dos años de prisión y multa cuando cometía adulterio, tanto con un hombre libre como con uno casado. Al coautor no se le castigaba si desconocía el estado civil de la mujer.

Al hombre se le imponía dos años de prisión cuando lo cometía en la casa conyugal con una mujer libre o casada. Si lo cometía fuera de la casa conyugal era castigado con un año de prisión.

d) En la *Época Actual*, las leyes que empezaron a regir durante el siglo XX terminaron aparentemente con la injusticia hacia la mujer al desaparecer la diferencia en cuanto a sanciones entre el adulterio femenino y el masculino. Y al parecer, el compromiso tradicional de la monogamia se convierte en una "lápida difícil de aguantar". Aún cuando Kinsey menciona que las personas son

biológicamente polígamas y la monogamia es un artificio de cultura; la fidelidad es una necesidad que está condicionada culturalmente (en *Strean, 1992*). Gran número de personas que viven en pareja, se sienten privadas de ciertos placeres porque están convencidas de que fuera del matrimonio hay mucha más gratificación.

Legalmente el adulterio está penalizado (“Se aplicará prisión hasta de dos años y privación de derechos civiles hasta por seis años a los culpables de adulterio cometido en el domicilio conyugal o con escándalo”)[*Ley Federal del Código Civil, 2000*].

A pesar de la evolución que ha tenido el hombre, tanto la sociedad como la religión, la cultura, la tradición y las leyes censuran de una o de otra forma la infidelidad; en un intento por erradicarla y acabar con ella; sabiendo de antemano que la infidelidad podría suceder a pesar de todos los posibles obstáculos que surgieran y aunque la gran mayoría de las personas, la reprueben y/o continúen negando su existencia.

Siendo la infidelidad el punto principal que ha continuación se desarrolla.

2.2. ¿QUÉ ES LA INFIDELIDAD ?

A través del tiempo, el varón ha tenido una condición permisible en muchas culturas, en cuanto a practicar la poligamia, sustentado por la tradición y la educación que le fue impartida desde tiempos antiguos, a diferencia de la posición de la mujer, en donde ha sido mucho más reprimida en todos los aspectos y particularmente en su sexualidad, y a pesar de ello, hubo casos de mujeres que vivieron experiencias de infidelidad, y que por tal motivo se les castigó muy severamente de forma social y legal en comparación con los hombres que eran infieles.

Por lo que *Montaño y Neria (1994)* afirman que en nuestra sociedad, a pesar de haber sufrido cambios educacionales e ideológicos, aún prevalecen prejuicios en los que se condena más la infidelidad de la mujer con respecto a la del hombre.

Whiterhurst (en *Strean, 1992*) afirma que el fenómeno de la infidelidad puede considerarse fácilmente como un inconveniente sociocultural con una alta probabilidad de involucración para muchos sujetos, ya sea como un problema en la relación de pareja o en la personalidad del sujeto que es infiel (puesto que la persona al involucrarse de manera más íntima en la relación extramarital, le será difícil decidirse por alguno de los dos individuos, ocasionándole desestabilidad emocional y actitudinal).

En una relación de pareja, la contraparte de la infidelidad, es decir la fidelidad (*Ramírez y Vazquez, 2002*), es otro de los elementos de suma importancia, puesto que en muchos casos significa sinceridad, transparencia, franqueza y correspondencia a la confianza otorgada entre ambos integrantes. Cuando se ha consolidado un noviazgo, se acepta automáticamente un compromiso de correspondencia única con la otra persona, al hacer esto, ambos miembros dan por hecho que su pareja les corresponde solo a ellos y a nadie más.

Si se parte de esta conceptualización tenemos que históricamente se ha dado una connotación negativa a la infidelidad (por originar la ruptura de la relación) aún cuando en la actualidad no necesariamente esto es así. No obstante el presente trabajo se desarrollará considerando una perspectiva donde la infidelidad conlleva a una problemática para la pareja, por las consecuencias negativas que ocasiona en las personas involucradas como depresión, divorcio, conflictos en los hijos, entre otros.

De tal manera, el concepto de infidelidad implica aspectos sociales, psicológicos, religiosos y morales. La palabra infidelidad proviene del latín *fidelitas*

y significa falta de fidelidad; se considera sinónimo de traición o deslealtad de la persona que deja de cumplir con ciertos deberes (*Gutiérrez y Villegas, 2002*).

Históricamente la evolución del término de infidelidad, ha sido el siguiente: se le llamaba “adulterio”, “sexualidad extramarital” o “infidelidad conyugal”; hoy en día se le llama “sexualidad comarital” (*Masters y Johnson, 1991*).

Mc Cary y Mc Cary (1993), definen la infidelidad conyugal como el acto lascivo o una serie de actos lascivos, que no sólo son íntimos sino que los dos participantes suelen ocultar por medio de engaños; un miembro de la pareja o los dos tienen otra pareja y en consecuencia se considera que tales amantes carecen de las debidas atribuciones para disponer de la libertad de establecer relaciones sexuales como si estuvieran casados.

Para Moulthrop (1990, citado en *Aparicio 2001*) la infidelidad es una relación entre una persona y alguna otra que no es su esposo (a) o pareja formal y que provoca un impacto en el nivel de intimidad, distancia emocional y sobre todo, en el balance dinámico de la relación.

Bonilla, Hernández y Andrade (2000) comentan que el origen de la infidelidad es un problema de comunicación o un fuerte sentimiento de soledad provocado por el abandono de la pareja o por el desvanecimiento del romanticismo que se tenía en la relación.

El concepto de infidelidad también puede comprender todo aquello que aporte un goce fuera del matrimonio o fuera de una relación formal; o cuando un miembro de la pareja realiza un contacto genital con otra persona que no es su cónyuge; causando la deslealtad en la relación; además también representa el involucramiento extramarital –que abarcaría desde el coqueteo hasta el coito-; o

significa una conducta romántica y sexual que se da fuera de una relación convenida de pareja (*Bonilla, 1993; Bonilla, Hernández, Andrade, 2000; Lake y Hills, 1990; Rodhes y Potash, 1999; Saez, 1994; Sánchez y Brown, 1996*).

Por ello, la infidelidad podrá depender de cada persona y de los conceptos que tenga, y así será como la conceptualizará. De esta manera la forma en que la infidelidad impacta a la pareja, depende de los factores involucrados y de la percepción que tenga cada uno de los miembros por separado o en interacción, de tal evento.

Zumaya (1998) define la infidelidad como la relación interpersonal que se da fuera de una pareja que suponga implícita o explícitamente, una exclusividad emocional y sexual. Y este tipo de relación puede ir desde un involucramiento emocional no sexual que contenga elementos de atracción, hasta la ocurrencia eventual o continua, con o sin involucramiento emocional, del ejercicio de la sexualidad.

Las relaciones de pareja han sido diseñadas de forma utópica, para que duren para “siempre” y cada vez sean mejor. Muchas veces esto no es así, pues la conservación de la relación habla de los compromisos duraderos, pero no siempre de mantener la felicidad, lograr un mejor acoplamiento, alta funcionalidad, gran respeto o amor.

Cuando se da una aventura ésta suele descubrir la existencia, en un gran porcentaje de los casos, de una notable falta de preparación para el buen funcionamiento de la pareja (*Pittman, 1993; Souza y Machorro, 1996*). Se evidencia la monotonía de la relación y la falta de renovación de los intereses mutuos, que facilitan y mantienen el nexo, encontrándose que muchas personas pueden superar la crisis, evitar el divorcio, y continuar viviendo juntos a pesar de la infidelidad.

Las primeras aventuras de infidelidad crean una tensión particular en las relaciones de quienes las emprenden. La aventura empieza a menudo como algo íntimo, una respuesta a las necesidades experimentadas individualmente, que la persona casada comprende que no podría compartirlas con su cónyuge. Al principio tal vez se justifique interiormente considerándolo poco importante, pero si cobra jerarquía, entonces no hay nadie con quien se pueda compartir la crisis personal que generalmente se produce. Por lo que la alegría ha de contenerse lo mismo que el dolor.

Algunas personas que viven aventuras amorosas suelen reflexionar profundamente acerca de porqué interactúan con parejas distintas a su cónyuge. Los participantes en el enredo extraconyugal algunas veces se enfrentan al miedo y al sentimiento de culpabilidad para defender su conducta.

Muchas de las formas a través de las cuales las personas justifican su infidelidad para con los seres que aman, se manifiestan con diversas variantes como: “solo es un pasatiempo”, “mi pareja tuvo la culpa”, “esa persona si me comprende”. Por lo que es factible considerar el concepto que tiene la persona de su relación de pareja, de sus aventuras y que tan importante son para ella (*Lake y Hills, 1990*).

Es sumamente difícil, si no imposible, obtener información precisa y digna de confianza sobre el número de hombres y mujeres que inician relaciones de infidelidad. Son conocidos los problemas de investigación que implica el conseguir una población representativa de cuyos miembros pueda esperarse que sean completamente abiertos y sinceros al hablar de tales actividades.

Por ello los actos de infidelidad están rodeados de una protectora malla de mentiras, tanto si la relación es secreta o no secreta, si ha terminado o continua; y lo normal es que las mentiras se fabriquen para “proteger” la relación de pareja

formal, salvaguardándola, conservándola y continuando con ella. Por ejemplo, Green, Lee y Lustig (1974., citados en *Thompson, 1983*) reportaron que en una investigación de 750 estudios de caso, solo el 30% inicialmente reportaron relaciones de infidelidad y, durante la terapia intensiva, otro 30% mas, reveló también tenerlas. Por lo que podemos pensar que los datos que se obtienen de las investigaciones que tienen que ver con la infidelidad carecen de un punto de comparación confiable, pero a su vez nos indican una aproximación del grado en el que este fenómeno se presenta dentro de la sociedad; es decir, existe pero no se revela, no se hace público o no se comunica a otras personas.

Ziskin y Ziskin (1990) señalan que la honestidad y la comunicación franca entre los cónyuges es la señal de un buen matrimonio; la mentira, la trampa y el engaño que acompañan a las relaciones sexuales extramaritales en las condiciones actuales, pueden deteriorar la calidad de la relación matrimonial.

En ocasiones para las personas que son infieles, algunas de sus aventuras tienen más que ver con el sexo que con el amor y de otras se cree que tienen más que ver con el deseo de obtener cariño, cuidados o valoración, que con el acto sexual (*Lake, 1990; Rojas, 2001*).

En realidad no se puede detectar si una persona será infiel o no al estar dentro de una relación de pareja, para poder descubrir qué motivos la llevan a realizar tal conducta es importante considerar las diversas interacciones que ha tenido y sigue teniendo con el medio que le rodea, las otras personas y su pareja (es decir evaluar su relación de pareja, considerar la forma de vida que llevaron sus padres, la estabilidad emocional que posea, su comportamiento antes de casarse, entre otras).

De manera general la infidelidad podría conceptualizarse como una relación entre una persona y alguna otra que no es su esposo(a) o pareja estable, y que

provoca un impacto en el nivel de intimidad, un distanciamiento emocional y desestabilidad en la relación.

En suma puede decirse que existen diversas situaciones y causas que llevan a una persona a ser infiel. A continuación se revisarán algunas de ellas.

2.3. CAUSAS Y FACTORES QUE PROVOCAN QUE EXISTA INFIDELIDAD DENTRO DE LA RELACIÓN DE PAREJA

La infidelidad involucra a la pareja inicial –que mantenía el compromiso de exclusividad emocional y/o sexual- y una tercera pieza que puede ser una o varias personas (pues en ocasiones ambos miembros de la pareja pueden estar involucrados cada uno por su parte en una situación de infidelidad); formando una nueva relación.

Hay determinados momentos en la vida del matrimonio en los que es mayor la posibilidad de que se presenten aventuras extramaritales. Según *Zumaya (1997)*, son:

- Al principio, cuando los cónyuges están luchando por asuntos de intimidad y compromiso, es decir se empiezan a dar cuenta de los diferentes comportamientos que tiene su pareja y de la responsabilidad que tienen con ella.
- A raíz del nacimiento de un hijo, cuando la atención de la esposa se enfoca en la maternidad, y deja a la pareja en segundo término.
- Cuando los hijos se van (el nido vacío).
- Cuando, por más que se conoce, el cónyuge no llena las expectativas y deseos que se tienen en torno a la relación.

Los motivos a los que alguien puede recurrir para engañar son diversos, tanto en hombres como en mujeres ya que algunas personas argumentan: “no me comprende”, “mi relación sexual es insatisfactoria”, “quise demostrar mi dignidad acostándome con otra(o)”, “no me trataba con ternura”, “quise experimentar” “opté por buscar algo mejor” “quise hacer mas divertida mi relación” “no tenía tiempo para mi”; entre otras. Por lo que ante las expectativas no cumplidas, desilusiones o frustraciones, se busca un escape por medio de la infidelidad, pero rara vez genera satisfacción duradera.

Cuando una relación de pareja se ve envuelta en una situación de infidelidad, que ha sido de larga duración, incluye un intenso involucramiento emocional, varias relaciones sexuales y si se mantiene en secreto, provoca un gran estrés en la relación de pareja, sea descubierta o no, pues rompe con su acuerdo de confianza y exclusividad.

Algunos autores opinan que la infidelidad no tiene por qué ser conflictiva para uno, ni problemática para el otro, mientras el cónyuge lo ignore, la relación de la persona infiel y su(s) pareja(s) puede no alterarse si el engaño no se comunica y la culpa no se percibe; la situación podría “ocultarse” y quizá nunca llegue a afectar la funcionalidad conyugal, aunque haya mentiras o la verdad nunca se descubra (*Souza y Machorro, 1996; Orladini, 1998*).

Ahora bien, las causas que llevan a un hombre o una mujer a ser infieles son muy diversas, es por eso que es importante examinar algunas de ellas.

2.3.1 CAUSAS DE LA INFIDELIDAD EN HOMBRES Y MUJERES

En un estudio realizado por *Avelarde y cols.* en 1996, encontraron que las mujeres reportan que las causas por las que son infieles son: insatisfacción en cuanto al

amor, las expectativas y la armonía. Mientras que los hombres reportaron como causas de infidelidad el aburrimiento y los problemas de comunicación. También encontraron que con el paso del tiempo hay mayor probabilidad de infidelidad dentro de una relación.

Los factores que provocan que haya infidelidad dentro de una relación de pareja, pueden agruparse en categorías: *sociales* (cuando las personas que rodean a tal individuo tienen una relación extramarital o por ser reconocido(a) socialmente el tener a otra pareja), *personales* (cuando un sujeto no quiere comprometerse del todo y sale con otras personas o se justifica diciendo que “es así” y no lo puede evitar); y *relacionales* (cuando la convivencia diaria con una tercera persona genera un involucramiento sentimental y emocional, comparando a esta persona con la pareja).

Thompson (1983), hace una clasificación de 4 aspectos generales que están ampliamente relacionados al fenómeno de la infidelidad; los cuales son:

1. *El ambiente social o contexto.* Abarca el estatus ocupacional, el nivel educativo, el lugar de residencia, el empleo, la edad, la religión, la orientación política y/o religiosa, entre otras, que puede tener una persona que la volverá mas atractiva(o) para otros. (Por ejemplo: la secretaria que se enamora del jefe).
2. *Las características de la relación de pareja.* Que tiene que ver con la duración que ha tenido la relación, el número y la edad de los hijos, la satisfacción marital, o los problemas existentes dentro de la relación; aspectos que fueron confirmados por *Casas et al., en 1996*, quienes encontraron que la insatisfacción dentro de la relación puede ser un factor que origine, al menos en parte, infidelidad, dentro de la pareja. Es decir, si

hay deterioro en la relación de pareja es mas probable que pueda haber infidelidad.

3. Las características propias del individuo. Tales como: las justificaciones que pondrá la persona para involucrarse, la enajenación o la sensación de soledad que tenga, las oportunidades percibidas y el déficit en la personalidad como: baja autoestima, necesidad de validación, impulsividad, reconocimiento, entre otros. Por ejemplo: aquel individuo que necesita tener una relación extramarital para que sea reconocido socialmente e incremente su nivel de autoestima.
4. Las diferencias por sexo y género dentro de la relación de pareja. Siendo mas común y permitido en los varones, menos criticado y penalizado y en su defecto hasta reconocido (considerando los antecedentes históricos desde donde gozaban de un lugar mas aventajado que las mujeres); dato reafirmado en la investigación hecha por Pick et al. (1988) quienes encontraron que el hombre tiene un soporte cultural para ser infiel y existe una mayor aceptación de las mujeres para que así sea; es decir, hay más permisividad y se torna mas pública una infidelidad masculina, que una femenina).

La sociedad ha sido mas tolerante con la infidelidad masculina, y si ellos se enteran de que su pareja fue infiel, en ocasiones tardan mas tiempo en enfrentar tal situación porque no son capaces de imaginar que su mujer estuviera cometiendo infidelidad.

Así a la mujer infiel casi siempre se le adjudica mayor culpabilidad, por las ideas de sometimiento que prevalecen en la sociedad o porque se cree que están menos expuestas a iniciar una relación extramarital, situación incierta debido a los escasos datos que hay al respecto.

Por otra parte *Holtz (1998)* considera que existen diferentes causas o significados para que haya infidelidad dentro de una relación de pareja:

- El intento por enardecer una relación inmutable.
- El experimentar y conocer lo que hay afuera de la relación -definiendo si desean estar con la pareja o irse-.
- Un intento para hacer la relación tolerable –buscando esta nueva relación de infidelidad como complemento-.
- Como una opción más, fuera de la relación formal –puesto que si su primera relación se termina poseen ya otra relación y no llegarían a estar solos-.

Bonilla (1993) menciona que la principal causa de la infidelidad es la insatisfacción respecto al amor, la armonía y las expectativas; otras causas son la inseguridad, un mínimo compromiso, la inestabilidad, la revancha o la venganza. Lo cual indica que la infidelidad tiene que ver con las características personales de uno o ambos integrantes de la pareja.

En general las causas que justifican el que haya una conducta de infidelidad dentro de la pareja son: la búsqueda de la novedad sexual, la excitación, la curiosidad, el buscar compartir intereses intelectuales, la necesidad de comprensión, de compañía, de respeto, recibir amor, la necesidad de afecto, la necesidad de mantener una imagen, un status, por aprendizaje de conductas, por la poca frecuencia o mala calidad de las relaciones sexuales y porque es una “válvula de escape”, entre otras.

Otras veces si es una persona de mediana edad –de 35 a 45 años- es posible que busque en la aventura de infidelidad la corroboración de su atractivo sexual o, bien al sentirse socialmente presionada(o) y/o devaluada(o), se precipite a tratar de

mantener un estatus, usando y/o dejándose usar para diferentes fines, por lo general carentes de dignidad, de afecto y de intimidad genuinas.

En una investigación realizada por *Pick de Weiss, Díaz Loving, y Andrade (1988)* sobre la conducta sexual marital y extramarital en pareja mexicanas se encontró que las relaciones extramaritales están vinculadas con la insatisfacción sexual existente y también se detectó mayor probabilidad de que en los hombres se dé más la infidelidad, que en las mujeres.

Casas (en *Etxebarria, 1992*) investigó la relación que tenía la infidelidad con variables como sexo, satisfacción, tiempo de casados y actividad de la mujer, en donde los resultados indicaron que los hombres son más infieles que las mujeres. También encontrándose que cuando la mujer trabajaba, existía más probabilidad de que fuera infiel.

Boylan (en *Bonilla, Hernández y Andrade, 2000*) indica que la incapacidad de la pareja para comunicar lo que cada uno quiere es el origen de la infidelidad, ya que provoca sentimientos de soledad y abandono por parte de la pareja, aunados a las discusiones constantes, el aburrimiento y la infelicidad.

Otros motivos por los que las personas son infieles, o se sienten tentados a serlo, suelen estar relacionados estrechamente con las razones por las que no se comunican correctamente con su pareja (*Gorjón, 1995*). Por ejemplo: el hombre o la mujer que es incapaz de expresar verbalmente su enfado con su pareja puede "vengarse" teniendo una aventura amorosa con otra persona.

Y la mujer o el hombre que se siente culpable por hacer el amor cuando sus hijos están en casa puede "resolver" el problema, teniendo relaciones sexuales con otra persona fuera de casa.

Y el hombre o la mujer que no se atreve a hablar con su pareja sobre algunas técnicas o fantasías sexuales que le gustaría experimentar, puede buscar realizarlas fuera del matrimonio.

Otra causa de infidelidad puede ser la obsesión de "intentar" otras experiencias sexuales, sobre todo si alguno de los dos integrantes de la pareja no había tenido relaciones sexuales con otra(s) persona(s) antes del matrimonio. Tendiendo a fantasear sobre esas posibles aventuras.

También el hábito a sustancias tóxicas puede conducir tanto a hombres como a mujeres a ser infieles, pues al ingerir alcohol o alguna sustancia química los efectos ocasionan que las inhibiciones desaparezcan, dando origen a un índice muy alto de infidelidad bajo estas condiciones.

Otra razón por la cual puede haber infidelidad en una relación de pareja puede ser el hecho de encontrar un nuevo compañero, con las mismas inquietudes, intereses, y actitudes, ocasionando que la persona se dé cuenta que tiene un compañero intelectual con quien puede compartirlo todo (a diferencia de su pareja formal) y se convierta en una persona infiel.

Por otro lado también el hostigamiento de los medios de comunicación podrían provocar conductas de infidelidad, puesto que tanto hombres como mujeres están siendo constantemente estimulados por la muestra de muchos placeres potenciales (por ejemplo: el erotismo, los placeres, las relaciones sexuales, en los anuncios y en otros medios de comunicación), lo que lleva a examinar al final la idea de que la infidelidad es algo "cotidiano" que puede ocurrir en cualquier momento dentro de la relación de pareja.

Muchas veces la incompreensión en la relación de pareja por niveles intelectuales distintos (como profesión, trabajo o redes sociales) genera infidelidad

pues para algunas personas, su propio desarrollo implica que han dejado atrás al cónyuge y que les hace falta un nuevo estímulo para atender sus necesidades de seguir evolucionando; es decir esta persona ya se encuentra en otro nivel y su pareja no cubre sus expectativas por lo que necesita “algo nuevo”, y por lo general ese nuevo estímulo es una tercera persona.

La lista de motivaciones por las que una persona es infiel resulta interminable y cuando se intenta analizar esos motivos se descubre que la infidelidad no sucede por una sola razón, sino que hay una o varias causas que generarán un proceso en donde paulatinamente se llegará a cometer infidelidad.

Por ejemplo, una de las primeras razones sería el nacimiento de un hijo, originando escasa comunicación en la pareja, poco contacto sexual y rutina marital, acrecentándose la probabilidad de que se iniciase una infidelidad.

Estas causas que originan infidelidad dentro de la relación de pareja pueden ser estudiadas desde tres puntos de vista, según Reibstein y Richard (en *Gutiérrez y Villegas, 2002*):

1. Donde la infidelidad se puede interpretar como un *síntoma* para poder detectar lo que provoca disfuncionalidad en la pareja.
2. Cuando la infidelidad *fortalece la relación*, puesto que la aventura no daña la relación de la pareja e incluso puede mejorarla.
3. Cuando la infidelidad no tiene nada que ver con la relación formal (el matrimonio o la unión libre), debido a que separan lo que sucede dentro y fuera de la relación de tal manera que las aventuras *no logran interferir en la estabilidad de la relación*.

Como puede observarse la infidelidad es multicausal puesto que hay varias fuentes que llevan a una persona a ser infiel, ya sea por cuestiones personales o por comportamientos característicos de ella, debido a una aprobación social o a

una relación de pareja disfuncional. De esta manera la infidelidad es un problema social cuya frecuencia y consecuencias afectan los marcos de los valores éticos, sexuales y emocionales de quienes participan en el triángulo (la pareja, el infiel, la tercera persona). Motivos por los cuales este trabajo se enfocará mas en las consecuencias negativas de la infidelidad debido al impacto psicológico ocasionado, como pueden ser: la depresión, el impacto en los hijos, inestabilidad emocional, divorcio, baja autoestima, problemas familiares, entre otros.

De acuerdo a los roles que desempeñan los hombres y las mujeres –como pareja, como padres o en el ámbito laboral-, existen diferencias entre las causas que llevan a uno y a otro a ser infiel, que han sido determinadas por la cultura, la religión o aspectos sociales, motivos por los cuales serán divididas y explicadas por género, es decir las causas masculinas y las causas femeninas que llevan a la manifestación de este comportamiento.

2.3.2. CAUSAS DE LA INFIDELIDAD MASCULINA

La infidelidad ha sido mas permitida y aceptada en los varones a través de los años. Y de acuerdo a autores como *Baroni (1990)*, *Caille, (1992)*, *Cantú, (1994)*, *Ehrlich (1989)*, *Lake (1990)*, *Stean (1992)*, *Willi (1990)*, *Ziskin y Ziskin (1990)*, entre otros; se puede decir que las diversas situaciones o causas que pueden influir para que los hombres sean infieles son:

* El poder sustentado por el padre.

Frecuentemente un padre –en grupos étnicos machistas- puede llegar a presentar a su amante a su propio hijo, por lo que sería tomada la infidelidad

como algo muy habitual propio de los varones, y el hijo se inclinaría por hacer lo mismo.

* El hombre tuvo mucha experiencia sexual antes del matrimonio.

Se puede dar el caso de que antes de casarse, el hombre, no tenía una relación estable y andaba con una y con otra mujer. Debido a esa experiencia adquirida, se le hace difícil conformarse con su mujer y continúa el mismo patrón de vida que llevaba de soltero.

* La infidelidad tiene reconocimiento masculino.

Entre los hombres como sociedad no existe censura por parte de otros hombres para ejercer la infidelidad, mas bien todo lo contrario; ya que frecuentemente está elevado el valor de un hombre que realiza esta práctica. En la sociedad masculina, existe una presión hacia la infidelidad mas que en otro sentido, pues en ocasiones un hombre inspira una secreta envidia entre sus amigos cuando se le conoce como un “seductor” de éxito.

* El machismo.

Existen hombres infieles que piensan que la conquista sexual y el hecho de tener aventuras es simplemente una conducta apropiada para su sexo, para esta clase de hombres la doble moral está aún vigente.

* Las disfunciones sexuales.

Con frecuencia un hombre se lanza a una aventura extraconyugal para despertar una sexualidad debilitada y reconquistar con ello alguna estima hacia sí mismo, pero también puede ser por necesidad de complacer y sentirse apreciado. Muchas infidelidades son provocadas por la frialdad y el desprecio de la esposa. Entonces el hombre para sentirse viril necesita satisfacer

sexualmente a otra mujer o por lo menos impresionarla (*Masters y Johson, 1991, Mc Cary y Mc Cary, 1993*).

* Porque la mujer está embarazada o acaba de dar a luz.

Las reacciones del marido al cambio de aspecto de su esposa o la reacción a la ansiedad producida por las nuevas responsabilidades de la paternidad, muchas veces provocan que el marido busque otra persona; considerando también como otra causa la disminución del número de las relaciones sexuales durante este periodo.

* Porque la mujer está cambiando en general.

Existen expresiones de disgusto cuando con el paso del tiempo la mujer empieza a engordar y cambia físicamente o en su forma de pensar o actuar, ellos dicen: “no era así cuando me casé con ella”, estas expresiones provocan desinterés y en ocasiones generan la búsqueda de otras personas.

* El hombre es muy celoso.

Las crisis de los celos irracionales en los cuales un hombre acusa injustamente a su pareja de interesarse en otros hombres o de tener una aventura, puede ser un indicio de que él es el culpable, y tiene una aventura o desea tenerla.

* La persona está pasando por un período de ansiedad.

Con frecuencia la ansiedad se traduce en tensión sexual y durante una crisis los hombres que utilizan el sexo como un sedante, tienen que salir a buscar a una mujer. Otra veces, el estar con otra persona (en una relación de infidelidad) disminuye su nivel de ansiedad y consigue de esta manera salir de la rutina.

* El hombre se siente fracasado.

Un hombre que no tiene éxito en el mundo laboral puede tratar de sacar a flote su debilitado sentido de orgullo masculino, aceptando a una amante para lograr una mejor forma de vida.

* Sufre de depresión.

En ocasiones los hombres inician una serie de aventuras como un intento por superar la depresión y por las situaciones estresantes que están viviendo con su pareja.

* Ha logrado mucho éxito.

Un hombre que ha triunfado frecuentemente siente que las recompensas por el éxito logrado lo constituye tener una amante.

* No cree en la monogamia.

Existen hombres que tienen aventuras simplemente porque no creen en la monogamia, y cuando se casan, no tienen la intención de ser fieles; para ellos, las aventuras son algo previsible y se comportan de un modo acorde a sus creencias, a lo que han vivido siempre o a los modelos aprendidos.

* Atracción física e intelectual.

Se dejan llevar por el cuerpo, los rasgos físicos agradables o el atractivo intelectual de la otra persona para andar con ella.

* Insatisfacción real o percibida en su relación estable.

Sus expectativas no están siendo cumplidas por su pareja, motivos por los cuales decide ser infiel.

* La edad.

Sentida como amenaza que comienza a avanzar y concluir con el ejercicio de la sexualidad. Se empiezan a sentir “viejos” y creen empezar a perder la vitalidad (sobre todo sexual) y el atractivo físico. Motivos por los cuales son infieles con la intención de comprobar lo contrario.

* Inseguridad sexual.

Quieren reafirmar su desempeño sexual a través de el establecimiento de otra relación de pareja.

* Antecedentes de infidelidad prematrimonial en el hombre.

Es decir si un hombre fue infiel durante su noviazgo, es más probable que haga lo mismo estando casado o viviendo en unión libre. Una persona que ha sido infiel en su primera relación, es altamente probable que lo sea en su segunda. Y si la persona ya ha tenido una aventura extramarital, es estadísticamente más probable que se repita la experiencia.

* La comunicación deficiente con su pareja.

En ocasiones por la necesidad de requerir platicar con alguien lo que le sucede la forma en como se siente y/o lo que piensa y al no lograrlo con su pareja, buscan en otras personas el satisfacer esta insuficiencia, convirtiéndose así en infieles.

Es sencillamente observable que las causas que llevan a un hombre a ser infiel se justifican a través de: factores sexuales, patrones de conducta aprendidos, atracción física, mayor reconocimiento, permisividad social y factores educativos,

tradicionales o culturales (como el machismo y la argumentación de que es “algo habitual” en ellos). Motivos por los cuales la mayoría de las personas llegarían a pensar que los hombres son mas infieles que las mujeres, cuestionamiento lleno de polémica; porque en la actualidad están cambiando muchas cosas en asuntos de género. Y es por eso que ahora se revisarán las causas que llevan a una mujer a ser infiel.

2.3.3 CAUSAS DE LA INFIDELIDAD FEMENINA

Debido a una serie de prejuicios que rodean a la sexualidad en general, particularmente en la mujer, la infidelidad femenina es un tema poco abordado y rodeado de un halo de misterio, estigma y condena social, a diferencia de la masculina que suele verse con mayor tolerancia y permisividad social.

A la mujer infiel casi siempre se le adjudica mayor culpabilidad, no sólo por el machismo o las ideas de sometimiento que prevalecen en nuestra sociedad, sino que se ha llegado a argumentar que por la naturaleza femenina y por las propias circunstancias de vida que rodean a la mujer, ellas están menos expuestas a iniciar una relación extramarital (*Rodhes y Potash, 1999; Rodríguez, 2000; Van Pelt, 1991*).

La mujer actual poco a poco reclama su derecho a saber y disfrutar de su sexualidad, pero no por ello, los prejuicios y mitos se han fracturado del todo, a pesar de la cada vez mayor permisividad en torno al deseo y erotismo femenino que se adquiere. Aún en la actualidad, la infidelidad se enmarca dentro de las

tantas desigualdades entre los géneros; convirtiéndose entonces en un tema que marca inequidad y discriminación como si fuera un derecho exclusivo del hombre, pero no de la mujer.

Existen innumerables razones por las que una mujer decide ser infiel -y muchas de éstas coinciden con las razones masculinas-; según *Aguilar (1997)*, *Aparicio (2001)*, *Barragán (1998)*, *Bonilla (1993)*, *Bonilla, Hernández y Andrade-Palos (2000)*, *Diez y Rodríguez (1991)*, *Etxebarria (1992)* y *Ovejero (1996)* :

* Por venganza.

Por un deseo de *castigar* a la pareja por la *desilusión* que le provocó al no cumplir sus expectativas o ante la infidelidad del compañero. También para dar una lección a un marido extremadamente celoso que constantemente la acusa de ser infiel.

* Cuando trabaja fuera de casa.

Es mayor la incidencia de infidelidad en mujeres que trabajan fuera del hogar, por tener contacto con otras personas, y ser cortejada por uno o varios hombres.

* Simple curiosidad.

La mujer puede encontrar satisfacción al tener una relación prohibida o por dejarse llevar por los comentarios de amigas o de los medios de comunicación e intentar experimentar que se “siente” ser infiel.

* Falta de gratificación afectiva.

Por desigualdad en el equilibrio del poder en la relación o por el sentimiento de estar desvalorizada por el hombre. Se busca valoración en otra persona, y muchas veces se llega a encontrar, porque en medio de la relación

extraconyugal, sin fricciones, rutina o conflictos cotidianos, ella puede sentirse liberada, valorada o satisfecha.

* Atracción física e intelectual.

Por simple atracción y “química” entre dos personas. A veces sólo basta la simple atracción sexual para que una mujer se vea tentada a la infidelidad, sin que existan motivaciones más profundas.

* Por maltrato físico y abandono.

Este tipo de conductas no sólo afectan la integridad física y emocional de la mujer que es objeto de abuso, sino que al verse afectada su autoestima es probable que la presencia de una tercera persona la pueda dotar de las herramientas necesarias para sentirse nuevamente deseada y aceptada, por consiguiente, se crean las condiciones propicias para la infidelidad, que sirve de escape ante una situación que desgasta, deja pocas energías y escasa o nula satisfacción.

* Por insatisfacción sexual.

Según algunas encuestas, una de cada cuatro mujeres al llegar a los 40 años ya han tenido alguna experiencia de infidelidad. Pues a dicha edad, se incrementa el apetito sexual y sus compañeros no siempre tienen interés o no las satisfacen como ellas desean.

* Por enojo y decepción.

Hay mujeres que se han decepcionado de su pareja por algún hecho que consideran desleal, pero si por algún motivo social, económico o familiar no pueden o no quieren separarse, buscan otra relación.

* Por adicción al sexo.

Igual que sucede con los hombres que son mujeriegos compulsivos, existen mujeres que necesitan tener varias parejas para halagar su vanidad o satisfacer impulsos sexuales casi incontrolables.

* Necesidad emocional.

Por insatisfacción de las necesidades emocionales dentro del matrimonio (las mujeres ven la relación sexual como consecuencia de la intimidad emocional y la comprensión de la pareja).

* Comunicación deficiente.

La mujer se siente incomprendida o no es escuchada por su pareja y busca en otra persona el desarrollo y la expresión de esa comunicación.

Pese a que la infidelidad puede realizar a la mujer, rara vez ésta encuentra la completa satisfacción, quizá por no poder compartir su vida abiertamente con el compañero, pues se ve forzada a verlo clandestinamente, tal vez por el miedo a ser descubierta, juzgada por su familia y sus propios hijos (*Gorjón, 1995*).

También, puede sufrir una enorme decepción al ver que las cosas no salieron como ella se imaginaba. En algunas ocasiones si se llega a enamorar del amante,

puede sentirse confundida y/o culpable. Con frecuencia llega a suceder ya que por su educación y tradicionalismo, la mujer suele ser más emotiva y entregarse con mayor fuerza que el varón; teniendo un involucramiento sentimental y emocional.

El principal problema, afirma *Etxebarria (1992)*, para las mujeres involucradas en una aventura es la culpa, hecho que parece ser unilateralmente ventajoso para el varón, que generalmente no experimenta lo mismo; de hecho, parece vivirlo la mayor parte de las veces con orgullo más que con vergüenza. Si acaso llegan a sentir culpa es por el temor a ser descubiertos más que por la infidelidad en sí. La culpa en las mujeres las lleva a terminar con la aventura más o menos en una cuarta parte de todos los casos. Este sentimiento sobrepasa las satisfacciones que pueda haber experimentado la mujer infiel y quizá tenga que ver con el hecho de sentir la satisfacción sexual a la que muchas no estaban acostumbradas.

Cabe mencionar que hombres y mujeres justifican su infidelidad considerando las causas ya mencionadas. Y a pesar de esto, no siempre la infidelidad traerá consigo la desintegración de la relación de pareja, puesto que también tiene aspectos favorables aunque en ocasiones se ignoren y sean menos considerados, otorgándoles mayor importancia a los negativos.

El propósito y la interpretación de la infidelidad son diferentes para todos. Pues mientras que para algunas parejas puede ser irrelevante, para otras es una experiencia que proporciona excitación a una relación aburrida y desvitalizada.

En ocasiones es considerada como un regulador que mantiene la intimidad emocional y física de una relación de pareja formal, debido a la dificultad para lograr o tolerar un grado intenso de intimidad en la pareja. También se le toma

como un medidor para que las personas revisen su compromiso mutuo y elijan continuar o no juntas en la relación.

Las actitudes que tengan las personas dependerán de las creencias que posean acerca de la infidelidad y de la funcionalidad o beneficio que deseen obtener al ser infieles. Tema del siguiente capítulo.

CAPÍTULO 3.

ACTITUDES HACIA LA INFIDELIDAD

La infidelidad trae consigo distintas actitudes (pensamientos y conductas diferentes) entre los protagonistas.

Las causas o antecedentes de la infidelidad, revisadas con anterioridad, provocarán reacciones y consecuencias diferentes tanto en el cónyuge “supuestamente” fiel como en el infiel.

Después de haber examinado el concepto de infidelidad, las causas que llevan a hombres y/o a mujeres a ser infieles. Se vuelve importante conocer que tantas creencias falsas o verdaderas tienen las personas en relación a este tema.

3.1 MITOS ACERCA DE LA INFIDELIDAD

Existen muchas creencias falsas en el conocimiento popular acerca de las relaciones extramaritales y la mayoría son aceptadas como verdades.

De todos los mitos socialmente aceptados acerca de la infidelidad, referentes a qué la origina y cómo reaccionan las personas involucradas en tal acto, existen siete mitos que son particularmente engañosos pero muy difundidos, según *Duncan y Rock (1995)*:

1. Casi todas las personas son infieles; y es visto como una conducta habitual y aceptable.

-
2. Las aventuras extramaritales sirven para vigorizar un matrimonio aburrido.
 3. El infiel no debe amar al cónyuge engañado.
 4. El o la amante debe ser más sexy que el marido o la esposa.
 5. La aventura es culpa del cónyuge engañado, porque ha propiciado con su conducta, la infidelidad de su pareja.
 6. La mejor manera de afrontar el descubrimiento de la aventura es negarlo para evitar la crisis.
 7. Si la infidelidad ocurre, el matrimonio debe terminar en divorcio.

En resumen, estos mitos se pueden ubicar en un plano realista y funcional:

De manera general la infidelidad no es una conducta habitual. Es un síntoma que indica que en la relación de pareja está sucediendo algo. Puesto que existen personas y/o relaciones de pareja fieles. Además las aventuras extramaritales logran desintegrar una relación de pareja, o por el contrario, pueden inducir a mejorar los aspectos negativos que existían. Las relaciones extramaritales pueden incluir relaciones sexuales, pero usualmente éste no es el objetivo de la infidelidad, porque incluye aspectos emocionales, afectivos, cuestiones económicas y el acompañamiento de otra persona.

También es cierto que nadie puede culpar a otra persona de tener una aventura extramarital, pues la persona que decide ser infiel es por su propia voluntad. Por lo que la infidelidad se sostiene del secreto y se ve amenazada por la exhibición y el descubrimiento.

Otras veces la pareja puede, con esfuerzo y aceptación, sobrevivir a una aventura extramarital si la cuestión se habla y elabora, sin originarse el divorcio.

De alguna manera cuando en una pareja existe una conducta de infidelidad puede producir muchas reacciones o actitudes, tanto en hombres como en

mujeres. Independientemente de los mitos que rigen a tal o cual sociedad, la infidelidad desestabilizará de forma positiva (reestructuración) o negativa (separación) la relación de pareja, pues en ocasiones podrá cumplir funciones que a continuación se explican.

3.2 FUNCIONES DE LA INFIDELIDAD EN LAS RELACIONES DE PAREJA.

Independientemente de las causas que lleven a una persona a ser infiel, en ocasiones la infidelidad cumplirá funciones que le concederán beneficios o satisfacciones a las personas involucradas en tal conducta.

De esta manera, *Lake (1990)*, afirma que hay dos clases de aventuras extraconyugales:

1. Las que ayudan a las personas a comprender su necesidad de desarrollo para convertirse, en personas realizadas. Y es vista como una relación de crecimiento y apoyo mutuo.
2. Las que ayudan a que las personas se desarrollen totalmente. En donde se otorga apoyo incondicional y desarrollo individual.

Los factores que tienen en común estas dos clasificaciones tienen que ver con la necesidad de sentirse deseado y querido de un modo novedoso y/o diferente, de manera que la relación sexual amorosa que se fomente a través de la infidelidad, puede recurrir a un fragmento de la vida del individuo que está por desarrollarse. Con la infidelidad, la curiosidad sexual puede ejercitarse y satisfacerse, las aptitudes y técnicas se mejoran, puesto que si con la (el) nuevo amante se realizan cosas que con su pareja no realizaba, tendrá un nuevo aprendizaje o simplemente se podrá adquirir otro diferente concepto de ver

la vida. Generando formas diferentes de pensar en los aspectos sexuales o emocionales.

Por lo que la relación de infidelidad también puede ser (según *Pick de Weiss, Díaz Loving y Andrade Palos, 1988*):

- Emocional: en donde debe haber sentimientos de por medio, más que solo el interés sexual. (Es más practicada por las mujeres.)
- Amorío extra pareja: son las relaciones continuadas, cortas o de años (relación mantenida a largo plazo), basadas algunas de ellas solo en la sexualidad, o bien una relación completa en la que la sexualidad es secundaria, y la compañía y el diálogo cumplen una función más importante.
- Relación de una sola noche: es probablemente la más frecuente, sucediendo en reuniones sociales, eventos de trabajo, viajes, por citar algunos. En ella no es necesario conocer ni el nombre de la pareja y no implica más compromiso que "pasarla bien".

De esta forma la infidelidad lleva a las personas a tener un comportamiento diferente en donde disfrutan de su relación extramarital por corto o largo plazo, sin preocuparse por los efectos que en un futuro pueda traer consigo tal conducta. Tanto hombres como mujeres tendrán reacciones semejantes o parecidas, a favor o en contra de tal evento.

Debido a los mitos y prejuicios que rodean el fenómeno de la infidelidad, algunas veces la condición de desigualdad y subordinación de la mujer, ocasiona que los hombres sean mas infieles que ellas. Puesto que de acuerdo a los estereotipos sexuales (el femenino y el masculino) que han sido construidos socialmente, la mujer al igual que el hombre, tienen que adaptarse a patrones de conducta establecidos; en donde la religión y la cultura determinan actitudes y

conductas preestablecidas con anterioridad, aunque todo esto ha empezado a cambiar de alguna manera.

The American Association for Marriage and Family Therapy (2002) indica que en Estados Unidos el fenómeno de la infidelidad sucede en el 75% de los matrimonios, el 55% lo ocupan los hombres y el 45% las mujeres.

Una serie de investigaciones revela que las mujeres casadas tienden a involucrarse en relaciones extramaritales porque se sienten insatisfechas con el contenido emocional de su matrimonio y buscan establecer con otra persona una relación emocionalmente satisfactoria (*Diez y Rodríguez, 1991 y Miranda, 1998*).

Para los hombres, una de las quejas más importantes, correlacionada con el sexo extramarital, es la insatisfacción sexual dentro del matrimonio.

La infidelidad masculina empieza usualmente con un involucramiento sexual y el aspecto emocional se da después. En las mujeres, por el contrario el involucramiento emocional precede al sexual.

La experiencia clínica ha demostrado que las mujeres que tienen una experiencia extramarital se sienten más insatisfechas con su matrimonio que los hombres en la misma situación, y es más común que se involucren emocionalmente con el amante (*Sakruka, 1995*).

Estos factores indican que una relación extramarital de la esposa resulta más amenazante para el matrimonio, aumentando la posibilidad de un divorcio. Las mujeres, más que los hombres, abandonan su matrimonio para preservar su relación con el amante (*Vargas, Ibañes y Torres, 1998*).

Según *Ehrlich (1993)* la educación recibida para la mujer se enmarca en un contexto donde tendrá que cumplir con el papel de hija, madre, ama de casa, con derecho a expresar y manifestar emociones, ser una mujer fiel y respetar a su pareja, entre otras cosas.

A diferencia del hombre, que se puede identificar con su padre, tratar de ser igual a él, ejercer el poder y la autoridad, probar su virilidad, poder ser infiel y tener varias parejas, mantener relaciones sexuales con una o varias mujeres.

Esto se reafirma con los resultados obtenidos en los estudios sobre infidelidad, por *Avelarde, Reyes, Díaz-Loving y Rivera (1996)*; *Casas, Gudiño y Nedelsticher (1996)*; y *Choi y cols. en 1994 (citado en Aparicio, 2001)*; quienes encontraron que los hombres se siguen involucrando más en relaciones sexuales extramaritales (situaciones y conductas de infidelidad) que las mujeres, debido a la aprobación y reconocimiento social que reciben, ante tal conducta.

Pero se quiera o no, la infidelidad femenina es una realidad a la que muchas mujeres no podrán escapar en algún momento de sus vidas, pese a su educación y valores.

Pues una pareja puede pasar por muchos problemas durante su relación, pero -según expertos en la materia- uno de los momentos más difíciles es cuando ocurre una infidelidad. En Chile el único dato que permite vislumbrar el alcance de esta conducta es el Estudio Nacional de comportamiento Sexual dado a conocer en el año 2000 por la Comisión Nacional del SIDA. El cual reveló que el 25% de los hombres encuestados -casados o conviviendo con una pareja estable- declaraba haber tenido más de una pareja sexual en los últimos cinco años. Y el 6,7% de las mujeres señaló haber tenido otras parejas sexuales en ese mismo año.

Aún cuando los hombres y las mujeres tienen la misma oportunidad de ser infieles, no obtienen la misma incidencia, y las actitudes (sentimientos, pensamientos y conductas) que muestren ante la conducta de infidelidad, tendrán algunas características en común y también diferencias.

Así sin importar la clase social, la religión o el género, se despliegan distintas actitudes de la persona infiel o de la pareja

3.3. ACTITUDES HACIA LA INFIDELIDAD.

Hablar de infidelidad en la pareja es remitirnos a un fuerte golpe emocional que no sólo deja entrever los efectos en su dinámica, sino que inciden en el propio concepto de la persona afectada, el cuestionamiento de cómo se ha desarrollado la relación, así como los motivos y las carencias que de alguna forma han contribuido para que se diera tal suceso.

Alguien que sospecha que su pareja es infiel trata por lo regular de negar el hecho y encontrar una explicación racional a sus preocupaciones, callando por lo regular para evitar una confrontación dolorosa o innecesaria. Para muchas personas, mantener sus sospechas en secreto es un inconveniente que bloquea la posibilidad de darle la cara a la situación, retardando el suceso a modo que éste pueda tornarse lento y doloroso.

La racionalización no está limitada al que sospecha de un amorío. La persona infiel también usa la racionalización para evitar enfrentarse al impacto de su comportamiento. Cuando las sospechas se mantienen ocultas se hace más fácil para quien tiene un amorío evitar pensar en las consecuencias de sus acciones. Mientras puedan pasar por alto cualquier conflicto por esta causa, pueden sentirse seguros de continuar, a pesar del riesgo ulterior. La causa de ello es suponer que 'lo que no se sabe no hace daño', sin considerar como la distancia emocional a la larga va fracturando el lazo afectivo existente en la relación de pareja (*Vilchez, 1990, Ziskin y Ziskin, 1990*).

Si bien muchos de los comportamientos antes citados coinciden en la actitud que asumen muchas personas cuando viven una infidelidad, no siempre son signos evidentes de ello, ya que confirmar tal hecho es un asunto complejo que no se limita a ciertos patrones de conducta, aunque no por ello se les deba restar

importancia. Determinar si tienen o no alguna trascendencia los cambios de comportamiento depende de evaluar tanto el número de áreas de cambio como su incidencia y las modificaciones que ha sufrido la dinámica de la pareja.

Como el mito de la monogamia es tan fuerte en nuestra sociedad, las personas no reconocen la posibilidad de tener que enfrentarse con una situación de infidelidad, ni mucho menos se preparan para ello (*Sánchez y Brown, 1996*).

En ocasiones este tipo de crisis suelen deslizarse hacia la ruptura de la relación de pareja, en donde existen fuertes tensiones emocionales y un deterioro de la vida en común, esto fue confirmado por Betzig en 1989 (*Aparicio, 2001*), pues en su estudio realizado con 160 culturas de todo el mundo, encontró que la infidelidad era una de las razones mas comunes para que se diera la disolución conyugal.

De acuerdo con *Lake y Hills (1990)* algunas de las reacciones que manifiestan las personas después de vivir una infidelidad son: separarse, soportar la infidelidad aparentando que no pasó nada, o le sirve como punto de reflexión para analizar lo que está pasando dentro de su relación. Al respecto Boturini (1989, citado en *Aparicio, 2001*) comenta que muchos hombres y mujeres que viven juntos han descubierto que la infidelidad, señaló el comienzo de una vida conyugal mejor, puesto que los problemas que antes se desatendían, se esclarecieron y se modificaron aumentando la cooperación y la comunicación; además de que liberó a la pareja del tedio y el aburrimiento y disminuyó la propensión al conflicto, siempre y cuando se mantuviera en equilibrio su relación.

Riso (2000) menciona que la infidelidad es la principal causa de separación y que a nivel psicológico tiene varias repercusiones negativas. Indica que cuando la persona engañada descubre la infidelidad, experimenta una gama de emociones como depresión, resentimiento, ira, hostilidad, ansiedad, decepción, venganza, envidia, asombro, incertidumbre. Por su parte, la persona infiel, por un lado siente culpa y arrepentimiento, además de miedo de ser descubierto; pero por otro lado,

también experimenta felicidad y atracción por la relación clandestina; por haber logrado una experiencia novedosa y haberse involucrado con una persona diferente en una relación mas satisfactoria o excitante, saliendo del aburrimiento y la rutina.

A veces se mantiene la vida de la pareja, pues cuando uno de ellos se ha enterado que su pareja le fue infiel, prefieren intentar olvidar lo acontecido y seguir adelante con su relación a pesar de tener ideas irracionales como: “me volverá a ser infiel, yo tuve la culpa, aun lo(a) sigo amando y puedo perdonar, no puedo dejarla(lo)”, por citar algunos; pudiendo decir que llegará a tener comportamientos en donde se esforzará por “aparentar” que no pasó nada dentro de su relación.

Por otro lado, la fidelidad se podrá alcanzar con actitudes de respeto y consideración hacia la otra persona, gracias a pequeños y continuados ejercicios de lealtad, amistad veraz y confianza recíproca; generándose una comunicación favorable dentro de la pareja, aunque estén expuestos a ser infieles (*Rojas, 2001*).

La infidelidad probablemente puede ser una conducta confusa y desorientadora que una pareja podría vivir, y por tanto posibilitar la destrucción marital, no necesariamente por el aspecto físico sino por los secretos y las mentiras implícitas.

Descubrir la infidelidad del cónyuge es una de las experiencias que puede afectar y lesionar a todo el sistema familiar, especialmente a los hijos. Lo que muchas personas no reconocen es que el cónyuge infiel y el o la amante también se ven agraviados por esta experiencia. Surgiendo varias actitudes según el papel que se tenga en la relación de pareja.

3.3.1 ACTITUDES DE LA PAREJA

La mayoría de las personas adoptan sus propias actitudes y posturas con respecto a la infidelidad de su cónyuge y no hay un patrón determinado de conducta. Es decir, con frecuencia tratan el asunto en relación con conocidos (hablan de cómo les ha ido a ellos al enterarse de la infidelidad de su pareja), o bien, hablan de su disposición personal hacia el cónyuge.

En la mayoría de los casos la esposa o esposo, al que le están siendo infiel, se hace a veces de “la vista gorda”, o simula en ocasiones que aquello no puede suceder, mientras sabe perfectamente que está ocurriendo, sin quererlo aceptar.

Lake (1990) y *Willi (1990)*, describen que las actitudes mas comunes de cómo se comportarán o de lo que pensarán las personas que se han enterado que su pareja les fue infiel son:

- “Preferiría ignorar tal suceso”.

Esta actitud puede presentarse a través de cierto número de formas. Una de ellas es: “No me vengas con la noticia de que tienes una aventura”, otra es “No te molestes en creer que te perdonaría si me lo contaras”. La actitud se inclina hacia la circunstancia de la confesión, pues el cónyuge infiel capta la noticia de que su pareja resultaría más lastimada por enterarse del hecho, que por la acción misma de la infidelidad. También indica que la persona casada preferiría ignorar por completo todo lo referente a los impulsos y necesidades sexuales de su cónyuge, ocasionando monotonía y fastidio, aumentando la probabilidad de aumento o de continuación de la infidelidad.

- “La pareja siempre lo sabe”.

Esto es un mito, pues casi la mayoría de las parejas nunca llegan a enterarse y un gran número de ellas ni siquiera llegan a sospecharlo. Por lo que este mito constituye un patente reto para aquellos individuos que experimentan la

necesidad de tener una o dos aventuras en marcha y nunca lleguen a sorprenderlos.

- Intentar hablar para aclarar las cosas.

Después de tener un número considerable de sospechas se supone que la persona cree como mas saludable comunicarle a su pareja lo que está pasando y sintiendo; con la finalidad de que le aclaren los “malos entendidos”.

- “Le arrancaría los ojos a ella”.

Esta es una reacción femenina típica, cuya indignación se proyecta sobre el cónyuge infiel y sobre la amante. Se llega a realizar la suposición de que “la otra” siempre es culpable. En cambio la actitud hacia el esposo estriba en que es, y siempre ha sido, débil, de poca confianza y con tendencia a caer fácilmente en la tentación.

- “El otro sujeto no puede ser muy divertido”.

Este argumento sugiere que todas las aventuras amorosas deben de ser búsquedas a ciegas, intentos furtivos y despreciables en los que el cónyuge que engaña es más digno de lástima que de reproches. Y sólo un sujeto lleno de confianza se arriesgaría a tomar esta actitud y se expondría a procurar a su pareja a la excusa de que una aventura no le quitará nada a ella ni a su relación matrimonial. El argumento es, que no importa que su pareja tenga o haya tenido una relación extraconyugal, puesto que ha regresado a su hogar, debido a que “la otra” o “el otro” no fue muy divertida(o), o no le dio a su cónyuge lo que en casa tiene.

- “Es un riesgo que tienes que correr”.

Esta es una actitud de realismo franco, pues su expresión representa un peligro recíproco, pues la pareja que pronuncia estas palabras está dando a entender que ella también puede ser infiel. Pues en todo matrimonio, el índice de

probabilidades de la infidelidad es alto. No obstante, la amenaza por parte de una esposa de que si su marido corre una aventura, ella hará lo mismo; constituye en algunos casos una sanción efectiva. La doble perspectiva por la que los hombres pueden tener aventuras y las mujeres “no deben”, continúa vigente y con frecuencia los hombres se escandalizan mucho más por las relaciones extraconyugales de sus esposas, que por la de ellos.

- “Mi pareja siempre volverá a mí”.

Esta postura es de un optimismo ideal. Constituye una forma de confianza y cariño, y el sujeto en situación de decirlo con autenticidad y seguridad refleja que ha alcanzado una profunda compenetración en su matrimonio. Es decir, la mayoría de las esposas se encuentran convencidas de que, en definitiva, sus maridos no dejarán de quererlas y no las abandonarán aunque sólo sea por los buenos ratos y los triunfos que compartieron sobre las malas rachas que vivieron, lo que los mantendrá unidos para siempre.

- “Indiferencia”.

Cuando la pareja toma una actitud indiferente y le da lo mismo que su esposo(a) sea infiel o no, es porque existían pensamientos encaminados a decir “la relación estaba condenada al fracaso”.

- “El papel de la víctima”.

Cuando se conocen las actividades extramaritales de uno de los cónyuges, el otro desempeña un papel de víctima. Por ejemplo, si se trata del marido, por lo común es objeto de ridículo, como lo demuestra la utilización del término “cornudo” que suele aplicársele por haber sido víctima de la infidelidad de su esposa. En cambio, la esposa cuyo marido es infiel, también es considerada como víctima, pero por lo general se le ve mas bien como una figura trágica digna de compasión y lástima.

-
- Usar a los hijos para atacarlo-la- y/o atraerlo-la.

Por chantaje o por obligación pueden ser utilizados los hijos, generándole sentimientos de culpa al infiel, pudiendo provocar que regrese o reivindique su conducta.

- Abandonar al marido (esposa) o correrlo de la casa.

Actitud drástica, realizada después de haberse enterado de la infidelidad.

- Luchar por él(ella) o intentar atraerlo nuevamente.

Esforzarse por retenerlo e intentar seducirlo(la) otra vez, para que su relación no se termine.

- Dialogar con la amante.

Para pedirle a través de una comunicación racionalizada, que deje en paz a la pareja solicitándole que no destruya el hogar, y lo(la) deje seguir viviendo con su familia sin que ella o él se interponga.

- Rogarle que no lo(la) deje.

A través de suplicas continuas, diciendo que perdona todo lo sucedido y ruega que lo haga por el bienestar de la familia, el amor, el tiempo de vivir juntos o por él o ella misma.

- Obligarlo(la) a dejar a la otra persona e imponer “condiciones”.

Puede ser por medio de amenazas en donde se le da un ultimátum a la pareja para que deje a su amante, o tendrá problemas legales o incluso se le intimida diciendo que podría llegar a matarlo(la) y/o a su amante. Además de imponer condiciones en la relación (como impedir visitas, salidas, amigos, entre otras), sin derecho a que el amante elija algún bienestar personal.

- Depresión profunda.

La infidelidad podría ser un factor que provoque depresión en la persona que lo está viviendo, por la decepción padecida, el engaño, la traición, el daño o el supuesto dolor.

- Suicidarse.

Actitud de la pareja, ante la impotencia de no saber porqué sucedió la infidelidad o no saber que hacer ante tal evento, suponiendo que era una situación que no estaba contemplada dentro de sus planes; escoge como solución el quitarse la vida.

- Embarazarse.

Actitud propia del género femenino, pues al creer que teniendo un bebé su pareja recapacitará dejando de ser infiel y continuará con su relación formal.

Todas estas actitudes que manifiesta el cónyuge que ha vivido una infidelidad, provocarán varias reacciones: se divorcia, tolera esa infidelidad y aparenta decir y pensar que no pasó nada o simplemente puede retomar este comportamiento de su pareja como punto de reflexión para analizar que es lo que está sucediendo en su relación y qué originó que su cónyuge fuera infiel -detectando sus fallas, aciertos, y todas aquellas cosas que tiene que cambiar para establecer una verdadera y real comunicación con su pareja-.

Es factible considerar que dependiendo del grado del deterioro que se cause con la infidelidad, dependerá el reestablecimiento de la relación de pareja o su total destrucción (*Bonilla, 1993*).

Así el cónyuge que ha sido engañado, podría tener una o varias reacciones, anteriormente escritas, en donde su confianza ha sido traicionada, su orgullo ha sido maltratado, las mentiras de su pareja y el cambio de su comportamiento lo

han desconcertado y han modificado su relación, sus hijos también pudieron salir dañados y quizá notaron esa indiferencia que ahora su pareja demuestra hacia toda la familia; situaciones que lo llevarán con dificultad a tomar como solución seguir o no seguir con su relación de pareja.

A su vez también la persona infiel tiene actitudes características que a continuación se describen.

3.3.2 ACTITUDES DE LA PERSONA INFIEL

Cuando una persona es infiel, habitualmente comienza a mostrar cambios notables en su proceder como la falta de interés en la pareja formal. Muchas veces, a pesar de observar cambios negativos en el comportamiento de la pareja, resulta difícil darse cuenta si es infiel, debido en parte a la tendencia a ocultar la verdad en estos casos diciendo “pero cómo se te ocurre, si a la persona que más quiero eres tú”, u ofendiéndose porque se duda de ella. Otras veces se escudan en el argumento de que “los celos solamente hablan de tu inseguridad, estás mal, es tu imaginación”. Y lo cierto es que casi nadie reconoce ni acepta su infidelidad.

3.3.2.1 ACTITUDES DEL VARÓN INFIEL

Hay evidencias que pueden dar la pauta para facilitar el darse cuenta de la infidelidad de los varones, puesto que normalmente se dan cambios en su manera de actuar o en su conducta. Algunas de las actitudes más comunes en los varones, según *Serrano (1997)* y *Zumaya (1998)* son:

1. Aumenta sus ausencias y llegadas tarde al hogar “por motivos de trabajo”.

-
2. Los viernes se convierten en días de “juntas” que lo ocupan hasta altas horas de la noche; incrementa sus salidas fuera de la ciudad debido a “seminarios”, “cursos”, “capacitaciones” “congresos”, y tiene “llamadas de emergencia” de su trabajo que lo hacen salir de casa.
 3. Comienza a presentar conductas extrañas y sospechosas (al contestar llamadas telefónicas y hablar de forma monosilábica, no dar explicaciones de lo que hace, realizar gastos extras, salidas frecuentes, cambio en su forma de vestir, entre otras).
 4. Esconde el estado de cuenta del banco, hace llamadas misteriosas, surgen trabajos imprevistos, hay prolongación del horario laboral y otras cosas por el estilo.
 5. Restringe el dinero a su mujer, a pesar de que ha trabajado “tiempo extra” y aún así no tiene dinero.
 6. Le recrimina que gasta demasiado, se enoja cuando ella le pide la cantidad correspondiente a los pagos habituales (colegiatura de los hijos, teléfono, comida ropa), insiste en que hay que reducir los gastos.
 7. Pierde el interés por su pareja, es decir dejan de existir detalles, cortejos, seducción, regalos atenciones, tiempo de dedicación. .
 8. Ya no le preocupa saber de su mujer, cómo se siente, qué piensa, por qué hizo tal o cual cosa.
 9. Tampoco comparte su tiempo libre con ella; la frecuencia y calidad de las relaciones sexuales disminuye notoriamente, los pocos momentos de intimidad parecen reducirse a una simple descarga de tensión y satisfacción física.

10. Se aísla de la vida familiar. No le interesan las reuniones familiares y no quiere dedicarle tiempo a sus hijos o a su esposa.

11. La convivencia en el hogar se vuelve monótona y aburrida, en ocasiones tensa los gritos y el mal humor son los que predominan. Cuando se encuentra en casa, no participa del entusiasmo de los demás, ni de sus actividades (tareas, juegos, comida, diversiones), está de cuerpo presente pero su mente parece hallarse en otra parte, parece ajeno.

12. Algunos se vuelven “terriblemente celosos”, pues en ocasiones llegan a pensar que su pareja podrá actuar de la misma manera que ellos, siendo infieles, y le empiezan a impedir salir a la calle o el tener amistades por la desconfianza de que alguien les diga lo que él anda haciendo.

13. Se la pasa hostigando a su esposa cuando ésta en realidad no ha dado motivo a ninguna de sus sospechas; la obliga a cambiarse cuando luce guapa y va a salir sin él; insiste en sospechar de las “malas intenciones” que respecto a ella pudieran tener sus compañeros de trabajo o sus amigos.

3.3.2.2. ACTITUDES DE LA MUJER INFIEL

Por el contrario, afirma *Serrano (1997)*, en la mujer puede haber las siguientes actitudes:

1. Si es cortejada tiene fantasías mentales con un hombre real o imaginario, que la hace sentirse amada nuevamente. Y hasta este momento no tiene todavía ninguna intención de cometer una falta o de involucrarse en una relación de infidelidad.

-
2. Si es cortejada por el hombre, empieza a dudar de iniciar o no la relación, descubre afinidades o intereses compartidos y compara insatisfacciones que tiene en su relación.
 3. Inicia la relación, aunque en algunos casos con remordimiento, pero a la vez disfrutando intensamente sensaciones desconocidas.
 4. En ocasiones sigue con esa “doble vida” que la llena de culpas y sobresaltos.
 5. Pierde el interés en su pareja. Al igual que el varón sintiéndose insatisfecha de manera emocional y sexual en su relación formal.
 6. Deja de realizar sus obligaciones como en la atención a los hijos o a la pareja, en su alimentación, vestido y actividades de ellos.
 7. Acaba con la relación y continúa cumpliendo con sus obligaciones. La mujer puede retractarse de seguir siendo infiel y prefiere regresar a su vida matrimonial.
 8. Puede arriesgarse a terminar la relación anterior, abandonando al esposo y a los hijos, e iniciar una nueva forma de vida con su amante.

Como pudo observarse quizá el comportamiento de infidelidad tiene más consecuencias de las que se pensaban puesto que su pareja lo percibe, los hijos lo resienten y notan el cambio, económicamente no alcanza el dinero –por los gastos extras- y socialmente, si se descubre, vivirá con la angustia de haber engañado a su pareja haberle fallado en todos los aspectos siendo objeto de críticas y reproches.

La tercera persona dentro de una relación de infidelidad (la o el amante), también tiene comportamientos característicos, que a continuación se describirán.

3.3.3. ACTITUDES DE “ EL O LA AMANTE ”

El tercer ángulo de este triángulo emocional es “la otra mujer” –es importante mencionar que se habla de la mujer como “amante” debido a que hay mas información al respecto, que de los varones. Y sus actitudes ante esa relación son en función de justificar las mentiras necesarias para mantener en funcionamiento la aventura.

Tradicionalmente las mujeres que ocupan el papel de “la otra” casi en su mayoría son solteras y sin compromiso. Las actitudes de estas mujeres hacia la relación, según *Baroni(1990)*, *Lake (1990)* y *Strean(1992)* son:

a. “Procuero no permitir que eso me preocupe”.

La “amante”, sobre todo si está enamorada de el hombre y comprometida en una aventura a largo plazo, probablemente se verá obligada a escuchar detalles acerca de la esposa de su amante y de lo que ocurre en su matrimonio, entonces su actitud es de supuesta indiferencia hacia el matrimonio de su amante; evitando a toda costa que emerjan sus sentimientos y celos hacia ese hombre compartido y no permite que las mentiras le preocupen.

b. “No me molesta en absoluto”.

Esta persona puede catalogar a la esposa como una persona detestable, capaz de hacer muy desgraciado al hombre; y de alguna manera se forman un criterio de que si la esposa, fuera una esposa “de verdad” no se hubiera producido esa

aventura extraconyugal, por lo cual no le molesta ser “la otra” y se complace en otorgar lo que la esposa, aparentemente, no ha sido capaz de darle a su pareja.

c. “Ser amante es más honrado que ser esposa”.

Las amantes solteras que manifiestan esta actitud es porque surge como un rechazo razonado de la idea de matrimonio, pues parece ser una racionalización desesperanzada ante la idea de casarse alguna vez, en ocasiones manifiestan que obtiene mucho más beneficios al ser la amante que la esposa. Aunque en ocasiones existe otra actitud en donde la amante afirma y tiene un pleno conocimiento de que en esa relación no habrá un futuro prometedor, pero no le importa, y piensa disfrutar la relación mientras dure.

Estas actitudes podrían estar sujetas a comprobación en futuras investigaciones, pues sería importante reafirmar si realmente se comportarán de esta manera, sin involucrar sentimientos ni exigir derechos o pasar por inadvertido el lugar que ocupa dentro de la relación.

Cabe mencionar que las actitudes antes mencionadas hacen hincapié en la mujer como amante y no en el hombre. Puesto que debido a la polémica del tema de la infidelidad, existen mas datos en donde los hombres siguen ocupando porcentajes mas altos en esta conducta. Además de que las mujeres si son infieles, reprimen mas sus expresiones, no lo divulgan tan fácilmente, ni entre sus propias conocidas por la represión social de la cual pueden ser objeto.

Retomando el punto de vista diferente de cada uno de los ángulos de este “triángulo emocional”, la necesidad de justificar las mentiras y verdades que protegen esta aventura suele ser, en muchos casos, producto de las expectativas de la relación de pareja, que no se han sometido a prueba a través de un verdadero diálogo o de una abierta comunicación. Las cuales están justificadas

por un mecanismo adaptador de actitudes, que cada persona afectada adecua, según le convenga, a sus objetivos.

A menudo, la forma de cómo reflejan esto es indicio del aprendizaje inicial que posee cada individuo, de acuerdo a todo lo observado en el matrimonio de los padres, es decir que aunque no se quieren repetir patrones de conducta aprendidos en el ambiente familiar, se suelen retomar pautas de comportamiento en donde se refleja ese aprendizaje.

En la mayoría de las infidelidades, este comportamiento está compensado por el amor que posibilita esa nueva aventura, el cual se valora, positivamente. Pues el nuevo amante suele ser atento y sensible a cada una de las fases por las cuales va atravesando la situación de infidelidad, sabe apreciar mejor el valor que representa esa relación para su compañero o compañera; y a su vez él o ella puede considerarse dichoso(a) conformándose con un brazo alrededor de la cintura u otra manifestación de cariño, que quizás en el hogar no tiene.

Por lo que se ve como permisible y quizá hasta “normal” que el hombre sea infiel y la mujer lo tenga que perdonar, en cambio, si ella realiza lo mismo, es recriminada totalmente por la sociedad y no será bien visto. Además la manera de reaccionar de la sociedad ante la persona que ha sido infiel está determinada por el género; pues a la mujer “engañada” se le compadece y al hombre “engañado” se le ridiculiza ya que su virilidad ha sido ultrajada debido a que su pareja, al no sentirse satisfecha, tuvo que buscar a otra persona.

Por tal motivo, dependiendo de qué papel juegue la persona –fiel o infiel- es importante considerar que dentro del matrimonio debe de existir una comunicación franca y honesta en donde se informe de todo lo bueno o malo que está sucediendo, así como también de las inconformidades que surjan día con día.

Un aspecto que se debe tomar en cuenta es, que la actitud ante la infidelidad difiere significativamente entre los hombres y las mujeres. De ahí que las causas que los llevan a ser infieles sean diferentes, la manera de cómo la vivan y la reacción ante la infidelidad de la pareja será también diferente.

Por lo que los efectos de la infidelidad, son lógicamente distintos en cada persona y en cada situación, puesto que puede: fortalecer la relación (valorando lo que se puede perder por una aventura amorosa, mejorando la comunicación dentro de la pareja, reflexionando en los aspectos positivos y negativos existentes u originando mayor experiencia para disfrutar la relación); provocar: ansiedad, dolor, depresión, humillación y sentimientos de culpa (que son algunas de las reacciones frecuentes en aquellas personas que son infieles o fueron objeto de infidelidad) o se puede tomar como parte integral de la relación.

Cuando en una relación de pareja existe infidelidad puede haber efectos agradables o desagradables entre los integrantes. Tema que será desarrollado en el siguiente capítulo.

CAPÍTULO 4.

EFFECTOS PSICOLÓGICOS DE LA INFIDELIDAD EN LA RELACIÓN DE PAREJA.

Cada persona decidirá enfrentar la infidelidad, independientemente de los resultados que pueda obtener (es decir continúe su relación de pareja o se origine una separación). Y los sentimientos respecto a la confrontación de este fenómeno probablemente serán diferentes de acuerdo a la etapa que esté viviendo su relación y cada persona actuará de manera desigual.

Por ejemplo, al confrontar a la pareja de la sospecha de infidelidad, sería más óptimo, tener una ligera sospecha durante un breve periodo de tiempo, que una sospecha que creciera día con día, por varios años. La cantidad de tiempo y la intensidad de los sentimientos generalmente dictan la decisión de una persona respecto a cuándo enfrentar a su pareja y preguntarle si está siendo infiel; sin embargo, hay quienes retrasan este momento por miedo a que una acusación falsa pudiera empujarla a un amorío –que antes no existía- o bien, a no poder eludir las situaciones subsecuentes, pese a la angustia que se deriva de la incertidumbre y las constantes interrogantes que giran en torno a la infidelidad.

Hay que destacar que cualquier riesgo que pudiera haber al acusar falsamente a la pareja no es tan grande como el riesgo de posponer la problemática de la pareja hasta que quede agraviado el nivel de comunicación, de confianza, el lazo afectivo o la autoestima de uno o ambos, por las dudas existentes.

En ocasiones las parejas tienen que dejar de lado las amenazas, los chantajes o la manipulación de otros aspectos de la relación para saber la verdad acerca de la infidelidad y/o manejarla, una vez que se ha descubierto.

También es importante saber ¿Cómo enfrentar la situación?, no hay manera de garantizar que reacción se tendrá ante una confrontación, pero hay algunas formas de mejorar las probabilidades de que el resultado sea favorable. La orientación que debe usarse para preguntar, depende del nivel de la duda que se tenga de la supuesta infidelidad. Cuando hay una señal sospechosa de que algo marcha mal dentro de la relación (como faltar a dormir a casa, extrema dedicación al trabajo, falta de deseo sexual, trabajo excesivo y escaso dinero, contradicciones en argumentos, por citar algunos factores) podría ser importante considerar los cambios de comportamiento, los comentarios o incidentes casuales que están sucediendo. Pero si la respuesta de la pareja es que 'no hay ningún problema', es improbable que esto sea tranquilizador y la duda puede seguir existiendo. Pues aún y cuando no signifique necesariamente que se está ocultando una infidelidad, sí aumentaría la probabilidad de que algo está estropeando la relación.

A medida que las sospechas continúan y tal vez se fortalezcan, la mayoría de las personas llegan al punto de angustiarse pues la ambivalencia respecto a querer saber y tener miedo a averiguar la verdad, genera estos sentimientos, y puesto que la mayoría niega tal acto, la inseguridad y la duda se incrementa. Al realizar el cuestionamiento a la pareja de que si está siendo infiel; su respuesta negativa puede incluir un ataque con la intención de hacer creer que su pareja está alterada por tener desconfianza y no saber ni lo que está preguntando, siendo por consiguiente más probable que estas sospechas sean ciertas. A la vez una respuesta violenta puede ser un intento de poner un alto a cualquier pregunta adicional, reaccionando defensivamente para poder negar que hay infidelidad. Antes que nada es importante elegir el momento y un lugar donde no haya distracciones, para poder preguntar a la pareja, si está siendo infiel. Es esencial

establecer contacto real con la persona, mirarla a los ojos y expresar los verdaderos sentimientos, de acuerdo a la incertidumbre de la existencia de infidelidad (Saez, 1994).

No siempre es fácil que la pareja infiel acceda hablar de ello, lo cual puede obedecer: al deseo de mantener la imagen benévola de sí misma, a la creencia de que es mejor para su pareja no saber la verdad, a una expectación de evitar las reacciones emocionales o violentas; o también a querer seguir siendo infiel. La razón principal para no hablar es debido al código básico del silencio que es comprendido implícitamente por cualquiera que tenga amoríos extramaritales: ' Nunca lo digas' . ' Si te preguntan, niégalo' . ' Si te descubren, di lo menos posible' . El poder del código del silencio con frecuencia presenta una defensa hermética para la comunicación, para la persona que con desesperación desea saber por qué ocurrió la infidelidad.

La persona que es infiel, por lo general quiere evitar pensar en los efectos de sus acciones. Algunas veces sus sentimientos de culpabilidad y vergüenza tienden a aumentar conforme se incrementa la discusión al respecto, así es que prefiere mantenerlo tan silencioso como sea posible (Cantú 1994; Rage, 1996).

Una persona que confirma la infidelidad de su pareja es probable que se sienta abrumada por las fuertes emociones experimentadas, como: dolor, ira, vergüenza, resentimiento, amargura y sensación de pérdida. A pesar del grado de sospecha o de la naturaleza de la confrontación, nadie parece estar completamente preparado para el padecimiento de saber la verdad (Barragán, 1998; Gutiérrez y Villegas, 2002).

Al enterarse de la infidelidad, la fuerza del impacto emocional puede hacer difícil que la persona afectada piense objetivamente; la mayoría trata desesperadamente de explicarse lo que pasó. Al intentar comprender la situación, suele cuestionarse cómo pudo su pareja correr los riesgos de ser descubierto, ser

infectado o perturbar su relación. Todo ello no sólo crea problemas de comprensión, sino también genera resentimientos.

No obstante, en la mayoría de los casos, quienes son infieles simplemente no piensan en los riesgos que implica. Sólo especulan que nunca saldrá algo incorrecto. Aún cuando puede existir el riesgo adicional del SIDA o la transmisión de enfermedades venéreas, que no garantizan el fin de la infidelidad. En cierto modo sirve como un aquietamiento que afectará la elección de varios compañeros sexuales, pero de cierta manera esto sigue siendo un hecho frecuente en la vida de pareja y sigue considerándose como una experiencia excitante que quebranta lo cotidiano (*Riso, 2000; Zumaya, 1998*).

Thompson (1983) menciona que la infidelidad ocasiona una crisis en la pareja en la que se observan los siguientes elementos:

1. *La existencia de una confusión cognoscitiva y emocional entre la pareja.* Cuando uno de los miembros de la pareja se entera de la infidelidad, sus pensamientos se vuelven negativos y tiene sentimientos perjudiciales hacia su compañero(a) o él mismo.
2. *Disfunción en la relación, que en ocasiones deriva en la búsqueda de un tercero.* Es decir cuando existen diferencias de opiniones entre la pareja o se vuelve imposible llegar a acuerdos o negociaciones; se busca a otra persona que “si comprenda mi actitud o conducta”.
3. *Resistencias en cuanto a la aceptación de la infidelidad.* En ocasiones si la pareja se entera, se niega a creer lo que está sucediendo, pensando que es pasajero, que no tiene importancia, o que no se compara consigo misma(o).
4. *Presión ejercida por la persona engañada hacia la infidelidad, por lo que se generan sentimientos de celos y venganza.* Se inician entre la pareja los

constantes reclamos y descalificaciones por la conducta realizada, y se genera en ella la idea de hacer lo mismo que le hicieron.

5. *Búsqueda de la pareja de un marco interpretativo del porqué y cómo sucedió la infidelidad, para poder dar solución y así cubrir la insatisfacción que la relación les ha provocado.* Algunas parejas pueden llegar a tomar esta postura y en verdad reivindicar su relación.
6. *Toma de decisiones acerca del futuro.* Tienen que decidir qué van a seguir haciendo, qué es lo nocivo de su relación y qué deben de extinguir. Realizando planeaciones de nuevos patrones de comportamiento.

Independientemente de cómo se enfrente la noticia de la infidelidad considerando el criterio y la experiencia personal que tenga cada individuo, se ha establecido un modelo común, de cómo se recibe la noticia, que es el siguiente; según *Ocampo y Valdez (2000)*:

1. *La negación.* En algún momento la racionalización no es suficiente para explicar el comportamiento de una persona que se enfrenta a la infidelidad de su pareja. Cuando hay evidencia real para sugerir que hay un amorío extramarital y todavía no puede enfrentarse a ello, ha ingresado a la etapa de la negación. Mientras más tiempo una persona niegue sus sospechas, más difícil le será enfrentarse a ellas. Se inmoviliza por el temor y la confusión, y a veces pasa años evitando una confrontación. La negación de lo ocurrido es una reacción normal ante una dificultad nunca esperada, que sucedió sin haberse anunciado, y casi no hay tiempo de prepararse para el enfrentamiento. La mayoría de las veces no se sabe como actuar, se tiene la idea de que la pareja llamará arrepentida y que todo volverá a estar bien; algunos se hacen ilusiones de reconciliación y en muchas ocasiones se busca desesperadamente una nueva oportunidad para continuar con la relación.

2. La Aceptación de la crisis. Es la fase en donde se acepta que sucedió la infidelidad y se decide si la relación continúa o habrá separación. En realidad es la más dolorosa de todas. Es el momento en que se acepta por fin que el otro ha sido infiel o que se ha ido para siempre, domina un verdadero torrente de sentimientos encontrados. La más profunda desesperación, ira, impotencia, miedo y las dudas sobre uno mismo van intercalándose. Las continuas variaciones de humor son típicas. No se es capaz de poner un límite a los sentimientos de venganza y celos.

3. La Liberación. Llega el momento en que la pareja no se da cuenta de que la intensidad de la pena y el dolor contenido se reduce. Poco a poco vuelve la tranquilidad y regresa el sosiego interior. Al final de esta fase, sabe que su pareja no se ha separado para hacerle daño, sino porque eso es lo que realmente quería y tiene derecho a decidir si desea o no regresar.

Algunas personas piensan que pueden acortar el proceso y deciden al final de la tercera fase intentar una nueva relación de pareja. Pero esto, al contrario de lo que pudiera parecer, es un error, como se demuestra en la mayoría de los casos: el que se une a otra persona antes de completar su relación y concluir la ruptura, se enfrentará con otra clase de problemas (Serrano, 1997).

En algunas ocasiones cuando uno de los integrantes de la pareja ha aceptado la infidelidad; el enfrentarse con el o la rival puede ser una experiencia arriesgada sobre todo si la otra persona asume actitudes deplorables o de venganza con respecto a ambos integrantes de la pareja. Sin embargo, se ha visto que uno de los resultados más benéficos de tal encuentro es que puede servir para eliminar la fantasía de que la tercera persona es alguien con quien no es posible que uno pueda competir. El éxito o fracaso de tal situación es un asunto que depende de cada persona y la forma en como maneja la situación.

En términos generales, aún cuando el impacto de la infidelidad podría ser destructivo para hombres y mujeres, puede haber algunas diferencias sutiles en el modo de pensar de cada uno de ellos cuando esto ocurre. Pues los hombres tienen que luchar con la idea de que, en cierto modo, es peor para ellos tener una pareja infiel que para una mujer. Esta actitud se basa en la creencia tradicional de que antes las esposas eran consideradas como propiedad de sus maridos y no tenía derecho a ser infiel (*Rodhes y Potash, 1999*).

Para la mayoría de la mujeres, el perjuicio a su propia estima por el amorío de su pareja aumenta por el hecho de que las relaciones tienen mayor prioridad en su vida. En tanto que los hombres se han identificado principalmente en términos de su éxito en el trabajo o en otras actividades; las mujeres todavía, a pesar de los avances recientes de la equidad, tienden a identificarse firmemente con el éxito de su relación sentimental, por lo que una mujer que siente que ha 'fracasado' en su relación por la existencia de la infidelidad, probablemente tenga una grave sensación de frustración, que le ocasiona un enorme daño a su propia persona.

De esta manera, también existen acontecimientos positivos que trae consigo la infidelidad, pues como ya se había mencionado una persona que es infiel busca novedad sexual, excitación y curiosidad; compartir intereses intelectuales, comprensión, compañía, respeto; recibir amor, afecto, enamorarse; y en ocasiones lograr un crecimiento profesional o personal; los cuales podrán ser motivos favorables para la relación de pareja. Punto que a continuación se desarrollará.

4.1 ASPECTOS FAVORABLES DE LA INFIDELIDAD

Albert Ellis (en *Hatfield y Walsters, 1998*) argumentó que la mayoría de los hombres y las mujeres tenían mas que ganar y no perder, con el adulterio, y lo mismo pasaba con sus parejas; pues podría haber como posibles beneficios:

- 1) La variedad sexual (al estar con otra persona diferente a la pareja formal);
- 2) El deseo de libertad (pues en ocasiones se aburren de las rutinas maritales y sienten que el involucrarse en romances externos es una de las mejores maneras de interrumpir estas rutinas y de aumentar su libertad);
- 3) La reducción de la frustración (particularmente cuando sus parejas no tienen gustos sexuales similares a los suyos);
- 4) Relación de pareja mejorada (se vuelven mas abiertos y honestos, las relaciones sexuales pueden mejorar y se puede sentir una mayor apreciación por la pareja); y
- 5) Mejores relaciones sexuales en el matrimonio (ampliando su conocimiento sexual utilizándolo para lograr un grado más eficiente y placentero en la sexualidad, con su pareja formal).

Por ejemplo, Pick de Weiss, Díaz-Loving y Andrade-Palos (1988) en un estudio que realizaron, observaron que las mujeres tenían mas probabilidades de tener relaciones de infidelidad en algunos de los siguientes casos: cuando están aburridas, cuando no se llevan bien con su pareja, cuando perciben poco amor, pasión y/o comprensión en su relación, cuando mantienen su relación por interés económico u otros motivos diferentes al amor, atracción y/o seguridad emocional.

Mientras que para los hombres difería el patrón, pues ellos tienen más probabilidad de involucrarse en una relación de infidelidad cuando: sienten que su pareja no hace un esfuerzo para satisfacerlo sexualmente, porque no están satisfechos con el número de relaciones sexuales que tienen con su pareja o porque creen que es más factible que un hombre pueda ser infiel.

Por lo que Cuevas (en *Montaño y Neria, 1994*) afirma que existen relaciones de infidelidad con factores o elementos favorables y desfavorables ya que en muchas ocasiones, la aventura extraconyugal ayuda a la persona involucrada a mejorar y revalorar aspectos negativos de su relación; otras veces es negativa y nociva; algunos ejemplos, de estos factores son:

- Factores favorables: es un estímulo y provoca un nuevo estado de gozo en la persona que lo vivencia, lo libera de la sensación de apatía y soledad, revaloriza su autoestima, le proporciona esperanza e interés en la vida, le otorga un despertar nuevo a su vida sexual, refleja mejoría en su salud mental.
- Factores desfavorables: complica la existencia de tipo conyugal, familiar, social, económica, laboral, sexual e intelectual; existe una duplicación de esfuerzos de todo tipo (el buscar excusas y justificaciones, más gastos económicos, falta de capacidad para cumplir las expectativas del otro, entre otras); posibles embarazos no deseados; el amante joven y soltero(a) invierte mucho en la relación –a veces toda su juventud-; puede provocar enfermedades de tipo venéreo; también puede llevar hasta el divorcio o impactar a los hijos de forma muy notable.

En algunos casos, el cónyuge que mantiene una relación de infidelidad afirma que se siente terriblemente atraído por su amante, que hay entre ellos una atracción especial que no existe en su relación formal, lo que hace al amante realmente irresistible. Y entonces el cónyuge infiel se obsesiona con su amante lo

cual lo lleva a realizar otras cosas que podrían acabar con su antigua relación o modificar la actual.

La excitación de un asunto no descubierto (como lo es la infidelidad) agrega una buena cantidad de emoción a la vida sexual de muchas personas en su relación de pareja. Algunas, para su sorpresa, encuentran que la aventura ofrece un sentimiento de poder que no estaba presente en sus vidas.

Independientemente de los riesgos y de la infidelidad, lo importante es que la persona llegue a definir qué espera de su propia vida, logre entender sus sentimientos y valore lo positivo y lo negativo de este tipo de encuentros, tomando en consideración que es una falacia el que las relaciones extramaritales sean siempre satisfactorias y excitantes; pues como toda relación, también tendrá sus ventajas y desventajas.

Pero se quiera o no, la infidelidad es una realidad a la que muchas parejas no podrán escapar en algún momento de sus vidas, pese a su educación y valores. Quizá por el hábito de discreción femenina, la infidelidad en la mujer no parece ser tan evidente como en el caso del varón, aún el porcentaje parece ser más bajo en relación a ellos, tal vez debido a que las mujeres suelen sentirse más culpables si provoca el destroce de la familia y atentan contra el ideal del matrimonio monógamo. Pero esto no significa que sean menos infieles, de hecho, los cambios de roles y la emancipación de la mujer en el ámbito laboral han contribuido a expandir sus campos afectivos en el mundo masculino y, en consecuencia, han iniciado relaciones de infidelidad (*Barragán, 1998; Duncan y Rock, 1995; Holtz, 1998*).

La ocurrencia de la infidelidad puede, en muchas parejas, denotar problemas y conflictos en la relación (de niveles e intensidades variables). Como a continuación se revisará.

4.2. IMPACTOS PSICOLÓGICOS DE LA INFIDELIDAD

Las personas al vivir juntos planean empezar una nueva vida, diferente a la de solteros, es entonces cuando al principio de la relación existe una convivencia positiva con su pareja y todo puede ir de maravilla; con el paso de los años algunas veces esto suele terminarse y la relación entre la pareja se va deteriorando y desgastando, se van olvidando todos esos detalles que en un principio la mantenían. Al suceder todo esto y si surge una tercera persona, que interfiera en la relación de pareja, alguno de los dos integrantes empezará la búsqueda de experiencias diferentes, nuevas y quizá emocionantes.

Al descubrirse la infidelidad dentro de una relación de pareja, algunas veces ocasiona un choque emocional, un estallido de cólera, humillación y devaluación en el sujeto engañado. Por otra parte la persona infiel en ocasiones cae en el arrepentimiento, primero se justifica y después exige que se le respete su tiempo y su libertad. Y el engañado podría volverse suspicaz y andar buscando cualquier pista que le asegure que la relación extramarital ha llegado a su fin; y empezar a compararse en ocasiones, con el amante en: lo físico, el poder, el dinero y la inteligencia.

De manera general se puede decir que las relaciones de infidelidad tienen un alto potencial de recompensas y pueden, al menos temporalmente, sobrepasar a la relación formal en términos de excitación sexual, crecimiento personal, autodescubrimiento y comunicación (Zumaya, 1997).

Cuevas (en Montaño y Neria, 1994) señala como factores favorables de la infidelidad que a veces sirve como un aliciente y provoca un nuevo estado de satisfacción en el cónyuge que lo vivencia, libera la sensación de apatía y soledad, revaloriza la autoestima y da un estímulo a la vida sexual.

Lake (1990) afirma que una aventura amorosa no necesita romper un matrimonio y muchas parejas sobreviven a la confesión y siguen adelante empezando una nueva clase de relaciones en las que reconocen y respetan el nuevo desarrollo que se realiza en el otro.

Otras veces muchos hombres y mujeres descubren que la infidelidad, señala el comienzo de una vida conyugal mejor, los problemas que antes se desatendían, se pueden plantear y corregir aumentando la cooperación y comunicación. Logrando la pareja liberarse del tedio y el aburrimiento; disminuyendo la propensión al conflicto, generándose mas comunicación entre ellos, consiguiendo realizar diferentes actividades juntos y por separado, hablando de expectativas y planeaciones para el futuro; (Hernández-Rossette, 2000).

En varias ocasiones, tales aspectos positivos son afectados por problemas emocionales y prácticos, pues mantener una relación secreta incluye varios esfuerzos extra, tales como: tener un lugar privado para los encuentros, mentir y prolongar los horarios de trabajo, excusarse por la falta de tiempo y dedicación a la familia y todo el conjunto de conductas que provoquen dicha furtividad.

Boekhout (en Aparicio, 2001) comenta que algunos de los efectos que origina o produce la infidelidad en la persona que la descubre son: experimentar la pérdida de confianza y pertenencia hacia su pareja, sentimientos de abandono, coraje y una incrementable necesidad de abandonarla. Es posible que también se sienta desorientada o trastornada, traicionada y pueda experimentar cualquiera de los siguientes sentimientos o todos a la vez, furia, dolor, ansiedad, inseguridad, temor, humillación, desesperación, celos y/o culpabilidad.

De esta forma a pesar de los aspectos favorables de la infidelidad; cabe mencionar que en este trabajo se les dará mas importancia a los efectos negativos

que ocasiona, porque hasta el momento un gran porcentaje de parejas que ha vivido esta experiencia, la consideran como un factor negativo que altera la relación, además de que podría haber no obstante secuelas psicológicas en la relación de pareja y en cada individuo, volviéndose un campo de intervención terapéutica para el psicólogo.

Entonces, en caso de ser una relación de pareja exclusiva, la infidelidad, se va desarrollar hasta llegar a un periodo en el que predominan la insatisfacción, las lesiones, los desacuerdos no discutidos y no resueltos, y la traición en sí misma.

El descubrimiento de la infidelidad puede traer como consecuencia una crisis en la pareja, en donde lo destructivo no es el suceso en sí mismo sino los sentimientos de traición, ruptura de confianza y la desolación que provoca. Algunas aventuras tienen poco que ver con el sexo, pero mucho con la decepción, el enojo y la sensación de vacío personal, pero también existe la expectativa de ser amado(a) y aceptado(a) y tomar la decisión de confrontar los problemas para reconstruir la relación.

De esta manera, podrían resumirse como consecuencias y efectos psicológicos de la infidelidad en la relación de pareja, las siguientes:

- La pérdida de confianza.
- La inestabilidad emocional en la relación matrimonial: indiferencia o ira.
- Depresión.
- Miedo.
- Baja autoestima.
- Enriquecimiento en habilidades sexuales.
- Consolidación de la relación extra-pareja.
- Ruptura o progreso de la relación matrimonial.

Según Rojas (2001), es importante aclarar, debido a las consecuencias originadas, que antes de que la persona se decida a confrontar la infidelidad de su pareja puede pensar acerca de varios aspectos:

- Estar seguro de querer realmente saber la verdad antes de cuestionar a su pareja, de tal hecho.
- Centrarse en el problema que originó la infidelidad y evitar la intervención de amigos o amigas y familiares, para que no exista la presión de opiniones encontradas acerca de las resoluciones a las que se puede llegar.
- Dejar de lado las amenazas, chantajes o manipulación de otros aspectos de la relación para saber la verdad o manejar la infidelidad una vez declarada.

Produciendo además en la relación de pareja donde existió infidelidad diversas dudas entre continuar o no continuar viviendo juntos y cómo hacerlo, algunas de las cuales podrían ser, según Serrano (1997) y Zumaya (1997):

- 1.- Generalmente las razones de la persona fiel, para continuar con la relación serían: mejorar la relación o seguir juntos para vengarse de la pareja infiel.
- 2.- En cuanto a la persona infiel, ésta puede desear: corregir el perjuicio y trabajar para la relación o continuar con el mismo patrón de infidelidad.
- 3.- Ambos pueden estar convencidos de que no conseguirán vivir sin el otro o pueden permanecer por: la dependencia económica, los convencionalismos sociales, por los hijos e hijas u otros intereses.

Por otro lado, las razones o miedos para NO continuar con la relación de pareja después de una infidelidad, según Vaughan (1999) son:

-
- * En la persona fiel: el temor a que suceda una nueva infidelidad.
 - * En el o la infiel: el recelo de que *su falta* se convierta en chantaje que limite sus actividades y desarrollo personal o el miedo a que le hagan lo mismo.
 - * Las razones que comparten ambos para no continuar son: tener una excusa para salir de una relación deteriorada o aceptar que la relación requiere de un cambio radical, pero que no se está dispuesto a realizar.

La infidelidad para muchas parejas destruye la confianza básica, lesiona la relación y a las personas; implantando indiferencia, frialdad afectiva y sexual, agresiones maliciosas, mentiras y angustia (Zumaya, 1998).

Otros vestigios que puede dejar la infidelidad son: un nivel de autoestima agudo, estrés, rencor, miedo a sufrir, incredulidad, paranoia, depresión y aislamiento social; pues el amor propio es castigado y se mezcla con la sensación de pérdida (Sánchez y Brown, 1996).

En suma, el impacto psicológico de la infidelidad puede ser devastador, algunas veces cuando una persona se entera de la relación extramarital, podría perder las expectativas de pensar que su relación de pareja va a continuar y logra decidir divorciarse, tema que a continuación se describirá.

4.2.1 EL DIVORCIO COMO CONSECUENCIA DE LA INFIDELIDAD EN LA RELACIÓN DE PAREJA.

Se ha demostrado que es mucho mejor una buena separación que un mal matrimonio. Sería preferible que la persona que se enamora de otra y decide

separarse, lo dijera honestamente; pudiendo crear menos conflictos en los niños y en si mismos.

Además de la inestabilidad emocional para los padres que supone una ruptura sentimental, éstos cargan con el miedo de cómo toda esa situación repercutirá en sus hijos. Durante este período, los padres se preocupan principalmente por sus propios problemas, pero a la vez, reflexionan de que son ellos las personas más importantes en la vida de sus hijos (Goldberg, 2000).

La intensidad de las emociones, el dolor, las ofensas, el rencor y otros sentimientos producto de la separación provocan un daño profundo en la pareja, en ocasiones difícil de recuperar. Por otro lado, la victimización de los hijos atrapados en la "batalla conyugal", produce deterioros psicológicos irreparables en la estructura cognoscitiva de los menores.

La mayoría de los divorcios están precedidos por meses o años de disputas, ofensas, desamor, peleas, desilusiones y frustraciones (O'Neill y O'Neill, 1990). En primer lugar, las parejas comienzan con provocaciones mutuas, con trato y vocabulario hostil, episodios de gritos y de abuso físico o verbal. Posteriormente, si la pareja no logra manejar los conflictos y comienzan un proceso de divorcio, inician un período de enfrentamiento por distintas razones, sea por rencor, rabia o por la división del patrimonio conyugal. En esta fase se intensifica la hostilidad, el deseo de daño de uno al otro. Surge el odio, la amargura y a veces hasta el deseo de venganza. En esta etapa, la mayoría de las parejas piensa que quitándole los hijos el uno al otro ganan la pelea, sin darse cuenta que le están haciendo un gran mal a los hijos.

Como ya se mencionó, diferentes son las situaciones que desencadenan un divorcio o separación. Entre otras se encuentra la inclusión de un tercero (infidelidad), violencia por parte de alguno de los cónyuges, celos, problemas

económicos, problemas sexuales, problemas en la interpretación de la realidad, de las creencias y los mitos (varias afirmaciones compartidas que contienen muchas de las reglas secretas de la relación).

Las personas evolucionan y cambian a lo largo de la vida, lo que en ocasiones provoca que un cónyuge descubra que el otro no es el mismo con el que se casó. A su vez, ambos pueden estar satisfechos con estos cambios, pero también puede sentirse desilusionados siendo esto motivo de conflicto constante, en ocasiones teniendo como resultado un divorcio.

Además, cuando la pareja está pensando en divorciarse por una infidelidad, suele ser visto como un peligro de desintegración familiar que le ocasionará problemas sobre todo a los hijos, pero también, si se evita el divorcio puede ser una oportunidad para que la relación de pareja mejore y resuelva esta dificultad.

El divorcio puede ser un factor traumático tanto para los cónyuges como para los hijos, pero no por ello debe ser disfuncional. La disolución de una relación significativa puede producir trastorno emocional, angustia y sufrimiento en la persona que lo vivencia. Incluso llegar a ocasionar depresión, intentos de suicidio, o enfermedades psicosomáticas.

La mayor parte de las personas que se divorcian toleran sentimientos depresivos, ambivalencia o cambios de humor; y la recuperación suele durar aproximadamente dos años, durante los cuales una psicoterapia sería necesaria en muchos casos, para poder hacer frente a estos síntomas y a la recuperación favorable de la persona y su entorno, que puede ser de fundamental apoyo en la terapia psicológica.

De acuerdo a investigaciones realizadas, se ha visto que casi el 75% de los hombres y las mujeres que se enteraron de la infidelidad de sus compañeros experimentaron emociones negativas que iban de “pavor paralizante a cólera

fulminante, incluyendo celos, humillación separación o divorcio y depresión abrumadora” (Sakruka, 1995). Esas consecuencias en sus conductas recorrían toda la gama desde la pasividad total hasta la acción violenta, dependiendo de lo fácil o difícil que fuera para ellos expresar ira, de cuando se culparan a sí mismos de la infidelidad y cuan alarmante les parecieran las ideas de separación.

En ocasiones el divorcio o la separación de la pareja a causa de una infidelidad, podría generar otro efecto psicológico como puede ser la depresión, en donde las personas involucradas presentan falta de capacidad para adaptarse y superar la nueva situación; siendo éste el punto central del siguiente apartado.

4.2.2. LA DEPRESIÓN COMO EFECTO PSICOLÓGICO DE LA INFIDELIDAD.

Una persona se podrá deprimir cuando algo desagradable le suceda, como algún fracaso en su relación de pareja, la muerte de un ser querido, problemas con la o el esposa(o), entre otros. Cuando estos sentimientos se llegan a prolongar, se vuelven agudos, que en ocasiones le impiden realizar su trabajo y sus actividades cotidianas no le parecen importantes.

Después de atravesar por una crisis en la relación de pareja como lo es la infidelidad, algunas de las personas involucradas tienden a sentirse culpables, tristes, sin esperanza, sienten que no pueden hacer nada; lo cual podría significar que está deprimida (Lara, 1999).

En ocasiones hay personas que esconden su depresión tras la ingesta de alcohol o drogas, trabajando en exceso, teniendo demasiada irritabilidad o enojo y siendo agresivas.

El DSM IV expone las características clásicas del episodio depresivo mayor, de esta forma una persona después de haberse enterado de la infidelidad de su pareja podría presentar las siguientes conductas, por lo menos durante dos semanas seguidas, con la presencia diaria de al menos cinco de ellas:

- a) Estar triste, desganada y con un sentimiento de “vacío”, preguntándose ¿porqué sucedió?.
- b) Perder el interés por las actividades que mas le gustaban (como practicar algún deporte, asistir a reuniones sociales, no desear tener relaciones sexuales, entre otras).
- c) Comer muy poco o mucho, por lo que baja o aumenta de peso; repercutiendo tal situación en su nivel de autoestima.
- d) Tener problemas para dormir: duerme demasiado o tiene insomnio (ocasionado por estar pensando en la infidelidad).
- e) Sus movimientos son lentos, siente el cuerpo pesado y/o está muy intranquila.
- f) Estar apática, fatigada y con poca energía, pues su vida ha perdido sentido por el engaño y la decepción experimentada.
- g) Se siente culpable de la infidelidad, impotente e inútil sin saber qué hacer.
- h) No se puede concentrar, ni recordar los pendientes del día. Se le dificulta tomar decisiones (por ejemplo: se divorcia o no se divorcia).
- i) La asaltan ideas recurrentes de muerte y a veces piensa en el suicidio o en pretender matar a su pareja infiel.

Además de estas conductas hay personas que también se sienten angustiadas, de mal humor, todo les molesta, tienen dolores de cabeza o espalda y/o malestar físico en general. Este trastorno podría conducir a la persona a otras secuelas psicosociales alterando sus relaciones con los otros, teniendo problemas con sus hijos, un deficiente rendimiento laboral o enfermedades psicosomáticas.

La depresión es una de las consecuencias psicológicas que la persona que se ha enterado de la infidelidad de su pareja podría empezar a vivenciar e incluso podría relacionarse con otra conducta, como son los celos.

i. LOS CELOS COMO EFECTO PSICOLÓGICO DE LA INFIDELIDAD

Cuando en una relación de pareja uno de los integrantes siente que el amor de la persona amada le ha sido quitado o está en peligro de que suceda por la existencia o aparición de una tercera persona, los celos emergen.

De acuerdo a lo expresado, los celos serían una “reacción natural” ante la posible pérdida de la pareja. Y surgirían en una relación amorosa, debido a tres factores según Goldberg (2000):

- a. La comparación,
- b. La competencia y,
- c. El temor a ser reemplazado.

Por consiguiente lo que determinará que los celos sean patológicos o “normales” es su intensidad y el hecho de que se deban a una causa justificada o infundada.

Las dudas sobre el cariño o la fidelidad de la pareja son inicio frecuente de ansiedad. Pues el celoso teme ver la infidelidad en la simple mirada o en el gesto que su cónyuge dedica a otra persona, tiende a mal interpretar pequeñeces y, a menudo, inicia interrogatorios y comprobaciones de las conductas de su pareja.

En todo este proceso de detección, de amenazas y de comprobación, el celoso está intranquilo, pero también su pareja puesto que acaba perdiendo la espontaneidad y la naturalidad tras tanta vigilancia y recriminaciones e intenta ser exageradamente discreto para evitar problemas. Entonces, si la pareja muestra señales de distanciamiento o hay una relación en que uno es más deseable que el otro, lo más probable es que existan cuadros de celos considerables.

Los celos podrían definirse como un sentimiento intenso cuyo principal organizador es el resentimiento provocado por el temor a ser despojado del afecto del ser amado por la presencia de una tercera persona o como una reacción de alerta ante una disminución amorosa de cualquier miembro de la pareja (Diez y Rodríguez, 1991). Este estado produce con frecuencia actitudes de rivalidad, es decir, tentativas para igualar o sobrepasar a la persona que despierta este sentimiento.

Podría decirse que los celos forman parte de la relación amorosa, pues la ilusión que se tiene de ser único y extraordinario en el mundo de la pareja se esfuma al entrar en escena "un tercero"; agudizando por consiguiente, tanto en los hombres y como en las mujeres, una percepción especial para las señales de infidelidad u otras conductas relacionadas con los celos.

También, cualquier cambio en el contexto de la pareja puede llegar a ser motivo para una reacción de celos dentro de la relación. Apareciendo pensamientos de engaño y atendiendo selectivamente a señales de alerta, creando de esta manera

un rival imaginario inexistente. Al no poder controlar estos sentimientos la persona se torna cada vez más insegura e hipervigilante, generando, como consecuencia, reacciones agresivas o "escenas de celos".

A largo plazo, los interrogatorios se vuelven rutina, la persona celosa controla la libertad y movimientos de su pareja y la relación comienza a deteriorarse. La comunicación se ve reducida exclusivamente a las preocupaciones y pensamientos del celoso. El bienestar de la pareja teñida de celos se va debilitando paulatinamente. En una pareja donde los celos predominan, se presenta la frustración y la pérdida, que provocan odio y agresión. Así, llegan a cuestionarse si realmente existe amor entre ellos.

En ocasiones, cuando los celos aparecen, son debido a malas interpretaciones de situaciones ambiguas, pues en vez de detenerse a pensar en otras posibles explicaciones, se permite que las emociones negativas empantanen el raciocinio. Por este motivo, es muy importante que la pareja tome un momento para analizar tanto las emociones como los pensamientos que tiene de las situaciones ambiguas existentes (como podrían ser: el llegar tarde, tener amigos, salir a divertirse, no llegar a las citas acordadas, entre otras) .

El perfil psicológico de la persona que siente celos se podría relacionar con la baja autoestima y la inseguridad. Ya que, estas personas, además de tener reacciones emocionales negativas, tienen necesidades de estimación y demanda continua de aprobación. La persona celosa reclama una abnegación, desea ser amado incondicionalmente, siendo incapaz de sacrificarse, puesto que suele ser demasiado egoísta y desconfiado. Por estas necesidades de apreciación, suelen demandar constante aprobación.

Las distintas escuelas psicológicas tienen diferentes enfoques sobre los celos, según el punto de referencia que tomen para evaluarlos desde el pensar, el actuar y el sentir del ser humano.

Según Tordjman (1999) el delirio celotípico es el convencimiento de la persona de ser víctima de una infidelidad conyugal en base a errores de juicio o a interpretaciones tendenciosas de supuestos indicios. Y lo que sucede es que el sujeto transforma la situación de la relación amorosa en una situación triangular. El tercero introducido es un rival sobre el que se proyecta resentimiento y odio, acumulados por las frustraciones que ha sufrido o sufre, el delirante celoso, que se siente burlado y abandonado.

Por consiguiente la persona se torna hipervigilante, y tiene que explorar sus sentimientos, descubrir las intenciones y desbaratar las ardides de su pareja. Generalmente, es mediante las encuestas y su propia reflexión que la persona delirante "esclarece" el misterio y llega a una "verdad", absoluta para él.

Cuando el delirio celotípico se ha formado, se sistematizan "pruebas", "falsos recuerdos", "pseudocomprobaciones", interpretaciones delirantes, de ilusiones, de la percepción y de la memoria.

La angustia de la persona por los delirios sobre la infidelidad de su esposa/o se convierte fácilmente en ira. Y puede hacer de forma incesante acusaciones, espiar o seguir a su esposa/o y malinterpretar las conductas que observe.

En ocasiones la persona acusa, espía o sigue insistentemente a su pareja, con el fin de demostrar la infidelidad, llegando a registrar su ropa en busca de evidencias o malinterpreta acciones que justifiquen su sospecha. La agresión física se transforma, en estos casos, en un peligro existente.

Los celos suelen estar muy frecuentemente sustentados por inseguridad personal, por un excesivo afán de posesión y por una dosis importante de desconfianza en la pareja y en el grado de compromiso de la unión (Van Pelt, 1991).

De esta manera, los celos, como efecto psicológico de la infidelidad podrían originar que la pareja se separe, y si no sucede esto, la persona celosa conseguiría padecer un desequilibrio psicoemocional o fisiológico, por estar pensando constantemente en la infidelidad de su pareja que como ya se mencionó desencadenaría violencia o agresiones.

Como pudo observarse la infidelidad produce diversos efectos psicológicos en las personas, independientemente de que la vivan directa o indirectamente, es decir del rol social que ocupen: de la pareja, de el amante, de el infiel, de la familia o de los hijos. Todas estas consecuencias dependerán de cómo se comporte y reaccione ante tal fenómeno o situación, cada persona. A continuación se desarrollarán los efectos provocados en los hijos.

4.2.4. EFECTOS PSICOLÓGICOS DE LA INFIDELIDAD EN LOS HIJOS

La infidelidad, sin importar porque se originó y que justificaciones se utilizan para tal acción, al menos como muchos la definen significa: engaño, mentira y traición consiguiendo romperse un pacto de confianza y compromiso que afecta a los hijos. Es decir los hijos padecen las consecuencias de estos conflictos ocasionados por sus padres teniendo como resultado en ocasiones, una forma de vivir disfuncional e inadaptativa, puesto que observan cotidianamente la inestabilidad emocional y psicológica de sus progenitores de las siguientes formas (Ramírez, Botella y Carboles, 1999):

-
- a- Si conviven con la pareja.
 - b- Si los ven pelearse o agredirse.
 - c- Si los ven con el otro o la otra (amante).

Considerando el elevado número de infidelidades entre parejas que se producen hoy en día, son numerosos los niños afectados por esta situación. La cual ha dejado de ser excepcional para pasar a ser bastante habitual.

Las *consecuencias que sufre el hijo* de padres que están pasando por una infidelidad estará relacionado con los desacuerdos familiares previos y las asociadas a la relación de pareja, además del papel que hacen jugar al niño en la solución de este conflicto (Tierno, 2000). Esto, junto con la edad y la madurez del propio niño, condicionarán la forma de cómo la infidelidad de sus padres, influirá en su desarrollo.

Las posibles reacciones en los niños según Boersner y Quintero (1994), Sandoval (1997) y Vilchez (1990), ante la infidelidad de uno o ambos padres, podrían ser:

- ° Reacción de ansiedad e incluso angustia, durante el conflicto de los padres. Suelen sentir miedo.
- ° Lloran a menudo, por lo que hay que acompañarles en ese momento, y favorecer esa expresión del dolor que sienten.
- ° Insisten una y otra vez en el deseo de que los padres vuelvan a estar juntos (en el caso en donde la pareja se haya separado por la infidelidad). Hasta que no aceptan que esto no es posible, se muestran muy tristes e infelices. Acabarán aceptando que esto no es más que una fantasía.

° Algunos se acuerdan del otro progenitor, cuando el que está con ellos les regaña, y desean tanto estar con el otro, que incluso pueden llegar a pensar en escaparse de casa. Llegan a idealizar más al otro progenitor, al ausente, pues sólo recuerda los buenos ratos pasados con éste.

° Probablemente, aparezcan trastornos en el sueño y en la alimentación.

° Cuanto más pequeño es el niño, dispone de menos elementos para elaborar lo que está pasando. En consecuencia, suelen aparecer manifestaciones de ello a través del cuerpo como: molestias abdominales, vómitos, dolores de cabeza, entre otros.

° Cuando el niño es algo mayor puede sentirse el causante de dicho conflicto entre sus padres y, por tanto, sentir gran culpabilidad. Suelen aparecer depresiones con fases más agresivas, repercusiones en el rendimiento escolar, regresiones a edades preliminares (vuelven a surgir comportamientos anteriores, de cuando estaban mas pequeños), entre otras.

De esta manera, la infidelidad genera consecuencias o efectos psicológicos que podrían impactar a las personas involucradas. Convirtiéndose en uno de tantos conflictos que enfrenta la pareja y al ser un tema sujeto a polémicas convergen infinidad de valores, prejuicios y estereotipos. Constituyendo una de las principales causas de violencia intrafamiliar y uno de los mayores motivos de consulta psicológica, por los efectos ocasionados y el desequilibrio psicoafectivo producido.

Ahora bien, la infidelidad puede reforzar la relación de pareja, siempre que se hable del “por qué sucedió y no del cómo”; siendo necesario reestructurar la relación desde sus orígenes y salir del estereotipo de “engañado contra engañador”, para superar el conflicto (Serrano, 1997).

La infidelidad en la relación de pareja al ocasionar consecuencias e impactos que desestabilizan la conducta, las emociones y los pensamientos de las personas, se convierte en un campo de abordaje terapéutico para los psicólogos. Con base en todo lo expuesto, se revisará a continuación, qué intervención terapéutica puede realizar un psicólogo, desde el enfoque Cognitivo-Conductual.

4.3. INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA EN LA RELACIÓN DE PAREJA DONDE HUBO INFIDELIDAD, DESDE EL ENFOQUE COGNITIVO-CONDUCTUAL

La terapia Cognitivo-Conductual se ha caracterizado históricamente por el énfasis que pone en la evaluación, pues es justamente sobre esa base que se definen las conductas meta, se programan los procedimientos de cambio y se valora el éxito terapéutico.

Una de las características del enfoque conductual es aplicar sus principios teóricos y metodológicos de manera rigurosa en la terapia psicológica, para el estudio, prevención y tratamiento de cuantos problemas de comportamiento presenta el hombre en su vida personal y de relación. Retoma los principios del aprendizaje y se orienta al cambio de conducta así como al entrenamiento en habilidades sociales.

Ahora bien si en ambos integrantes de la pareja después de haber vivido una infidelidad, existe la disposición de trabajar sobre su relación para lograr un cambio, pueden considerar una nueva oportunidad de corregir conductas inconvenientes y reiniciar su relación sobre nuevas bases, negociaciones y expectativas.

Macia y Mendez, (1993) señalan que cuando la pareja decide ingresar a terapia, la exploración terapéutica consiste en:

- Identificar el nivel de desarrollo psicológico de cada miembro de la pareja, de la relación misma y de la familia.
- Trabajar sobre duelos no elaborados y no comprendidos en relación con la familia de origen o hacia relaciones previas.
- Conocer la teoría personal de cada uno de los dos acerca de lo que está pasando con la relación. Qué se dicen a sí mismos y al otro en el sentido de explicarse y expresar lo que ha sucedido.
- Explorar la historia de la infidelidad, que provee una valiosa perspectiva sobre la situación actual.
- Aprender a vivir con la experiencia de la infidelidad.
- Detectar si hubo agotamiento o aburrimiento, y uno de los cónyuges lo está percibiendo y que esto le lleve a la infidelidad, por ejemplo: la falta de diversidad sexual, la monotonía en la relación, vivir de forma rutinaria, no complacer al otro, por mencionar algunos.
- Revisar los costos de dejar o quedarse en la relación, como son los aspectos económico y sociales, que muchas veces son ignorados por algunas parejas en crisis.
- Andar las interfases entre: la relación misma y el trabajo, la familia, los amigos, por su contrato en la alternativa de romper o continuar la relación de pareja.
- Incrementar la tasa de reforzamiento mutuo.

-
- Aumentar la frecuencia de conversaciones adecuadas, desarrollando habilidades de comunicación.
 - Enseñarles métodos de resolución de problemas y toma de decisiones, de forma asertiva.
 - Nivelar el desajuste entre expectativas y realidad que se ha producido con la convivencia diaria.
 - Disminuir el aburrimiento, la monotonía y la rutina que ha surgido dentro de la relación, pues se ha perdido el valor reforzante después de vivir juntos.

Ante la infidelidad es importante trabajar con los sentimientos que se derivan de este hecho, en cada una de las personas, como: el resentimiento, la culpa, la desconfianza y la venganza.

La decisión de perdonar o no se deja al criterio personal. Lo importante es estar dispuesto a desprenderse del dolor emocional y aprender de la experiencia vivida por una infidelidad. Otorgar el perdón y ser perdonado es más difícil cuando un miembro de la pareja se responsabiliza totalmente de la situación y no le da un punto de vista objetivo. La aceptación de la infidelidad de forma razonada, sin exagerar, ni restar importancia, es elemental para un perdón benéfico y auténtico. Con esta base, tal vez sea más fácil visualizar si es factible darse una nueva oportunidad como pareja o determinar si se separan.

Cualquier esfuerzo para reconstruir la autoestima debe empezar por cambiar la interpretación de la infidelidad como fracaso personal. Pues el aspecto más destructivo de la infidelidad para quién lo tolera es considerarlo sólo como un problema individual, aunque en realidad es una cuestión que responsabiliza y atañe a las tres partes involucradas. Esta nueva comprensión es esencial para que la persona pueda enfrentar con éxito la infidelidad antes de intentar construir

una imagen positiva de sí misma. Esto incluye aceptar el hecho de que la infidelidad ocurrió, superar la culpabilidad personal y los prejuicios que la rodean.

La relación marchará, cobrando sentido sólo con la participación de ambos miembros de la pareja y con el acuerdo de mantener igualdad de oportunidades y responsabilidades aceptadas a través del compromiso emocional, y donde se reconozcan las individualidades como diferencias y no como obstáculos para el desarrollo.

De acuerdo a Caballo (1991), Gilbert y Shmukler (2000), el papel del psicólogo dentro de un tratamiento conductual para mejorar la relación de pareja se orientaría a:

- a. Plantear las metas de la pareja.
- b. Detectar situaciones relevantes y hacer que la pareja las ensaye.
- c. Estructurar la revaloración de cada persona.
- d. Instruir a los pacientes.
- e. Modelar las conductas de la pareja.
- f. Hacer sugerencias, para los cambios que se quieran realizar.
- g. Adiestrar a la pareja durante los ensayos de las conductas problema.
- h. Retroalimentar positiva o negativamente conductas específicas de acuerdo al caso.
- i. No dar importancia a conductas irrelevantes (como: celos, chantajes, intento de manipulación o victimización, por mencionar algunas) .

-
- j. Aumentar el intercambio de conductas positivas.
 - k. Entrenamiento en habilidades de comunicación y resolución de problemas.
 - l. Cambiar el patrón de reciprocidad negativa introduciendo conductas positivas frente a la negatividad.
 - m. Cambios en las atribuciones, expectativas e ideas irracionales cuando es necesario.

Algunos de estos lineamientos también pueden retomarse para llevar a cabo un tratamiento psicológico con los hijos de las parejas que han vivido con una infidelidad o aquellas personas que se separaron por tal motivo.

La infidelidad al convertirse en un tema lleno de controversia y al llegar a presentarse en una relación de pareja estable, es importante considerar como medida de atención, lo significativo de conocer las causas que la originaron y a su vez los efectos psicológicos producidos en las personas involucradas, para que los psicólogos puedan realizar intervenciones terapéuticas necesarias y lograr reconstruir la relación, si así se requiere.

O por el contrario, si se recurre al divorcio, sería favorable trabajar con cada uno de los integrantes de la pareja, acerca de el impacto y las consecuencias e incluso la aceptación de la separación, que les dejó la infidelidad.

METODOLOGÍA

** OBJETIVO GENERAL*

Identificar qué factores provocan infidelidad dentro de la relación de pareja y describir los efectos psicológicos causados en la relación, para proponer alternativas que forjen una relación de pareja mas eficaz.

** OBJETIVOS ESPECÍFICOS*

1. Describir cuáles son las causas que provocan la infidelidad.
2. Conocer cuál es la actitud de los hombres y de las mujeres hacia la infidelidad.
3. Identificar las consecuencias psicológicas que origina la infidelidad.
4. Proporcionar alternativas que provoquen una relación de pareja funcional, en donde alguno de los dos cónyuges haya sido infiel.

** MUESTRA POBLACIONAL*

En el Sistema Municipal del Desarrollo Integral para la Familia (DIF) ubicado en el municipio de Teoloyucan (Estado de México), asisten diversos grupos de personas a diferentes programas de desarrollo personal, algunos de los cuales son: Atención a la Mujer, Atención Integral al Adolescente, Escuela para Padres, Atención Integral a la Madre Adolescente; en donde se les imparten conferencias, se realizan técnicas terapéuticas grupales y talleres vivenciales. De donde se seleccionaron 62 personas (31 hombres y 31 mujeres), que quisieran participar de manera voluntaria en esta investigación acerca del tema de infidelidad, siempre y cuando cumplieran con los criterios de selección.

* *TIPO DE MUESTRA*

Es una muestra no probabilística de sujetos tipo, puesto que la investigación tuvo como objetivo obtener información de manera profunda y de calidad, para realizar análisis descriptivo.

* *CRITERIOS DE SELECCIÓN*

La muestra se seleccionó de acuerdo a los siguientes criterios:

- a. Que quisieran participar de manera voluntaria.
- b. Que fueran personas que tuvieran una relación formal, es decir que vivieran en unión libre o estuvieran casados.
- c. Que tuvieran edades comprendidas entre los 25 y los 45 años.
- d. Sin importar cuantos años lleven viviendo juntos.

* *ESCENARIO*

El escenario de la aplicación para el cuestionario fue un salón de usos múltiples, perteneciente al Sistema Municipal del Desarrollo Integral para la Familia (DIF) ubicado en el municipio de Teoloyucan, Estado de México.

* *TIPO DE ESTUDIO*

Este estudio fue exploratorio, ya que se identificaron qué factores provocan que haya infidelidad dentro de la relación de pareja. Se inició con la aplicación de un estudio piloto (anexo 1), debido a que hasta el momento ha sido difícil la obtención de datos “confiables y sinceros” en nuestro país debido a la polémica que genera el tema de la infidelidad (“el temor a que se entere mi pareja que le he sido infiel”).

Posteriormente se llevó a cabo la aplicación de un cuestionario de actitudes hacia la infidelidad (anexo 2) a 62 personas que cumplieran con los criterios de selección.

Finalmente, se especificaron las causas que provocan infidelidad y las consecuencias que se generan, en la relación de pareja. Describiendo la actitud de los hombres y la actitud de las mujeres ante tal conducta.

* *HIPOTESIS*

H1. Los hombres son más infieles que las mujeres.

H2. La rutina en la relación de pareja, provoca que haya infidelidad.

H3. La falta de comunicación lleva a uno de los integrantes de la pareja a ser infiel.

H4. La infidelidad termina en divorcio.

H5. El rol social (masculino o femenino) determina la conducta para que un hombre o una mujer decida ser infiel.

H6. La infidelidad es algo común en la relación de pareja.

* *VARIABLE*

Infidelidad: es una relación entre una persona y alguna otra que no es su esposo (a) o pareja formal, que provoca un impacto en el nivel de intimidad, distanciamiento emocional y en el balance dinámico de la relación.

* *DISEÑO DE INVESTIGACIÓN*

Se realizó un estudio transeccional-descriptivo, puesto que se recolectaron los datos en un solo momento y en un tiempo único. La aplicación del cuestionario se realizó con el fin de describir las causas que provocan infidelidad y los efectos psicológicos que ocasionan en la relación de pareja,

realizando una descripción cualitativa entre las respuestas de los hombres y las respuestas de las mujeres.

* *TIPO DE ANALISIS*

El tipo de análisis utilizado para los resultados fue el descriptivo por categorías, el cual permitió analizar los datos de una manera clara, sistemática y cuantitativa.

* *DESCRIPCIÓN DEL INSTRUMENTO*

De acuerdo con Hernández y cols. (1991) un instrumento de medición adecuado es aquel que registra datos que representan a los conceptos que el investigador tiene proyectados.

Tomando en cuenta lo anterior se aplicó un instrumento a través del cual se obtuvieron datos cuantitativos y cualitativos; que está dividido en 7 categorías, con tres preguntas abiertas. El cual proporcionó información específica sobre la infidelidad, de acuerdo al conocimiento teórico que se tenía del tema, logrando un primer acercamiento del mismo.

El cuestionario está dividido en siete categorías:

* Categoría 1. Mide las causas de la infidelidad dentro de la relación de pareja.

Integrada por seis preguntas:

- (1) La falta de amor provoca que haya infidelidad dentro de la relación de pareja.
- (4) La falta de comunicación dentro de la relación de pareja, origina infidelidad.
- (13) La rutina en la relación de pareja provoca infidelidad.
- (25) El desinterés en la pareja causa infidelidad.

(43) Las mujeres infieles buscan un contenido emocional (amor, cariño, compañía).

(44) Los hombres son infieles por buscar tener relaciones sexuales.

* **Categoría 2.** Mide los aspectos socioculturales de la infidelidad. Compuesta por siete preguntas:

(8) La infidelidad es algo natural del ser humano.

(19) Cuando una mujer trabaja es infiel.

(22) El hombre infiel es más aceptado socialmente, que la mujer infiel.

(24) La infidelidad es algo común en las relaciones de pareja.

(29) Todas las personas son infieles.

(37) Al hombre que revela su infidelidad no le sucede nada

(41) La mujer no revela su infidelidad por la represión social.

* **Categoría 3.** Mide las características de las personas infieles. Conformada por tres preguntas:

(2) Las personas infieles son celosas.

(23) La persona infiel tiene remordimientos.

(40) La persona infiel se arrepiente.

* **Categoría 4.** Mide la infidelidad realizando una comparación por género. Conformada por ocho preguntas; cuatro dedicadas al género femenino:

(9) Las mujeres son más infieles.

(18) Para las mujeres es más fácil ser infieles.

(15) Las mujeres pueden ignorar y olvidar una infidelidad.

(30) La infidelidad daña más a las mujeres.

Y cuatro al género masculino:

- (3) Los hombres son más infieles.
- (14) Para los hombres es más fácil ser infieles.
- (20) Los hombres pueden ignorar y olvidar una infidelidad.
- (36) La infidelidad daña más a los hombres.

* **Categoría 5.** Mide los aspectos positivos de la infidelidad. Formada por seis preguntas:

- (5) La infidelidad mejora la relación de pareja.
- (6) La infidelidad sirve como distracción.
- (16) La infidelidad tiene como resultado una mejor relación con la pareja.
- (33) La pareja sobrevive a una infidelidad, si hay comunicación y acuerdos.
- (34) La infidelidad sirve para valbrar a la pareja.
- (35) La infidelidad mejora la comunicación dentro de la pareja.

* **Categoría 6.** Mide los aspectos negativos de la infidelidad. Constituida por seis preguntas:

- (7) La infidelidad destruye la relación de pareja.
- (10) La infidelidad es una problemática.
- (12) La infidelidad provoca el rompimiento de la relación de pareja.
- (27) La infidelidad deteriora la confianza en la pareja.
- (28) Si un miembro de la pareja es infiel, la pareja debería de separarse.
- (31) Una infidelidad termina en divorcio.

***Categoría 7.** Mide las actitudes que podrían tener las personas después de que hayan vivido una infidelidad. Conformada por ocho preguntas:

(11) Disculparía la infidelidad de mi pareja.

(17) Se puede seguir viviendo juntos después de una infidelidad.

(21) Después de una infidelidad la pareja vuelve a vivir como antes.

(26) Cuando la pareja cumple con todas sus obligaciones se le debe disculpar la infidelidad, porque nadie es perfecto.

(32) Se puede soportar una infidelidad, "fingiendo" que no pasó nada.

(38) Es importante saber por qué ocurrió la infidelidad.

(39) La infidelidad se perdona por el amor que se le tiene a la pareja.

(42) Se debe perdonar la infidelidad, por los hijos.

*** De las preguntas abiertas:**

-La primera mide la frecuencia de infidelidad en las mujeres y en los hombres, de acuerdo a la muestra seleccionada. La pregunta es la número (45): "He sido infiel" ¿por qué?.

-La segunda pregunta abierta se refiere a "¿Qué significa infidelidad para usted? (número 46).

-La otra mide "Las consecuencias que consideran que provoca la infidelidad en una relación de pareja" (número 47).

* *PROCEDIMIENTO*

- PASO 1. Primeramente se realizó la aplicación de un cuestionario piloto (preguntas abiertas, hechas a 15 personas, -cuestionario que se anexa-), y posteriormente se construyó un cuestionario de actitudes hacia la infidelidad. Los cuestionarios fueron aplicados a personas que decidieron participar en la investigación de manera voluntaria y que cumplieron con los criterios de selección.

- PASO 2. Después de que se recolectaron las respuestas de los quince cuestionarios piloto, se procedió a realizar una escala de actitudes hacia la infidelidad.

- PASO 3. Después de los datos obtenidos se procedió a realizar el análisis de resultados, en donde se utilizaron frecuencias relativas para sacar los porcentajes, y posteriormente se realizó el análisis cuantitativo y cualitativo; en donde se describió las causas que provocan infidelidad y los efectos psicológicos que ocasionan en la relación de pareja.

- PASO 4. Se realizó la descripción cuantitativa y cualitativa según los resultados obtenidos, efectuándose la discusión y las conclusiones (contrastando lo que dicen los autores con lo que se obtuvo como resultado).

Para posteriormente proponer una forma de intervención psicológica a parejas, desde el enfoque Cognitivo-Conductual.

ANÁLISIS DE DATOS

De acuerdo a las respuestas obtenidas se encontró lo siguiente:

- En la Primera Categoría compuesta por seis preguntas, se encontró que las causas que provocan infidelidad dentro de la relación de pareja con mayor porcentaje son: “*La falta de amor*” y “*El contenido emocional -amor, cariño y compañía- que buscan las mujeres*” (con similar porcentaje entre hombres y mujeres del 80.64% y del 83.87%, respectivamente). *Ver gráfica y tabla 1.*

Los hombres consideran que las causas que provocan infidelidad en la relación de pareja son: *la falta de comunicación, el desinterés y la búsqueda de contenido emocional* (con un porcentaje del 83.87% en cada una de ellas); así como también *la falta de amor* con un porcentaje del 80.64%. A diferencia de las mujeres quienes contestaron que *el contenido emocional y las relaciones sexuales* (con puntajes del 83.87%) y *la falta de amor* (con el 80.64%) son las causas principales de la infidelidad.

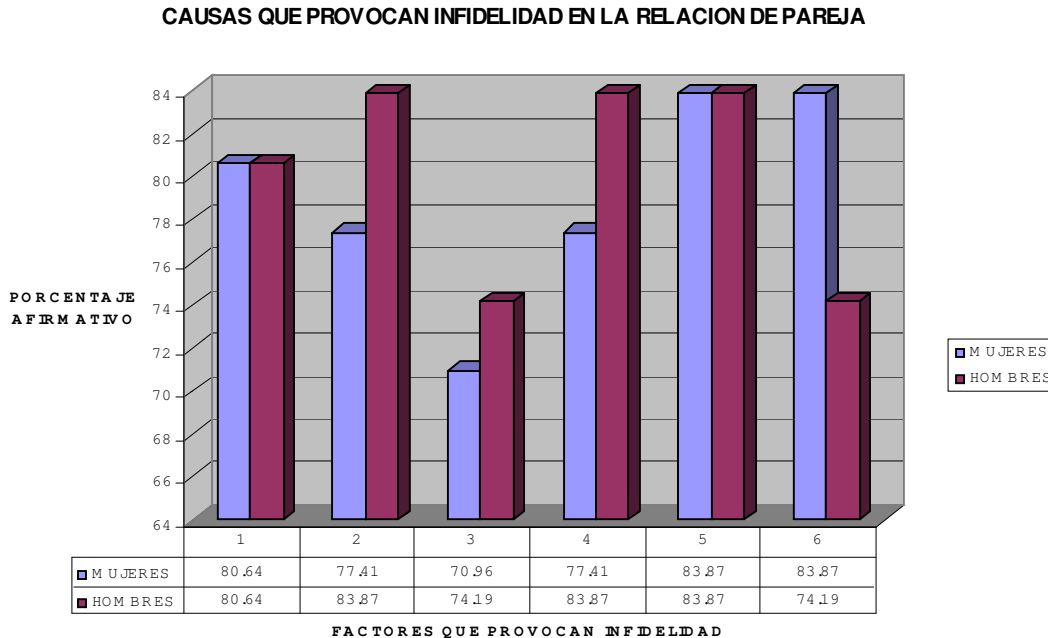
La rutina fue considerada como la causa de infidelidad con menor incidencia (con el 70.96% según las mujeres) y en los hombres *las relaciones sexuales y la rutina* fueron las causas con menor puntaje (del 74.19% en ambas).

TABLA 1.

<i>Causas</i>	<i>Mujeres</i>	<i>Hombres</i>
1. FALTA DE AMOR	80.64%	80.64%
2. FALTA DE COMUNICACIÓN	77.41%	83.87%
3. LA RUTINA	70.96%	74.19%
4. EL DESINTERÉS	77.41%	83.87%
5. LAS MUJERES BUSCAN CONTENIDO EMOCIONAL (AMOR, CARIÑO, COMPAÑÍA)	83.87%	83.87%
6. LOS HOMBRES BUSCAN TENER RELACIONES SEXUALES	83.87%	74.19%

TABLA 1. Causas que provocan infidelidad en las relaciones de pareja, porcentajes obtenidos en mujeres y hombres.

GRÁFICA 1.



GRÁFICA 1. Comparación entre hombres y mujeres, de las causas que consideran que provoca infidelidad en la relación de pareja.

- En la Categoría Dos, en donde se calificaron aspectos socioculturales de la infidelidad, estuvo compuesta por siete preguntas: “*La infidelidad es algo natural del ser humano*” (en donde el 38.7% de los hombres dijeron que si a diferencia del 35.48% de las mujeres), “*Cuando una mujer trabaja es infiel*” (en donde el 41.93% de los hombres respondieron que si y solo el 19.35% de las mujeres), “*La infidelidad es algo común en las relaciones de pareja*” (en donde el 45.16% de las mujeres dijeron que si y solo el 41.93% de los hombres), “*Todas las personas son infieles*” (pregunta que obtuvo el menor porcentaje de la categoría, pues el 19.35% de las mujeres y el 25.8% de los hombres dijeron que si); y

“Al hombre que revela su infidelidad no le sucede nada” (teniendo un porcentaje afirmativo del 45.16% los varones y del 35.48% las mujeres).

Ver gráfica y tabla 2.

Las preguntas que obtuvieron mayor porcentaje fueron: “La mujer no revela su infidelidad por represión social” (con un porcentaje del 77.41% según las mujeres y del 70.96% según los hombres) y “El hombre infiel es mas aceptado que la mujer infiel”(con frecuencias del 96.77% de las mujeres y del 70.96% de los hombres con respuesta afirmativa).

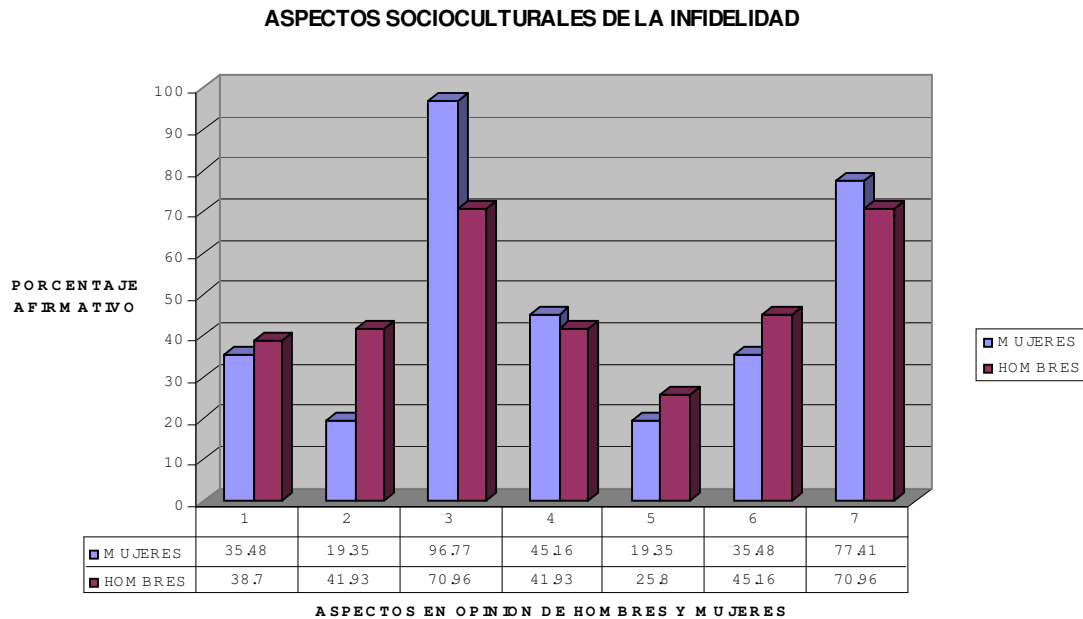
Se puede observar que socioculturalmente el hombre infiel sigue siendo mas aceptado y es mas permisible esa conducta en el que en las mujeres, por lo que optan por callar, no revelar o reprimir esa conducta.

TABLA 2.

<i>Aspectos socioculturales</i>	<i>Mujeres</i>	<i>Hombres</i>
1. ES ALGO NATURAL DEL SER HUMANO	35.48%	38.7%
2. CUANDO UNA MUJER TRABAJA ES INFIEL	19.35%	41.93%
3. EL HOMBRE INFIEL ES MAS ACEPTADO QUE LA MUJER	96.77%	70.96%
4. ES ALGO COMÚN EN LAS RELACIONES DE PAREJA	45.16%	41.93%
5. TODAS LAS PERSONAS SON INFIELES	19.35%	25.8%
6. AL HOMBRE QUE REVELA SU INFIDELIDAD NO LE SUCEDE NADA	35.48%	45.16%
7. LA MUJER NO REVELA SU INFIDELIDAD POR REPRESION SOCIAL	77.41%	70.96%

TABLA 2. Aspectos socioculturales que giran en torno a la infidelidad. Comparaciones entre hombres y mujeres.

GRÁFICA 2.



GRÁFICA 2. Se muestran las comparaciones concernientes a las respuestas de los aspectos socioculturales que caracterizan a la infidelidad, según los porcentajes obtenidos por hombres y mujeres.

* En la Categoría Tres en donde se investigó que aspectos caracterizan a las personas infieles, estuvo conformada por tres preguntas: “*La persona infiel no tiene remordimientos*” (tuvo el porcentaje mas alto dentro de la categoría, el 74.19% de la mujeres y el 58.06% de los hombres dijeron que sí). El porcentaje mas bajo lo obtuvo la pregunta “*La persona infiel se arrepiente*” con cifras del 61.29% en las mujeres y el 54.83% en los hombres. Y en la pregunta “*Las personas infieles son celosas*” los porcentajes obtenidos fueron del 67.74% de las mujeres y el 58.06% de los hombres, contestando que si. Cabe destacar que en esta categoría las mujeres tuvieron mayores porcentajes de respuestas afirmativas que los hombres.

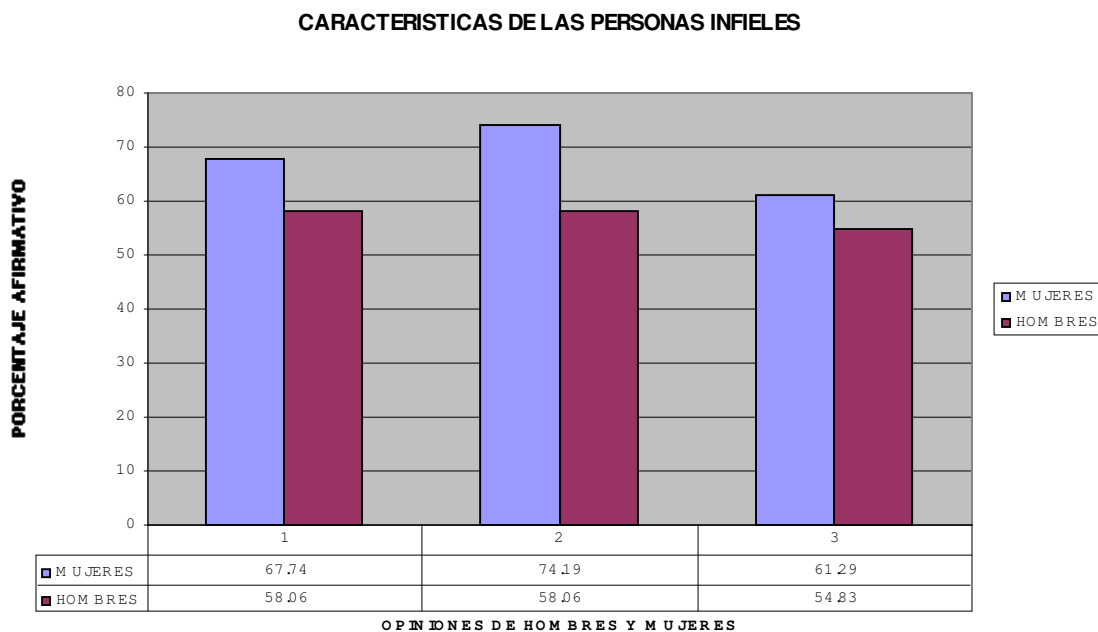
Ver gráfica y tabla 3.

TABLA 3.

<i>Características</i>	<i>Mujeres</i>	<i>Hombres</i>
1. LAS PERSONAS INFIELES SON CELOSAS	67.74%	58.06%
2. LA PERSONA INFIEL TIENE REMORDIMIENTOS	74.19%	58.06%
3. LA PERSONA INFIEL SE ARREPIENTE	61.29%	54.83%

TABLA 3. Muestra los comportamientos o actitudes que tienen las personas infieles.

GRÁFICA 3.



GRÁFICA 3. Características de una persona infiel. Datos comparativos de las opiniones de mujeres y hombres.

* En la Categoría Cuatro se evaluó la infidelidad por género, conformada por ocho preguntas, cuatro dedicadas al género femenino y cuatro al género masculino. En donde **las mujeres** opinaron que “Los hombres son mas infieles” con un porcentaje del 48.38%, y “Es mas fácil ser infieles para los

hombres” con el 61.29%. A diferencia de **los hombres** quienes obtuvieron como porcentajes en estas mismas preguntas el 70.96% y el 58.06% respectivamente, calificando su género. Ver gráficas 4A y 4B, y tabla 4.

En las preguntas, “*Pueden ignorar y olvidar una infidelidad*” y “*Daña mas a las mujeres*”; el 25.8% y el 61.29% respectivamente, de **las mujeres** entrevistadas opinaron que sí, calificando a su propio género.

Por el contrario **los hombres** opinaron hacia las mujeres, en estos mismos cuestionamientos, con cifras del 32.25% y el 54.83%, respectivamente.

Pudiéndose observar, con estos resultados que los hombres son mas infieles y les es mas fácil ser infieles. Y las mujeres pueden ignorar y olvidar una infidelidad y las daña mas; según los porcentajes mas altos de las personas entrevistadas.

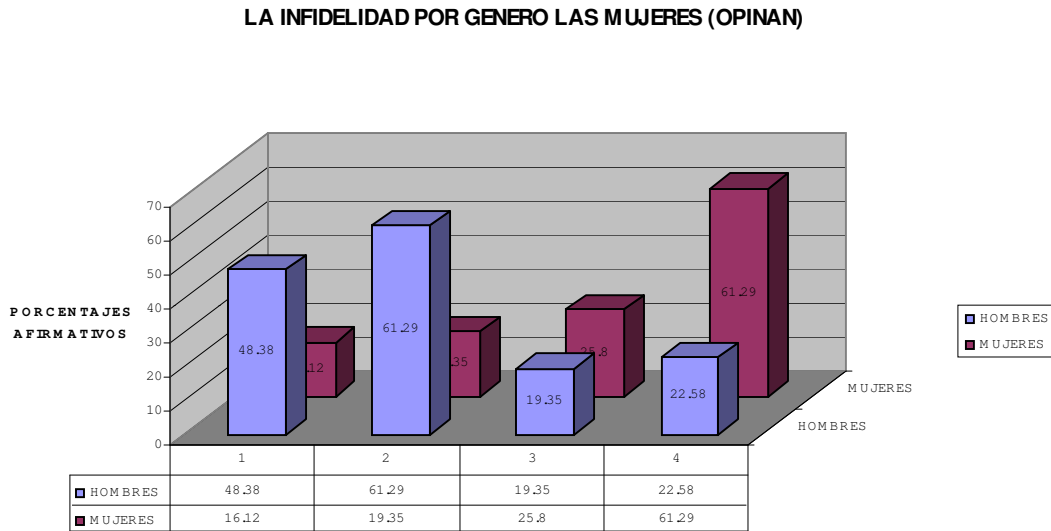
Por el contrario, los porcentajes mas bajos los tuvieron las preguntas “son mas infieles las mujeres (con un porcentaje del 16.12%, en opinión de ellas) y el cuestionamiento referente a los hombres pueden ignorar y olvidar una infidelidad (con el 19.35% de respuestas afirmativas tanto en opinión de los hombres como de las mujeres).

TABLA 4.

<i>La infidelidad por género</i>	<i>Mujeres</i>		<i>Hombres</i>	
	<i>Los Hombres</i>	<i>Las Mujeres</i>	<i>Los Hombres</i>	<i>Las Mujeres</i>
SON MAS INFIELES.....	48.38%	16.12%	70.96%	32.25%
ES MAS FÁCIL SER INFIELES.....	61.29%	19.35%	58.06%	32.25%
PUEDEN IGNORAR Y OLVIDAR UNA INFIDELIDAD.....	19.35%	25.8%	19.35%	32.25%
LA INFIDELIDAD DAÑA MAS A.....	22.58%	61.29%	35.38%	54.83%

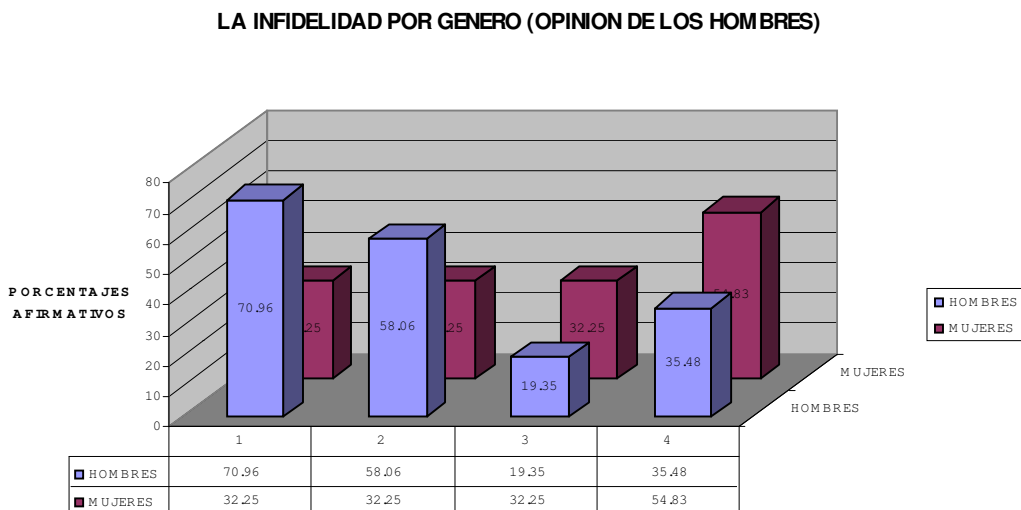
TABLA 4. Resultados comparativos, en donde se clasifica por género las conductas de las personas infieles.

GRÁFICA 4A.



GRÁFICA 4A. Muestra resultados de lo que opinan las mujeres de los hombres y las mujeres infieles.

GRÁFICA 4B.



GRÁFICA 4B. Muestra resultados de lo que opinan los hombres, de los varones y las mujeres infieles.

* En la Categoría Cinco se evaluaron los aspectos positivos que causa la infidelidad, integrada por seis preguntas. El cuestionamiento con mayor puntuación tanto en hombres como en mujeres fue *“La pareja sobrevive a una infidelidad si hay comunicación y acuerdos”* con el 61.29% y 87.09% respectivamente.

Y la pregunta con menor puntuación fue *“La infidelidad tiene como resultado una mejor relación de pareja”*, opinando las mujeres en un 16.12% y los hombres en un 6.45% que si.

Otras de las preguntas evaluadas fueron: *“La infidelidad mejora la relación de pareja”*, *“La infidelidad sirve para valorar a la pareja”* *“La infidelidad mejora la comunicación”*, (en donde los varones obtuvieron mayor porcentaje en estos cuestionamientos), y en *“La infidelidad sirve como distracción”* (las mujeres tuvieron un porcentaje afirmativo del 61.29%, a diferencia de los hombres quienes obtuvieron el 38.7%).

A manera de conclusión se observa que los aspectos positivos que origina la infidelidad, según las respuestas del género femenino son: *“sirve como distracción (61.29%) y se sobrevive a ella si hay comunicación y acuerdos (87.09%)”*. A diferencia de los hombres quienes consideran como aspectos positivos de la infidelidad: *“se sobrevive a ella si hay comunicación y acuerdos (61.29%) y sirve para valorar a la pareja (45.16%)”*.

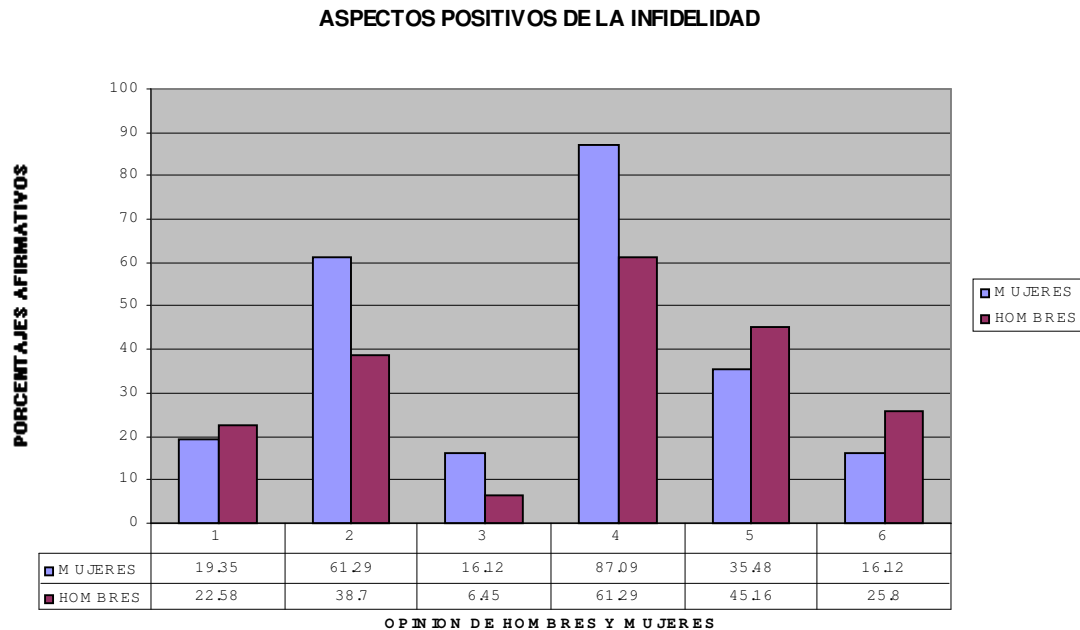
Los otros porcentajes obtenidos en las diferentes preguntas, fueron menores del 40% tanto en hombres como en mujeres. *Ver gráfica y tabla 5.*

TABLA 5.

<i>Aspectos positivos de la infidelidad</i>	<i>Mujeres</i>	<i>Hombres</i>
1. MEJORA LA RELACION DE PAREJA	19.35%	22.58%
2. SIRVE COMO DISTRACCIÓN	61.29%	38.7%
3. TIENE COMO RESULTADO UNA MEJOR RELACIÓN DE PAREJA	16.12%	6.45%
4. SE SOBREVIVE SI HAY COMUNICACIÓN Y ACUERDOS	87.09%	61.29%
5. SIRVE PARA VALORAR A LA PAREJA	35.48%	45.16%
6. MEJORA LA COMUNICACIÓN	16.12%	25.8%

TABLA 5. Hace referencia de los aspectos positivos que puede traer consigo la infidelidad dentro de la relación de pareja.

GRÁFICA 5.



GRÁFICA 5. Se realiza la comparación entre las opiniones de los hombres y de las mujeres, acerca de los aspectos positivos que ocasiona la infidelidad dentro de la relación de pareja.

* En la Categoría Seis se evaluaron los aspectos negativos que ocasiona la infidelidad, integrada por seis preguntas. La que obtuvo mayor porcentaje fue “*La infidelidad deteriora la confianza en la pareja*” en donde el 93.54% de las mujeres y el 90.32% de los hombres indicaron que sí. El porcentaje menor lo obtuvo la pregunta que decía que “*Si un miembro de la pareja es infiel, la pareja debería de separarse*” con puntuaciones del 51.61% en las mujeres y del 38.7% de los hombres, contestando afirmativamente.

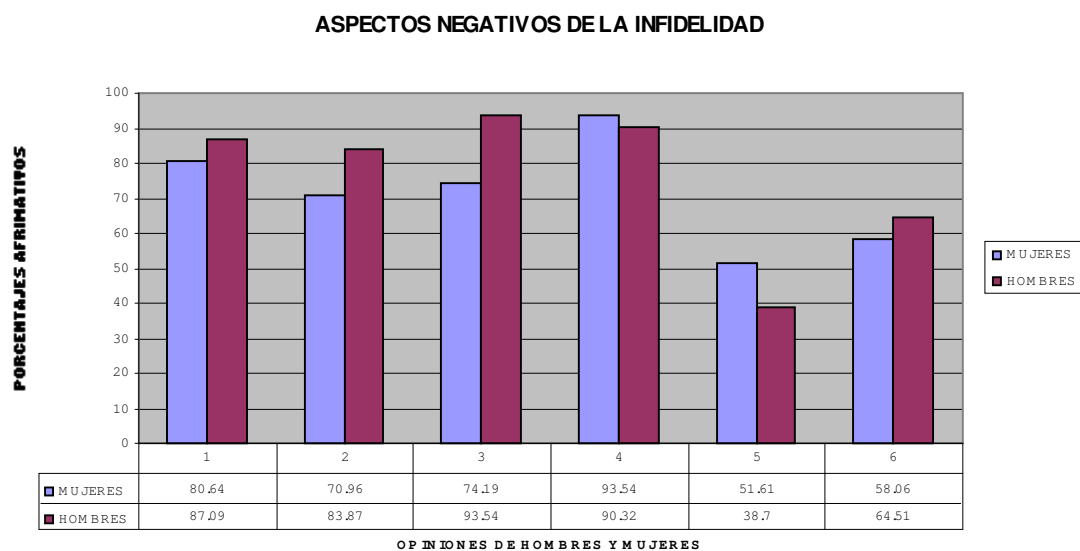
En los otros cuestionamientos que integraron esta categoría la mayor cantidad de porcentajes en respuestas afirmativas los obtuvieron las personas del género masculino. por ejemplo: “*La infidelidad destruye la relación de pareja*” (87.09%), “*La infidelidad es una problemática*”(83.87%), “*La infidelidad provoca el rompimiento de la relación de pareja*” (93.54%) y “*Una infidelidad termina en divorcio*” (64.51%). Ver gráfica y tabla 6.

TABLA 6.

<i>Aspectos negativos de la infidelidad</i>	<i>Mujeres</i>	<i>Hombres</i>
1. DESTRUYE LA RELACIÓN DE PAREJA	80.64%	87.09%
2. ES UNA PROBLEMÁTICA	70.96%	83.87%
3. PROVOCA EL ROMPIMIENTO DE LA RELACIÓN	74.19%	93.54%
4. DETERIORA LA CONFIANZA EN LA PAREJA	93.54%	90.32%
5. LA PAREJA DEBERÍA DE SEPARARSE	51.61%	38.7%
6. TERMINA EN DIVORCIO	58.06%	64.51%

TABLA 6. Hace referencia de los aspectos negativos que ocasiona la infidelidad en la relación de pareja; comparando frecuencias entre hombres y mujeres.

GRÁFICA 6.



GRÁFICA 6. Aspectos negativos que ocasiona la infidelidad dentro de la relación de pareja. Comparación de porcentajes entre hombres y mujeres.

* En la Categoría Siete se analizaron las posibles reacciones o conductas que puede tener las parejas después de que haya sucedido en su relación una infidelidad. Esta categoría estuvo constituida por ocho interrogantes. El mayor porcentaje en esta categoría lo tuvo la pregunta *“Es importante saber por qué ocurrió la infidelidad”* (contestando de manera afirmativa el 90.32% de la mujeres y el 70.96% de los hombres).

En la pregunta que obtuvieron igual porcentaje, contestando que si, tanto los hombres como las mujeres, fue: *“La infidelidad se perdona por el amor que se le tiene a la pareja”* (con el 67.74%). En la interrogación *“Se puede seguir viviendo juntos después de una infidelidad”* el 67.74% de las mujeres y el 54.83% de los hombres contestaron que si.

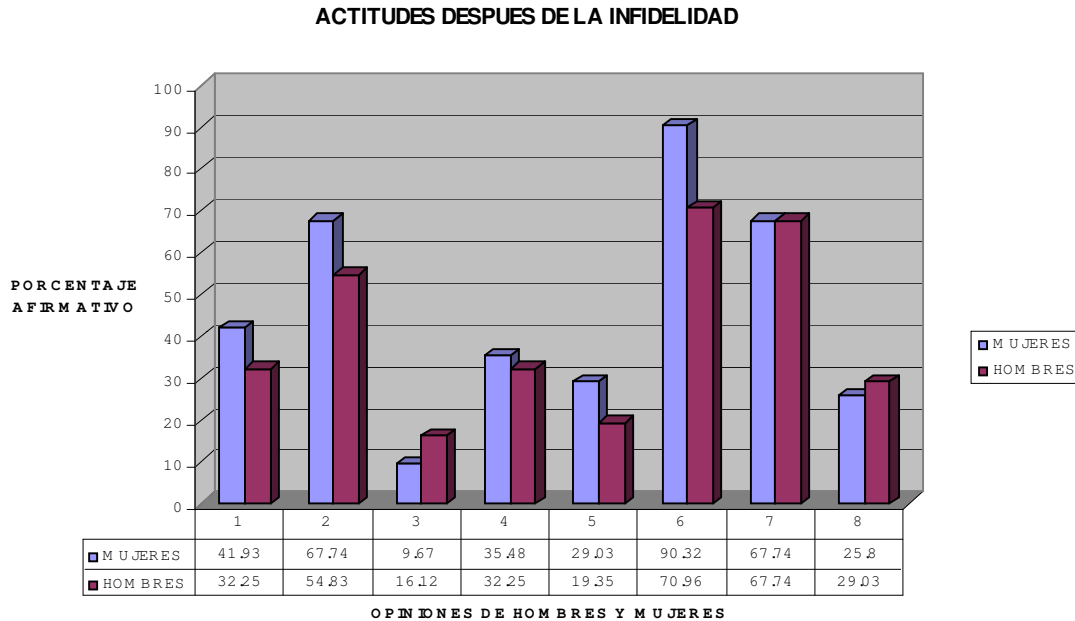
El cuestionamiento con menor porcentaje obtenido dentro de la categoría fue: “Después de una infidelidad la pareja vuelve a vivir como antes” en donde el 9.67% de las mujeres opinaron que si, a diferencia del 16.12% que contestaron los hombres. Otras preguntas que integran esta categoría son: “Disculparía la infidelidad de mi pareja” (41.93%), “Cuando la pareja cumple con todas sus obligaciones se le debe disculpar la infidelidad, porque nadie es perfecto” (35.48%), “Se puede soportar una infidelidad fingiendo que no pasó nada” (29.03%) en donde contestaron con mayor porcentaje afirmativo las mujeres. Y en “Se debe perdonar la infidelidad por los hijos” (el 29.03% de los varones afirmaron que si). Ver tabla y gráfica 7.

TABLA 7.

<i>Después de la infidelidad ¿Qué?</i>	<i>Mujeres</i>	<i>Hombres</i>
DISCULPARÍA LA INFIDELIDAD DE MI PAREJA	41.93%	32.25%
SE PUEDE SEGUIR VIVIENDO JUNTOS LA PAREJA VUELVE A VIVIR COMO ANTES	67.74%	54.83%
SI CUMPLE CON SUS OBLIGACIONES SE LE DEBE PERDONAR LA INFIDELIDAD	9.67%	16.12%
SE PUEDE SOPORTAR UNA INFIDELIDAD	35.48%	32.25%
ES IMPORTANTE SABER POR QUÉ OCURRIÓ LA INFIDELIDAD	29.03%	19.35%
SE PERDONA POR EL AMOR	90.32%	70.96%
SE DEBE PERDONAR POR LOS HIJOS	67.74%	67.74%
	25.8%	29.03%

TABLA 7. Análisis comparativo de las posibles reacciones o conductas a llevar a cabo después de una infidelidad.

GRÁFICA 7.



GRÁFICA 7. Posibles actitudes de los integrantes de la pareja, después de una infidelidad. Comparación entre hombres y mujeres.

***Preguntas abiertas:**

En el cuestionamiento referente a si "He sido infiel", las mujeres opinaron que si, en un 38.7% a diferencia de los hombres quienes afirmaron que si en un 51.61% de la muestra total. *Ver tabla y gráfica 8.*

TABLA 8.

<i>La infidelidad en las mujeres y en los hombres</i>	<i>Mujeres</i>	<i>Hombres</i>
HE SIDO INFIEL	38.7%	51.61%

TABLA 8. Porcentajes en donde se muestra el nivel de infidelidad tanto en hombres como en mujeres.

Las personas que contestaron que SI habían sido infieles refieren las siguientes causas por las cuales actuaron así:

° De las doce mujeres, del total de la muestra, que contestaron que si habían sido infieles, estas fueron sus causas:

TABLA 8.1

“POR EXPERIMENTAR OTRAS COSAS ”	“ POR LO ESTRICTO DE MI MARIDO ”	“ POR QUE SE VAN DANDO LAS COSAS ”
“ POR TENER SEXO ”	“ POR VENGANZA ”	“ POR PLATICAR CON ALGUIEN ”
“ POR COMPRENSIÓN, COMPAÑÍA Y AMOR ”	“ POR CURIOSIDAD ”	“ POR QUE NO QUIERO A MI ESPOSO ”
“ POR JUEGO ”	“ POR LA FALTA DE INTERÉS POR PARTE DE LA PAREJA ”	“ POR DINERO ”

TABLA 8.1. Causas por las que fueron infieles las mujeres entrevistadas.

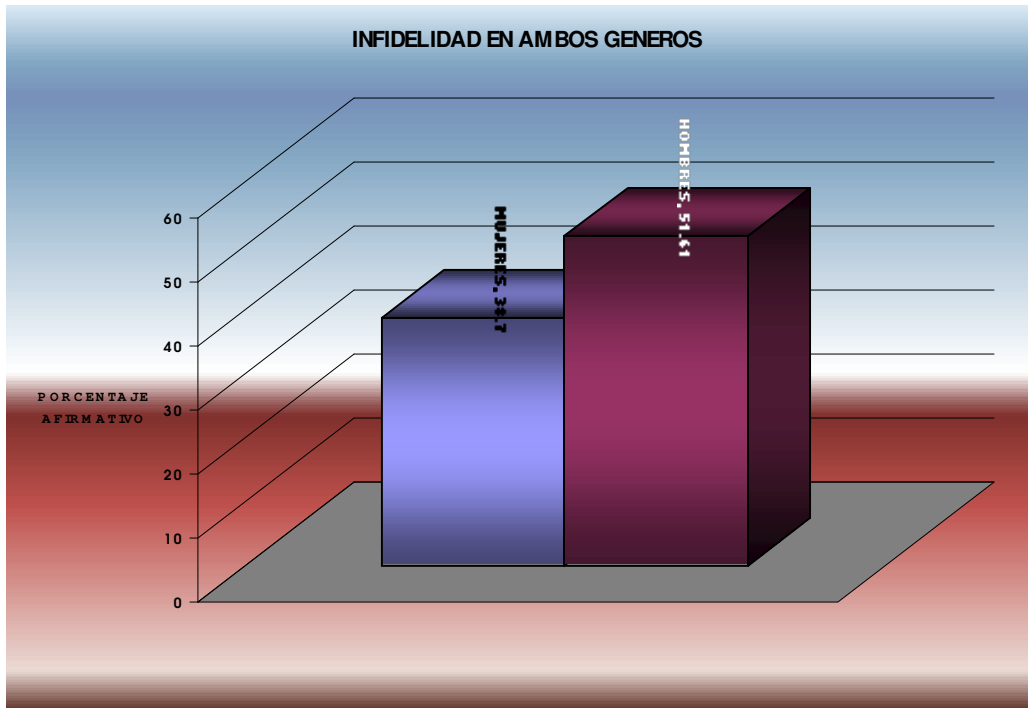
° Y de los 16 hombres, del total de la muestra, que si fueron infieles estas fueron sus causas:

TABLA 8.2.

“ POR SATISFACCIÓN ”	“POR AVENTURARME”	“ POR DESINTERÉS EN LA PAREJA ”
“ POR NO TENER COMUNICACIÓN”(4 per)	“ NO ME PUDE RESISTIR ”	“ POR FALTA DE ATENCIÓN ”
“ POR BUSCAR RELACIONES SEXUALES” (2. pers)	“ POR DIVERSIÓN ”	“ POR EXCESO DE PROBLEMAS ”
“ POR VIVIR EN ALCOHOLISMO ”	“ POR UN DESLIZ ”	“ POR FALTA DE AMOR ”

TABLA 8.2. Causas por las cuales fueron infieles los hombres encuestados.

GRÁFICA 8.



GRÁFICA 8. Porcentaje de hombres y mujeres que han sido infieles, de la muestra representativa.

De la otra pregunta abierta, relativa a las Consecuencias que trae consigo la infidelidad (ver gráfica 9), opinaron lo siguiente:

LAS MUJERES opinaron que los efectos psicológicos de la infidelidad que aparecen con mayor frecuencia son: Dolor (90.32%), Depresión, SIDA y Desconfianza (77.41%), Coraje, Infecciones y Baja Autoestima (70.96%), Resentimiento y Soledad (67.74%), Celos, Confusión y Divorcio (64.51%), Impotencia, Ira y Sentimientos de Culpa (61.29%). En los aspectos de que la infidelidad provoque: Unión y/o Comunicación se tuvo una incidencia de 9.67% y 29.03% frecuencias respectivamente.

Sin embargo LOS HOMBRES opinaron que las consecuencias de la infidelidad con mayor frecuencia son: Coraje, SIDA, Divorcio y Desconfianza (67.74%), Dolor y Resentimiento (64.51%), Depresión y Celos (61.29%), Baja Autoestima y Sentimientos de Culpa (58.06%), Infecciones Humillación y Soledad (54.83%), Confusión (45.16%), Cólera, Arrepentimiento, Amargura e Ira (41.93%).

En los aspectos de que la infidelidad provoque: Unión y/o Comunicación en la relación de pareja, se tuvo una incidencia de 16.12% y 41.93% frecuencias respectivamente.

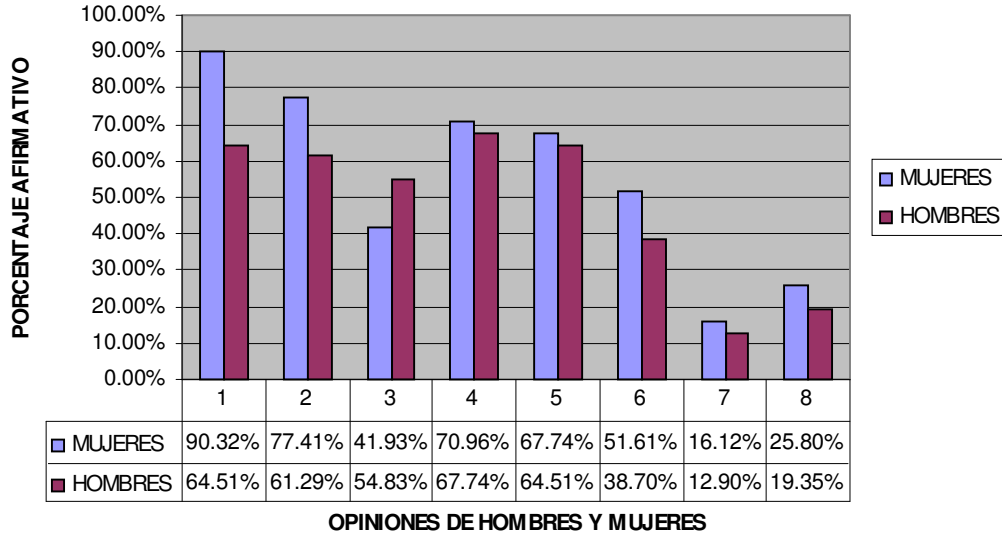
TABLA 9.

CONSECUENCIA	MUJERES	HOMBRES
1. DOLOR	90.32%	64.51%
2. DEPRESIÓN	77.41%	61.29%
3. HUMILLACIÓN	41.93%	54.83%
4. CORAJE	70.96%	67.74%
5. RESENTIMIENTO	67.74%	64.51%
6. VENGANZA	51.61%	38.70%
7. ENVIDIA	16.12%	12.90%
8. ASOMBRO	25.80%	19.35%
9. INFECCIONES	70.96%	54.83%
10. CELOS	64.51%	61.29%
11. CHANTAJE	35.48%	29.03%
12. SIDA	77.41%	67.74%
13. TEMOR	45.16%	16.12%
14. CONFUSIÓN	64.51%	45.16%
15. IMPOTENCIA	61.29%	25.80%
16. CÓLERA	48.38%	41.93%
17. DEVALUACIÓN	32.25%	35.48%
18. ARREPENTIMIENTO	38.70%	41.93%
19. VERGÜENZA	38.70%	32.25%
20. DIVORCIO	64.51%	67.74%
21. AMARGURA	51.61%	41.93%
22. SOLEDAD	67.74%	54.83%
23. INCERTIDUMBRE	45.16%	25.80%
24. DESCONFIANZA	77.41%	67.74%
25. IRA	61.29%	41.93%
26. HOSTILIDAD	29.03%	35.48%
27. UNIÓN	9.67%	16.12%
28. BAJA AUTOESTIMA	70.96%	58.06%
29. SUICIDIO	32.25%	38.70%
30. SENTIMIENTOS DE CULPA	61.29%	58.06%
31. COMUNICACIÓN	29.03%	41.93%

TABLA 9. Efectos psicológicos que ocasiona la infidelidad.

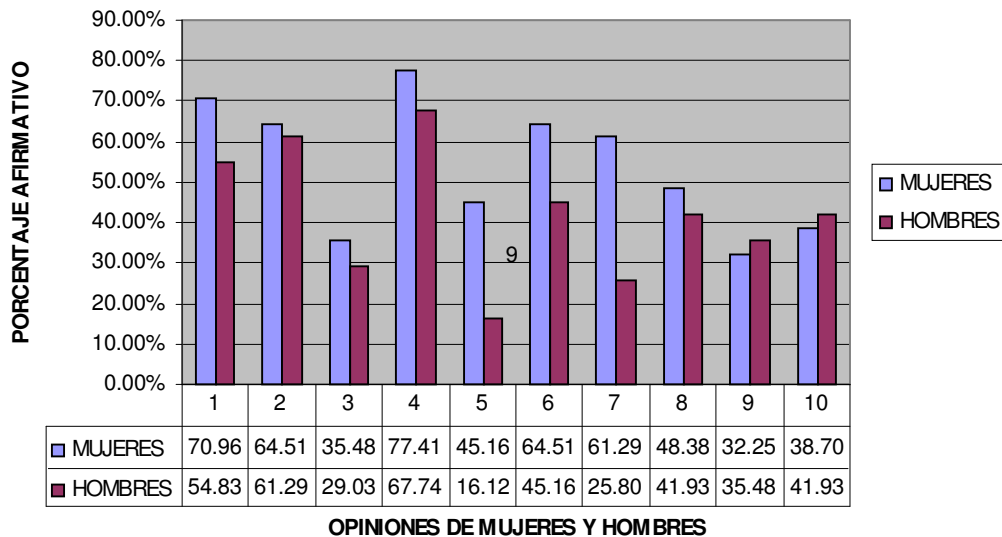
GRÁFICAS 9.

EFFECTOS PSICOLOGICOS DE LA INFIDELIDAD



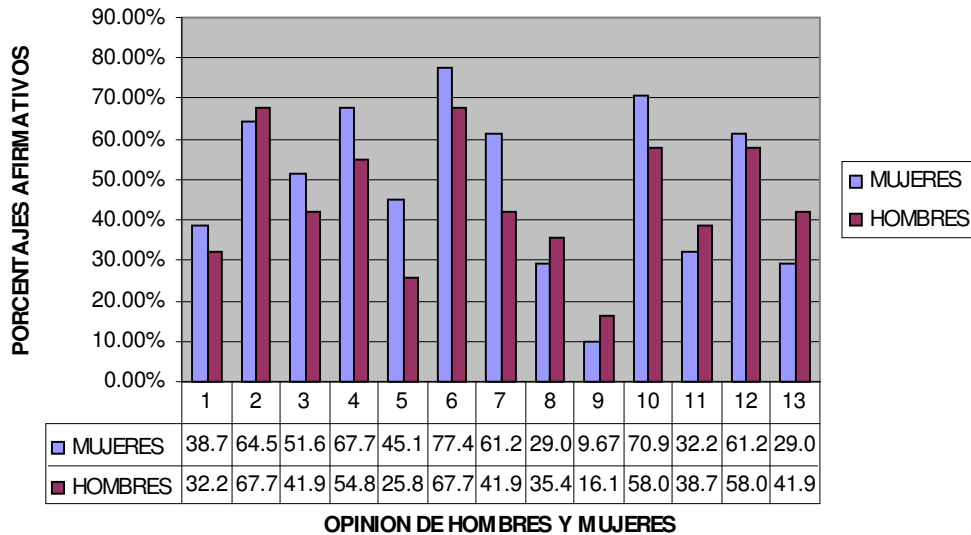
GRÁFICA 9A. Contiene los primeros ocho efectos psicológicos de la infidelidad (de dolor hasta asombro). Comparación entre las respuestas obtenidas.

EFFECTOS PSICOLOGICOS DE LA INFIDELIDAD (CONT.)



GRÁFICA 9B. Representa los 10 siguientes efectos psicológicos de la infidelidad. (de infecciones hasta arrepentimiento, según la tabla 9).

EFECTOS PSICOLÓGICOS DE LA INFIDELIDAD (CONT. 3)



GRÁFICA 9C. Representa la última categoría de los efectos psicológicos que ocasiona la infidelidad , abarca desde “vergüenza hasta comunicación, según la tabla 9.

Como se puede observar se han cuantificado 31 consecuencias que ocasiona la infidelidad, ya sea a nivel personal o a nivel de relación de pareja. Por lo que se deduce que realmente este conflicto dentro de una relación afectará a nivel cognitivo-conductual a los integrantes (puesto que dentro de las principales afecciones están: el dolor, la depresión, el coraje, las enfermedades de transmisión sexual y la desconfianza, entre otras).

La pregunta concerniente a *¿Qué significa la infidelidad para usted?*, estas fueron las respuestas literales de los varones, de los cuales 5 de ellos no contestaron:

TABLA 10.

¿Qué significa infidelidad para usted?	
1.	"ENGANAR ASU PAREJA".
2.	"TRAICIÓN A UN SENTIMIENTO".
3.	"DEFRAUDAR LA CONFIANZA DE LA OTRA PERSONA."
4.	"NO RESPETAR A LA PERSONA CON LA QUE SE TIENE UN "COMPROMISO".
5.	"BUSQUEDA DE NUEVAS EMOCIONES".
6.	"EL RELACIONARSE CON OTRA PERSONA QUE NO SEA TU PAREJA".
7.	"ADRENALINA".
8.	"TENER HIJOS FUERA DEL MATRIMONIO".
9.	"FALTA DE COMUNICACIÓN CON LA PAREJA".
10.	"ROMPIMIENTO CON LA PAREJA."
11.	"TENER UN ACERCAMIENTO O INTERÉS COMO PAREJA HACIA OTRA PERSONA".
12.	"DIVERSIÓN".
13.	"BUSCAR EN OTRA PAREJA TRANSITORIALO QUE NO HAY EN LA PAREJA ESTABLE ADEMÁS DE SER UNA FALTA DE AMOR Y COMUNICACIÓN ENORME".
14.	"ENGANAR A LA PERSONA QUE QUIERE UNO".
15.	"DESTROZO EN EL MATRIMONIO".
16.	"UN ACTO DE IRRESPONSABILIDAD Y VALORES DE LAS PERSONAS".
17.	"FALTA DE CARINO".
18.	"DOLOR, DEPRESIÓN Y ENGAÑO".
19.	"TENER UNA RELACIÓN CON OTRA PERSONA, NO SOLO SEXUAL".
20.	"UN ENGAÑO".
21.	"UN ROMPIMIENTO DE PAREJA".
22.	"QUE MI PAREJA SE FRECUENTE CON OTRA PERSONA".
23.	"INSEGURIDAD".
24.	"ANDAR VIÉNDOSE CON OTRA PERSONA O ESTARSE COMUNICANDO CONTINUAMENTE CON OTRA PERSONA".
25.	"NO QUIERES A TU PAREJA".
26.	"ANDAR CON OTRA PERSONA QUE NO SEAS TU PAREJA".

TABLA 10. Transcripción de lo que significa infidelidad para los hombres entrevistados.

Las mujeres contestaron lo siguiente, repitiéndose la palabra "Traición" seis veces:

Tabla 11.

¿Qué significa infidelidad para usted?	
1.	"QUE ALGNO DE LOS DOS ANDE CONOTRAPERSONA".
2.	"EL NO ESTAR CONTENTO CON LA PAREJA".
3.	"ESTAR CASADA Y TENER UNA RELACIÓN CON OTRA PERSONA QUE NO SEA EL ESPOSO".
4.	"QUE MI PAREJA ANDE CON OTRA PERSONA".
5.	"RELACIONARSE CON OTRA PAREJA".
6.	"JUGAR CON LOS SENTIMIENTOS DE LA OTRA PERSONA".
7.	"DEFRAUDAR LA CONFIANZA QUE SE TIENE HACIA LA PAREJA Y NO VALORAR EL AMOR".
8.	"ENAMORARSE DE OTRA PERSONA".
9.	"DECEPCIONAR, ENGANAR A NUESTRO MARIDO".
10.	"TRAICIÓN (6 persons)".
11.	"FALTA DE INTERESES HACIA LA OTRA PARTE".
12.	"TENER SEXO".
13.	"FALTAR, NO VALORAR, SER UNA PERSONA INDECISA Y NO QUERERSE HACER A SI MISMO".
14.	"ENGANAR A MI PAREJA".
15.	"ESTAR CON OTRA PERSONA SEXUAL Y EMOCIONALMENTE".
16.	"TENER RELACIONES SEXUALES, CON ABRAZOS, BESOS, INTIMIDAD".
17.	"ES ANDAR CON OTRA PERSONA, ENGANARSE A UNO MISMO Y A LA OTRA PERSONA Y NO VALORARSE, PERDER LO QUE TIENE Y LUEGO ARREPENTIRSE Y CULPARSE EN MUCHAS COSAS".
18.	"EL INVOLUCRAR SENTIMIENTOS DE MI PAREJA FÍSICA O SENTIMENTAL CON OTRA PERSONA".
19.	"ENGANAR A LA PAREJA CON OTRO HOMBRE SENTIMENTAL Y SEXUALMENTE".
20.	"TRAICIONAR MIS PROPIOS VALORES Y A MI PROPIA PERSONA".
21.	"TENER OTRA PAREJA".
22.	"NO SER LEAL AL SENTIMIENTO O Y DETALLES QUE TE BRINDA LA OTRA PERSONA".
23.	"ENGANAR A SU PAREJA CON OTRA PERSONA" (dos persons).
24.	"TRAICIÓN Y ENGAÑO".
25.	"INVOLUCRARSE CON UNA SEGUNDA PERSONA TENENDO COMPROMISO CON UNA YA ESTABLECIDA".

TABLA 11. Transcripción de lo que significa infidelidad para las mujeres encuestadas.

PROPUESTA de intervención psicológica

Con base en lo revisado y encontrado se propone un programa de abordaje terapéutico para el tema de la infidelidad originado dentro de la relación de pareja, basado en la Terapia Cognitivo-Conductual, puesto que este conflicto puede estar en función de las habilidades o déficit conductuales de la relación de pareja y del individuo, de la situación ambiental cotidiana y del modo en que una respuesta particular sea reforzada.

A nivel preventivo, se empezaría por trabajar incluso desde el noviazgo acerca de las áreas de posibles conflictos en la relación de pareja como:

- * El poder (es decir quién decide lo que hay que hacer). Analizando la relación entre autoritarismo y dependencia.
- * La intimidad (cuanta separación ya se consiguió de la familia de origen y como es su convivencia).
- * El nivel pasional y afectivo (expresiones y demostraciones de estados afectivos, los sentimientos hacia el otro).
- * La sexualidad (el nivel de satisfacción o insatisfacción en este ámbito).
- * La comunicación (verbal y no verbal).
- * Los cambios importantes que han surgido durante el curso de la relación.
- * Áreas de compatibilidad e incompatibilidad con la pareja.
- * Las expectativas cumplidas o no cumplidas (para con el otro y con la relación en sí; pensamientos positivos y negativos hacia la pareja).
- * Problemas individuales que influyan en la relación.

De esta forma se realizaría un entrenamiento, a nivel psicoterapéutico en donde a ambos miembros de la pareja se les enseñaría a desarrollar habilidades para:

-
1. Generar empatía entre ambas partes.
 2. Lograr un nivel de comunicación óptimo en donde puedan mantener una escucha activa y aumenten las conversaciones.
 3. Desarrollo de métodos para llegar a acuerdos y resolver problemas.
 4. Cuando arreglen diferencias desarrollar la habilidad de mantenerse en el tema que se está hablando.
 5. Aceptar y comprender el punto de vista del otro aunque no se esté de acuerdo con él.
 6. Realizar peticiones directas sobre conductas específicas, planteando opiniones y deseos de forma clara y sin rodeos.
 7. Expresar sentimientos positivos y negativos con expresiones en primera persona.
 8. Contrastar las inferencias y atribuciones con el otro miembro de la pareja sobre la conducta del compañero(a).

Al constituirse una pareja puede existir la sospecha o quizá la certeza de que está habiendo infidelidad dentro de la relación. Por lo que sería importante trabajar realizando terapia de pareja, en un espacio psicoterapéutico, para poder realizar lo siguiente:

1. Desechar la ignorancia a través de la conceptualización de lo que “debe ser” o como “debe comportarse” un hombre o una mujer; a través de la consulta de libros, la asistencia a cursos o conferencias, acudir a terapias psicológicas, efectuar la autoobservación y la reflexión.
2. Evaluar a la pareja de manera realista, no de acuerdo con las fantasías y expectativas que se tienen; “ver a las personas como son y no como te gustaría que fueran”.

3. Intentar detectar uno o varios de los motivos del porqué la pareja fue infiel (buscar las causas de la infidelidad).
4. Identificar qué errores tuvo en el pasado sin sentirse culpable (“qué hacías ante tu pareja, como te comportabas, qué dejaste de hacer”).
5. Realizar por escrito una evaluación de todos los aspectos de la relación (¿qué aporta la pareja a la relación y como la destruye?), actuando de manera objetiva, sin justificar, ni enjuiciar.
6. Anotar miedos y dependencias (hacia la pareja).
7. Tratar de definir lo que la pareja siente realmente.
8. Describir si es la primera infidelidad, pues cada situación de infidelidad es única y tiene sus propias particularidades.
9. Con la información obtenida, enfrentar la realidad, aceptando los movimientos que se deben dar y los que se deben de evitar.
10. Planeación del futuro. Anotar en una hoja con dos columnas (¿cómo estaré yo? –con él o ella, a un año, a 5 años, a 10 años- y ¿cómo estarán los hijos, si los hay? –sin él o ella, en la misma cantidad de tiempo-).

	CON ÉL / ELLA	SIN ÉL / ELLA
A 1 año		
A 5 años		
A 10 años		

11. Decidir qué hacer, afrontando las consecuencias de las conductas realizadas.
12. Actuar analizando las distintas opciones por tomarse y realizando acciones concretas y definitivas.

Es conveniente realizar un trabajo psicoterapéutico con cada uno de los integrantes de la pareja por separado y posteriormente juntos para:

- Hacer una evaluación cuidadosa de la situación (por qué sucedió la infidelidad).
- Poder determinar si la relación de pareja está muy deteriorada y es perjudicial (si existe codependencia, es una relación destructiva, hubo maltrato, existe déficit de comunicación, intervienen terceras personas).
- Reconocer que consecuencias trajo consigo la infidelidad a cada integrante (de que manera le impactó psicológicamente: depresión, ira, sentimientos de culpa, deseos de vengarse, suicidarse o matar, entre otras).
- Prepararse para aceptar: la disminución de las ilusiones y expectativas puestas en la pareja (peleando lo ideal contra lo real), la dependencia emocional y los miedos.
- Revaloración del concepto de la propia persona para el incremento del nivel de autoestima y la mejora en su evaluación personal.
- Analizar que papel ocupó la persona (conductas llevadas a cabo por ella) para la ocurrencia de la infidelidad.
- Aclarar lo que les gusta y no les gusta de la pareja y de si mismos.
- Reconstruir su forma de vivir, modificando conductas y pensamientos, en primera instancia individuales y después en pareja.

-
- Si deciden vivir juntos a pesar de todo lo anterior, y logran reconocer qué errores o conflictos se generaron, en los dos tendría que existir la disposición de trabajar sobre su relación para lograr un cambio.
 - En el caso de que ya no quieran seguir juntos, es importante trabajar con los otros efectos ocasionados como: la depresión, los celos, las emociones contenidas, el sentimiento de culpabilidad, la aceptación de la infidelidad y la separación y el afrontar la nueva manera de vivir.

El impacto psicológico causado en los hijos, por la infidelidad se tendrán que abordar considerando la problemática que presenten ya sea: problemas de conducta, bajo rendimiento escolar, conflictos emocionales o sociales, entre otros, en donde ambos cónyuges tienen que hablar con sinceridad y realismo y asegurar a los hijos, teórica y vivencialmente que los padres los siguen queriendo y los querrán siempre. Y si la pareja llega al divorcio se tendrá que trabajar ese aspecto con los hijos.

CONCLUSIONES

Al elegir a la persona con la que se compartirá y se conseguirá llevar a cabo objetivos en común al vivir juntos; son considerados elementos como: la atracción (física, intelectual y/o afectiva), los gustos, las costumbres, las preferencias, entre otros; que nos llevará a conformar una relación de pareja empezando a compartir situaciones agradables o desagradables, buscando llenar expectativas y satisfacer necesidades mutuas, aunque no por ello podrían dejar de generarse conflictos dentro de la relación.

Al revisar los antecedentes históricos de la relación de pareja se pudo observar los conflictos que desde la antigüedad se generaban en la relación, por la inequidad de género, pues desde la época de los romanos y las culturas prehispánicas, el varón ocupaba un lugar mas privilegiado ante la sociedad, también tenía derecho a ser infiel, podía dejar a su esposa porque hubiese cometido adulterio o no pudiera tener hijos e incluso podía ser polígamo; a diferencia de la mujer, quien tenía una forma de vida restringida, sin derechos; y que en la actualidad algunas situaciones todavía se siguen manteniendo, sobre todo en comunidades rurales (Rage, 1996).

En México la relación de pareja de igual forma tuvo su historia pues en la época prehispánica e incluso en la época de la colonia, a pesar de practicarse la monogamia y la poligamia, la mujer tuvo un lugar desfavorable ante los hombres, puesto que ella no podía participar en cuestiones de política o religión, tenía que dedicarse a las labores domésticas, evadir el adulterio, entregarse virgen, ser fiel a un solo hombre y/o convertirse en objeto de servicio sexual. Sin embargo aunque en la actualidad se han ido modificando los roles tradicionales entre hombres y

mujeres, existen todavía algunas actitudes, tradiciones y comportamientos arraigados en distintos grupos sociales del país; pues a los hombres a pesar de que algunos comparten deberes y obligaciones dentro del hogar, algunas veces siguen teniendo mas libertades, mayores derechos y menores responsabilidades con los hijos, por mencionar algunas (Campos, 1993; Etxebarria, 1992; Ovejero, 1991).

Generándose de esta forma, una compleja convivencia juntos entre ambos integrantes de la pareja; por la variedad de factores psicosociales que giran alrededor de la relación como: los desacuerdos constantes, la dificultad para negociar y poder llegar a arreglos, el bajo nivel de tolerancia hacia el otro, el incumplimiento de expectativas o la falta de comunicación (Gorjón, 1995; Macia y Mendez, 1993; Ocampo y Valdez, 2000; Sánchez y Brown, 1996). Y aunque García y González (1996) mencionan que las posibilidades en una relación formal (matrimonio o unión libre) incluyen la fidelidad, la exclusividad, el apoyo y la felicidad; la pareja vivirá nuevas situaciones a las que tendrá que adaptarse, sean situaciones positivas o negativas.

Considerando entonces la definición que hace el enfoque Cognitivo-Conductual, de lo que es una pareja, la falta de reforzamiento que suceda entre los miembros de la misma, generaría uno de los conflictos que puede ocasionar varios desajustes en la relación como lo es la infidelidad; que según varios autores significa: la relación entre una persona y alguna otra que no es su esposo(a) o pareja formal, que provoca: un impacto en el nivel de intimidad, distanciamiento emocional y en el control dinámico de la relación (Bonilla, 1993; Serrano, 1997; Zumaya, 1998).

De acuerdo con estos autores, las personas entrevistadas en la presente investigación, reportaron conceptos semejantes al escribir lo que para ellas

significaba infidelidad, como: “engañar a su pareja” “no respetar a la persona con la que se tiene un compromiso” “relacionarse con otra persona que no es su pareja” “tener un acercamiento o interés como pareja hacia otra persona” “un acto de irresponsabilidad y falta de valores de la persona” “que alguno de los dos ande con otra persona” “estar casada y tener una relación con otra persona que no sea el esposo” “el involucrar sentimientos de mi pareja física o sentimental con otra persona” “involucrarse con una segunda persona, teniendo compromiso con una ya establecida”; por mencionar varios. De alguna manera puede decirse que el concepto de infidelidad es percibido casi de la misma manera tanto en hombres como mujeres, como la relación con otra persona que no es la pareja formal, en donde puede haber involucramiento sexual o emocional, dejando de respetar a la pareja, engañándola e involucrándose con ese tercero.

Como el objetivo de la investigación realizada, fue identificar que factores provocan infidelidad dentro de la relación de pareja, en opinión de los hombres y las mujeres encuestadas, se encontró que las principales causas son: el que las mujeres busquen un contenido emocional (amor, cariño, compañía); que los hombres busquen tener relaciones sexuales y la falta de amor que perciben; coincidiendo con Thompson (1983) en dos de los cuatro aspectos generales que él relaciona con la infidelidad, en la relación de pareja: -Las características que tenga la relación de pareja y las diferencia por sexo y género dentro de la relación-

A pesar de haberse evaluado seis causas, y que las anteriormente descritas fueron las mas representativas de acuerdo a los porcentajes obtenidos, del total de la muestra hubo veintiocho personas entrevistadas que confesaron haber sido infieles y se descubrió que las causas que habían llevado a doce mujeres a tal situación era por: “experimentar cosas, tener sexo, lo estricto del marido, venganza, dinero, juego, no querer a su esposo, comprensión, compañía y amor, curiosidad, la falta de interés por parte de la pareja, por que se van dando las

cosas o por platicar con alguien”. Por otra parte los dieciséis hombres que afirmaron haber sido infieles, estas fueron sus causas: por “satisfacción, aventurarse, desinterés en la pareja, no tener comunicación, no se pudo resistir, falta de atención, buscar relaciones sexuales, un desliz, diversión, exceso de problemas, falta de amor o por vivir en el alcoholismo”.

También puede observarse que realmente existen algunas semejanzas entre las causas que llevan a un hombre y a una mujer a ser infieles, pues por ejemplo de todas las causas que según llevan a los hombres ser infieles, las mas representativas, según las descritas por varios autores y de acuerdo a los datos obtenidos, serían: “La insatisfacción real o percibida en su relación estable y La comunicación deficiente con su pareja”. Y en la infidelidad femenina, las causas serían: “Por venganza, Simple curiosidad, Falta de gratificación afectiva, Necesidad emocional y Comunicación deficiente”. En donde quizás estas causas mencionadas podrían ser las mas notables, a considerarse para poder realizar el trabajo terapéutico con la pareja.

Por lo que podría decirse que la infidelidad dentro de la relación de pareja es multicausal pues implica aspectos sociales, psicológicos, religiosos y morales (Gutierrez y Villegas, 2002); y por ese motivo es importante indagar ¿por qué sucedió?, situación que se reafirma con los resultados obtenidos. Puesto que en ocasiones alguno de los miembros de la pareja realiza inferencias acerca de lo que pudo originar la infidelidad, cuando en realidad no ha investigado la verdadera razón.

Lo que en algún momento han pensado algunas personas y que se ha llegado a considerar como mitos acerca de la infidelidad (Duncan y Rock, 1995), se reafirmó con los resultados alcanzados, puesto siguen siendo falsas creencias pues la infidelidad “no es algo natural del ser humano”, “no es algo común en las

relaciones de pareja” “no todas las personas son infieles” y “no siempre termina en divorcio”; pues en varias parejas, hay personas con un compromiso de respeto hacia el otro por lo que no se vuelven infieles y en algunas situaciones las parejas siguen viviendo juntos a pesar de haberse originado la infidelidad y ocasionado efectos psicológicos.

Concibiéndose de esta forma, aspectos socioculturales que rodean a la infidelidad en donde las diferencias entre géneros se ven envueltas (de acuerdo a los diversos roles asignados a hombres y mujeres, según Ehrlich ,1993), pues erróneamente se creía que “Cuando una mujer trabaja es infiel” (situación equivocada, según los entrevistados). Y se sigue aceptando de mejor manera al hombre que a la mujer infiel; al hombre que revela su infidelidad no le sucede nada y la mujer no revela su infidelidad por represión social, por lo que la desigualdad entre los géneros también marca diferencias en la conducta de infidelidad y según los estudios revisados los hombres se siguen involucrando en relaciones extramaritales mas que las mujeres debido a la aprobación y reconocimiento social que reciben (Aparicio, 2001; Avelarde, Reyes, Díaz-Loving y Rivera, 1996; Casas, Gudiño y Nedelsticher, 1996).

Comprobándose también que los hombres son mas infieles y les es mas fácil ser infieles (de acuerdo a los privilegios sociales de que “es el hombre y será reconocido por realizarlo) a diferencia de las mujeres. Y en lo que respecta a las señoras ellas si pueden olvidar e ignorar una infidelidad aunque las dañe mas; a diferencia de los hombres quienes no pueden olvidar una infidelidad y casi no los daña (según los porcentajes obtenidos).

Coincidiendo todo lo anterior con las asuntos de género, en donde el hombre tiene la permisividad social de ser infiel y la mujer si lo hace será recriminada y acusada, además de que podría llenarse de culpabilidad, tener remordimientos y

arrepentirse (Cantú, 1994; Rage, 1996); llevándola aparentemente a olvidar una infidelidad, perdonar por los hijos y seguir con la relación aunque le haya causado conflictos.

A diferencia del hombre, que no tiene remordimientos y no se arrepiente (según los resultados).

Por consiguiente la actitud de los hombres y de las mujeres hacia la infidelidad varía en cuanto a la práctica (pues en varias ocasiones el rol social masculino o femenino, determinará si una persona decide o no ser infiel) , las sensaciones que les produce y los pensamientos concernientes a ella, además de la calificación que el entorno social les otorgue (siendo muchas de las veces, una opinión que determinará el camino que deberá seguir la relación de pareja).

Entonces va a depender del papel que juegue la persona (si es la pareja infiel, la persona engañada o el(la) amante) para determinar su reacción, obedeciendo obviamente a las experiencias que ha vivido y de que tan estimulante y gratificante sea o no, su relación.

De esta manera, como cualquier conflicto, la infidelidad es un factor mas que generará efectos y consecuencias psicológicas dentro de la relación de pareja. Pues puede acarrear secuelas positivas en la relación como: valorar a la pareja, servir como distracción y sobrevivir si hay comunicación coincidiendo con Lake, (1990); quien argumenta que la aventura amorosa no necesita romper un matrimonio y muchas parejas sobreviven a la confesión y siguen adelante empezando una nueva clase de relaciones en las que reconocen y respetan el nuevo desarrollo que se realiza en el otro); entre otras (Pick de Weiss, Díaz-Loving y Andrade y Palos, 1988).

No obstante los efectos negativos que podría causar la infidelidad, son importantes para muchas parejas algunos son: no tiene como resultado una mejor relación de pareja, no mejora la comunicación, destruye la relación de pareja, es una problemática, provoca el rompimiento de la relación, deteriora la confianza en la pareja, termina en divorcio y la pareja debería de separarse. Quizá todas estas consecuencias psicológicas se originan porque en una relación donde existe infidelidad, se complica la existencia de tipo conyugal, familiar, social, económica, sexual y laboral para sus integrantes, e incluso causa efectos colaterales en los hijos (Montaño y Neria, 1994; Vilchez, 1990). Llegando a ocasionar a nivel individual: dolor, depresión, humillación, coraje, resentimiento, venganza, infecciones, celos, chantaje, SIDA, temor, confusión, impotencia, cólera, devaluación, arrepentimiento, vergüenza, amargura, soledad, incertidumbre, desconfianza, ira, hostilidad, baja autoestima, suicidio y/o sentimientos de culpa, coincidiendo con las consecuencias mencionadas por autores como: Boekhout en Aparicio, 2001; Sánchez y Brown, 1996; Zumaya, 1998.

De alguna manera la infidelidad dentro de la relación de pareja se convierte en un evento nada favorable que trae como consecuencias varios impactos psicológicos que se tornan puntos de abordaje para los psicólogos, por originar desestabilidad en la conducta, las emociones y los pensamientos de las personas involucradas.

Pues quizás la mujer intentará olvidar la infidelidad de su esposo, pero con el paso del tiempo, puede estar sumida en un estado de depresión, por el dolor existido, la humillación, el resentimiento, la ira y cólera contenidos, el temor de volverlo a vivir, los sentimientos de culpa por lo sucedido y la desconfianza difícil de volver a recuperar. Además de que puede repercutir en las relaciones intrafamiliares y el desarrollo de los hijos. Y que decir de los hombres quienes quizás por la represión social, no expresen sus sentimientos acerca de lo que la infidelidad le

dejó o que por el ambiente social en el cual se encuentren inmersos no quiera seguir viviendo con su mujer aunque lo desee.

Así mismo, las situaciones que podrían suceder después de una infidelidad dentro de la relación de pareja podrían ser: la importancia de saber por qué ocurrió, perdonar por el amor, poder seguir viviendo juntos aunque no como antes y si disculpar la infidelidad de la pareja. No estando de acuerdo en perdonar por los hijos, ni aunque cumpla con todas las obligaciones. Con esto podemos darnos cuenta que aunque opinan que podría existir la separación o el divorcio después de una infidelidad, en la práctica las parejas siguen viviendo juntos.

Considerando algunos estudios acerca del tema de infidelidad, cabe destacar que la importancia de esta investigación consistió en aclarar que los estereotipos sexuales, no deberían de justificar la infidelidad dentro de la relación de pareja. Puesto que existen muchos factores que provocarán que haya infidelidad dentro de una relación generando actitudes positivas o negativas en las personas implicadas.

La infidelidad es entonces uno de los conflictos dentro de la relación de pareja que causa polémica por ser un tema controversial, pues algunas personas todavía lo consideran como “algo natural en el ser humano” o “algo normal en la relación de pareja”; pero sería factible preguntarse ¿cómo reaccionaría la persona que se encuentra inmersa en ese fenómeno a pesar de sus ideas o de lo que ha vivido? ¿por qué si existe infidelidad, las parejas siguen viviendo juntos? o también ¿si hubo infidelidad una vez, podría volver a suceder?; Y las posibles respuestas ante estos cuestionamientos y de acuerdo a la revisión teórica, girarían en torno quizás a la posible codependencia –emocional, económica o sexual- de la mujer hacia el hombre; el cumplimiento social de mantener unida a la familia y vivir juntos “hasta que la muerte los separe”; la persona aparentemente perdona la

infidelidad pero puede vivir llena de resentimiento, ira, deseos de venganza o depresión; e incluso si no se llegan a modificar las conductas negativas –a través de reforzamiento- y si las expectativas siguen sin cumplirse, la probabilidad de originarse nuevamente una infidelidad se amplía. Todo esto da lugar a muchas otras preguntas que quizá puedan abordarse en posteriores trabajos, con la limitante de la sinceridad y confiabilidad en las respuestas de las personas; pues desafortunadamente, la investigación, la teoría y la práctica clínica sobre este tema, tiene muchas fuentes cuestionables y resultados tentativos.

Por consiguiente, esta investigación cumplió los objetivos, confirmó las hipótesis y resolvió incógnitas como: ¿qué es lo que causa infidelidad en la relación de pareja?, ¿qué consecuencias provoca en sus integrantes? y la alternativa sugerida para la disminución del impacto psicológico ocasionado en la pareja.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Arellano, E. (1995). *Como elegir bien a tu pareja*. México : Pax.
2. Aguilar, K. E. y Gutiérrez, C. (1995). *Domina la selección, comunicación y relación de pareja*. México: El árbol.
3. Aguilar R., R. A. (1997). *Propuesta terapéutica para superar los efectos de la infidelidad paterna en los hijos exclusivamente de 8 a 12 años*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología UNAM.
4. Aparicio B., M. (2001). *Estrategias Terapéuticas en el manejo de la infidelidad en terapia de pareja*. Tesina. Facultad de Psicología UNAM.
5. Auping, J. B. (1996). *Jóvenes construyendo su matrimonio*. México: Editorial Promexa.
6. Avelarde, B. M. ; Reyes, D.D.; Díaz Loving, R. y Rivera. (1996). *Efectos del paso del tiempo sobre el amor, la interacción y la infidelidad*. La Psicología Social en México. (6) 316-322.
7. Baroni, C. (1990). *La infidelidad: sus causas profundas*. Argentina: Granica Editor.
8. Barragán, L. (1998). *Un modelo de consejo marital basado en la aplicación de estrategias de solución de conflictos y reforzamiento recíproco*. Tesis de Maestría. UNAM.
9. Bonilla, M. P.; Hernández, A. M. Y Andrade Palos, P. (1995). *Actitud hacia la infidelidad y su relación con algunas variables sociodemográficas*. La Psicología Social en México. A.M.P.S. (7) 188-192.
10. Bonilla, M. P.; Hernández, A. M. Y Andrade Palos, P. (2000). *Atribución y actitud ante la infidelidad*. La Psicología Social en México. A.M.P.S. (8) 17-23.
11. Bonilla, M. P. (1993). *La infidelidad en la pareja: conceptualización e implicación en hombres y mujeres mexicanos*. Tesis de Doctorado. Facultad de Psicología UNAM.

-
12. Boersner, D. y Quintero, L. (1994). *¡En mi casa no me entienden!* Caracas: Disinlimed, C. A.
 13. Bornstein, P. y Bornstein, M. (1992). *Terapia de pareja. Enfoque conductual-sistémico*. Madrid: Ediciones pirámide.
 14. Bueno, M. (1985). *Relaciones de pareja, principales modelos teóricos*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
 15. Caballo, V., Buela-Casal, G. y Sierra, J. (1991). *Manual de Evaluación en Psicología Clínica y de la Salud*. España: Siglo XXI Editores.
 16. Caille, P. (1992). *Uno mas uno son Tres*. México: Paidós.
 17. Campos, J. (1993). *Mitos y realidades en la relación hombre-mujer*. Revista mexicana de Psicología Humanista y desarrollo humano. Prometeo (3), Pág. 2-6.
 18. Cantú, G. E. (1994). *La infidelidad una amenaza para el matrimonio*. México: La prensa.
 19. Casas M. E., Gudiño S., Nedelsticher A. (1996). *La infidelidad en los matrimonios mexicanos*. La Psicología Social en México (1) 392-398.
 20. Costa, M. y Serrat, C. (1993). *Terapia de pareja*. Madrid: Alianza.
 21. Dattilio, F. Y Padesky, C. (1995). *Terapia cognitiva en parejas*. Bilbao: Desclee de Brouwer.
 22. Diaz A., R. S. (1998). *Habilidades básicas para el establecimiento de una relación de pareja funcional*. UNAM. Campus- Iztacala. Tesis de Licenciatura en Psicología.
 23. Díez B., A: M: y Rodríguez P., A. (1991). *Efectos de la inequidad sobre el ajuste y la satisfacción marital en la mujer*. Revista de Psicología General y Aplicada. Vol. 42 (3) 395-401.
 24. Duncan, B. y Rock, J. (1995). *Mejore su vida conyugal, ¡aunque su pareja se oponga!*. México: Edamex.
 25. Ehrlich, M. (1993). *Los esposos, las esposas y sus hijos*. México: Trillas.
 26. Etxebarria, I. (1992). *Sentimientos de culpa y problemática del cambio de valores en la mujer*. Revista de Psicología General y Aplicada. 45 (1) 91-101.

-
27. García, C. y González, G. (1996). *Tratamiento de problemas maritales*. Tesis de licenciatura en psicología. México: UNAM.
 28. Gilbert, M. Y Shmukler, D. (2000). *Terapia breve con parejas. Un enfoque integrador*. México: Manual Moderno.
 29. Goldberg, B. (2000). *Tuyos, Míos, Nuestros. Como rearmar y disfrutar la familia después del divorcio*. Buenos Aires: Grijalbo.
 30. González, L. (1996). *La infidelidad*. Tesis de licenciatura en psicología. UNAM Campus Iztacala.
 31. Gorjón, S. (1995). *La función integradora de la pareja*. Revista de Psiquiatría. Vol. 11. No. 1. Enero-Abril.
 32. Gutiérrez T. A. y Villegas M., Y. (2002). *Estilos de comunicación y actitud hacia la infidelidad en hombres y mujeres*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología UNAM.
 33. Hatfield, E. y Walster, G. (1998). *Una nueva visión del amor*. México: Fondo Educativo Interamericano.
 34. Hernández-Rossette, S. (2000). *Actitud y estilos de afrontamiento ante la infidelidad en hombres y mujeres mexicanos*. Tesis de licenciatura en psicología. UNAM.
 35. Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (1991). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
 36. Holtz, V. (1998). *Pareja, sexualidad y trastornos de la alimentación*. Revista de Psicología y Ciencia Social. Vol. 2. no. 1 pp. 44-49.
 37. Junr, W. (1985). *La pareja humana, relación y conflicto*. Madrid: Editorial Morata.
 38. Lake, T. y Hills, A. (1990). *Infidelidad*. México: Grijalbo.
 39. Lake, H. (1990). *Infidelidad. Anatomía de las relaciones extraconyugales..* México: Grijalbo.
 40. Lara, M. (1999). *¿Es difícil ser mujer?. Una guía de depresión*. México. Pax.
 41. Lemaire, J. (1990). *Los conflictos conyugales*. Bilbao: Desclee de Brouwer.

-
42. Lemaire, J. G. (1990). *La pareja humana: su vida, su muerte, su estructura*. México: Fondo de Cultura Económica.
 43. Lieberman, R.; Wheeler, E.; et. al. (1987). *Manual de Terapia de Parejas*. España: Desclee de Brouwer.
 44. Macia, A. D. y Mendez, C. (1993). *Aplicaciones de la evaluación y Modificación de conducta*. Madrid: Editorial Pirámide.
 45. Masters, W. H. y Johnson, V.E. (1991). *Incompatibilidad sexual humana*. Buenos Aires: Inter-Médica.
 46. . Mc Cary, J.L. y Mc Cary, S. (1993). *Sexualidad humana de Mc Cary*. México: Manual Moderno.
 47. Miranda, H. (1998). *Infidelidad Femenina*. Tesis. México UNAM.
 48. Montaña G., E. E. y Neria A., L. A. (1994). *Actitud hacia la infidelidad en parejas casadas*. Tesis de Licenciatura. Facultad de Psicología UNAM.
 49. Montoya, B. (1992). *Psicopatología de la relación conyugal*. España: Ediciones Díaz Santos, S. A.
 50. Ocampo C. J. y Valdez M., J. L. (2000). *El real y el ideal en la elección de Pareja*. Psicología y Salud. Vol. 10 No. 2. 56-60.
 51. O'Neill, N. y O'Neill, G. (1990). *Matrimonio abierto*. México. Grijalbo.
 52. Orladini, A. (1998). *El enamoramiento y el mal de amores*. México: Editorial Fondo de Cultura Económica.
 53. Ovejero B., A. (1996). *Diferencias entre hombres y mujeres en atribución al éxito/fracaso académico*. Revista de Psicología General y Aplicada. Vol. 41 (4) Págs. 771-795.
 54. Pick de Weiss, Diaz Loving R., Andrade Palos P. (1988). *Conducta sexual, infidelidad y amor en relación a sexo, edad y número de años de la relación*. La Psicología Social en México (II) 197-202.
 55. Pick de Weiss, Diaz Loving R., Andrade Palos P (1988). *Génesis de la infidelidad en hombres y mujeres*. La Psicología Social en México (II) 203 – 212.
 56. Pittman, F. (1993). *Mentiras privadas: "La infidelidad y la traición de la intimidad"*. Buenos Aires: Amorrortu.

-
57. Rage A., E. J. (1996). *La pareja: elección, problemática y desarrollo*. México: Plaza y Valdés.
58. Rage A., E. J. (1997). *El ciclo vital de la pareja y de la familia*. México: Plaza y Valdés.
59. Ramírez, M.; Botella, J; Carboles, J. (1999). "Creencias infantiles sobre la separación parental". En *Revista de Psicología Conductual*. Vol. 7 Núm.1 pp 49-73.
60. Ramírez, G. Y Vásquez, S. (2002). *Factores de Alto Riesgo para la formación de Relaciones Destructivas en el noviazgo: una propuesta preventiva*. UNAM FES-Iztacala. Tesis de licenciatura en Psicología.
61. Riso, W. (2000). *Jugando con fuego. Amores clandestinos y otros enredos afectivos*. México: Editorial Norma.
62. Rodhes S. y Potash, M. S. (1999). *¿Porqué los hombres no se comprometen?*. México: Gedisa.
63. Rodríguez S., P. (2000). *A Propósito de la educación sexual de la mujer*. *Revista de Psiquiatría*. Vol. 16. No. 3. 87-90.
64. Rojas, E. (2001). *Remedios para el desamor: como afrontar la crisis de pareja*. México: Editorial Planeta.
65. Saez S., P. (1994). *Un nuevo cuestionario de satisfacción matrimonial a disposición de la población española*. *Revista de Psicología General y Aplicada*. Vol. 39 (3), 555-583.
58. Sager, C. (1980). *Contrato matrimonial y terapia de pareja*. Buenos Aires: Amorrortu.
59. Sakruka C., M. (1995). *A propósito del mito "Hasta que la muerte nos separe"*. *Revista Intercontinental de Psicología y Educación*. Vol. 8 No. 2. 89-97.
66. Sánchez E., J. y Brown P., N. (1996). *Desidealización y proceso de duelo en la pareja*. *Revista de Psiquiatría*. Vol. 12. No. 1. 275-280.
67. Sánchez S., J. J. (1996). *El análisis de la conducta en el consejo conyugal. Un análisis metodológico de la literatura de investigación*. *Revista Mexicana de Análisis de la Conducta*. Vol. 8. no. 2. págs. 149-156.

-
68. Sandoval, S. (1997). *La relación hombre y mujer: su conceptualización individual y el cambio en la estructura familiar*. Tesis de Licenciatura en Psicología. UNAM. Campus-Iztacala.
69. Serrano, L. (1997). *Infidelidad. La confianza traicionada*. México: Aguilar Respuesta.
70. Strean, H. (1992). *La pareja infiel. Un enfoque psicológico*. México: Pax.
71. Souza y Machorro, M. (1996). *Dinámica y evolución de la vida en pareja*. México: Editorial Manual Moderno.
72. Tepox R., R. y Tinajero M., M. (2002). *Elaboración de Taller informativo-formativo como Alternativa para facilitar la satisfacción marital*. UNAM FES-Iztacala. Tesis de Licenciatura en Psicología.
73. Thompson, A. (1983). *Emocional and sexual componets of extramarital relations*. Journal o Marriage and the Family. Febrero. Págs. 34-42.
74. Tordjman, G. (1999). *La pareja: realidades, problemas y perspectivas de la vida en común*. España: Gedisa.
75. Tierno, B. (2000). *Todo lo que necesitas saber para educar a tus hijos*. Barcelona: Plaza & Janes.
76. Van Pelt, N. (1991). *Cómo hablar para que su pareja escuche y cómo escuchar para que su pareja hable*. México: Selector.
77. Vargas, F. J.; Ibañes, R. J. y Torres, V. L. (1998). *Análisis de las interacciones en pareja. Un estudio descriptivo*. Revista de Psicología Iberoamericana. Vol. 6. no. 2.
78. Vaughan, P. (1999). *El mito de la monogamia*. México: Pax.
79. Vilchez, L. (1990). *Conflictos matrimoniales y comunicación*. Madrid: Narcea.
80. Willi, J. (1990). *La pareja humana: relación y conflicto*. Barcelona: Morata.
81. Ziskin, J. y Ziskin, M. (1990). *Contrato sexual extramatrimonial*. México: Grijalbo.
82. Zumaya, M. (1997). *La infidelidad. Ese visitante frecuente*. México: Editorial Edomex.
- Zumaya, M. (1998). *Infidelidad*. México: Editorial Edomex.

AMEXOS

ANEXO 1. Cuestionario piloto que se aplicó a 15 personas con la finalidad de crear otro cuestionario más específico de infidelidad.

EDAD:

ESTADO CIVIL:

SEXO:

INSTRUCCIONES: Este cuestionario tiene como objetivo conocer su opinión con respecto al tema de infidelidad. Es importante que responda con la mayor sinceridad posible, la información será estrictamente confidencial.

1. ¿Qué significa para usted, infidelidad?
2. ¿Por qué son infieles las personas?
3. ¿La falta de amor provoca que haya infidelidad dentro de la relación de pareja?
¿Por qué?
4. ¿La falta de comunicación dentro de la relación de pareja, origina infidelidad?
¿por qué?
5. ¿Quién comete infidelidad, lo hace para disfrutar de relaciones sexuales solamente?
6. ¿Las aventuras amorosas son solo eso “aventuras”, sin importancia?
7. ¿Las personas infieles, tienen la necesidad de transmitir ideas y sentimientos?
8. ¿Las personas que son infieles, son inseguras? ¿por que?
9. ¿Quiénes son mas infieles? ¿por qué?
10. ¿La monotonía provoca que haya infidelidad?
11. ¿La pérdida de atracción origina infidelidad? ¿por que?
12. ¿Qué características tiene una persona que es infiel?
13. ¿Para qué sirve la infidelidad dentro de una relación de pareja?
14. ¿La persona que es infiel, tiene relaciones sexuales insatisfactorias? ¿Por qué?
15. ¿La infidelidad sirve como distracción? ¿Por qué?

-
16. ¿Es satisfactoria mi relación de pareja? ¿Por que?
 17. ¿Mis mejores amigos (as) han sido infieles?
 18. ¿He mantenido relaciones sexuales con otra persona que no es mi pareja? ¿Por que?
 19. ¿Cómo se comportará y que sentirá la persona que es infiel?
 20. ¿La infidelidad es algo natural del hombre? ¿Por qué?
 21. ¿He sido infiel? ¿Por qué?
 22. ¿Qué efectos tiene la infidelidad dentro de la relación de pareja?
 23. ¿Cómo se sentirá la persona a la que le fueron infiel?
 24. ¿Qué necesitará la persona que se ha enterado que su pareja le fue infiel?
 25. ¿Cuál será la solución después de que ha habido infidelidad dentro de una pareja?
 26. ¿Qué tiene que hacer la persona que se enteró de la infidelidad de su pareja?
 27. ¿Cómo tiene que actuar la persona que ha sido infiel?
 28. ¿La infidelidad es una problemática? ¿Por qué?
 29. ¿Si mi pareja me fuera infiel, qué haría?
 30. ¿Qué pasa en una relación en donde ambos integrantes son infieles?
 31. ¿Qué opina de las mujeres infieles?
 32. ¿Qué opina de los hombres infieles?
 33. ¿Disculparía la infidelidad de su pareja? ¿Por qué?
 34. ¿La infidelidad provoca el rompimiento de la relación de pareja? ¿Por qué?
 35. ¿Para quién es mas fácil ser infiel (hombres o mujeres)? ¿Por qué?
 36. ¿Por qué hay infidelidad dentro de la pareja?

ANEXO 2. Cuestionario de actitudes hacia la infidelidad, que sirvió para realizar dicha investigación.

EDAD : _____ **ESTADO CIVIL:** _____ **SEXO :** _____

Este cuestionario tiene como objetivo conocer su opinión con respecto al tema de infidelidad. Es importante que responda con la mayor sinceridad posible, la información será estrictamente confidencial. Elija de los tres siguientes números, el que considere su respuesta.

3 DEFINITIVAMENTE SI 2 INDECISO 1 DEFINITIVAMENTE NO

1. ____ La falta de amor provoca que haya infidelidad dentro de la relación de pareja.
2. ____ Las personas infieles son celosas.
3. ____ Los hombres son mas infieles.
4. ____ La falta de comunicación dentro de la relación de pareja, origina infidelidad.
5. ____ La infidelidad mejora la relación de pareja.
6. ____ La infidelidad sirve como distracción.
7. ____ La infidelidad destruye la relación de pareja.
8. ____ La infidelidad es algo natural del ser humano.
9. ____ Las mujeres son mas infieles.
10. ____ La infidelidad es una problemática.
11. ____ Disculparía la infidelidad de mi pareja.
12. ____ La infidelidad provoca el rompimiento de la relación de pareja.
13. ____ La rutina en la relación de pareja provoca infidelidad.
14. ____ Para los hombres es mas fácil ser infieles.
15. ____ Las mujeres pueden ignorar y olvidar una infidelidad.
16. ____ La infidelidad tiene como resultado una mejor relación con la pareja.
17. ____ Se puede seguir viviendo juntos después de una infidelidad.
18. ____ Para las mujeres es mas fácil ser infieles.
19. ____ Cuando una mujer trabaja es infiel.
20. ____ Los hombres pueden ignorar y olvidar una infidelidad.
21. ____ Después de una infidelidad la pareja vuelve a vivir como antes.
22. ____ El hombre infiel es mas aceptado socialmente, que la mujer infiel.
23. ____ La persona infiel tiene remordimientos.
24. ____ La infidelidad es algo común en las relaciones de pareja.
25. ____ El desinterés en la pareja causa infidelidad.
26. ____ Cuando la pareja cumple con todas sus obligaciones se le debe disculpar la infidelidad, porque nadie es perfecto.

27. ___ La infidelidad deteriora la confianza en la pareja.
 28. ___ Si un miembro de la pareja es infiel, la pareja debería de separarse.
 29. ___ Todas las personas son infieles.
 30. ___ La infidelidad daña mas a las mujeres.
 31. ___ Una infidelidad termina en divorcio.
 32. ___ Se puede soportar una infidelidad, “fingiendo” que no pasó nada.
 33. ___ La pareja sobrevive a una infidelidad, si hay comunicación y acuerdos.
 34. ___ La infidelidad sirve para valorar a la pareja.
 35. ___ La infidelidad mejora la comunicación dentro de la pareja.
 36. ___ La infidelidad daña mas a los hombres.
 37. ___ Al hombre que revela su infidelidad no le sucede nada.
 38. ___ Es importante saber por qué ocurrió la infidelidad.
 39. ___ La infidelidad se perdona por el amor que se le tiene a la pareja.
 40. ___ La persona infiel se arrepiente.
 41. ___ La mujer no revela su infidelidad por la repesión social.
 42. ___ Se debe perdonar la infidelidad, por los hijos.
 43. ___ Las mujeres infieles buscan un contenido emocional (amor, cariño, compañía).
 44. ___ Los hombres son infieles por buscar tener relaciones sexuales.
 45. ___ He sido infiel, ¿por qué? _____
 46. ¿Qué significa infidelidad para usted? _____

47. TACHE, LAS PALABRAS, QUE CONSIDERE NECESARIAS.

La infidelidad provoca:

Dolor	SIDA	Incertidumbre
Depresión	Temor	Desconfianza
Humillación	Confusión	Ira
Coraje	Impotencia	Hostilidad
Resentimiento	Cólera	Unión
Venganza	Devaluación	Baja autoestima
Envidia	Arrepentimiento	Suicidio
Asombro	Vergüenza	Sentimientos de culpa
Infecciones	Divorcio	Comunicación
Celos	Amargura	
Chantaje	Soledad	

* GRACIAS POR TU PARTICIPACION *

