

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE
MÉXICO**



**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
CAMPUS IZTACALA**

**LOS EFECTOS DEL USO DE LA
REESTRUCTURACIÓN COMUNICATIVA (RC) EN
DIVERSOS PROBLEMAS PSICOLÓGICOS DE LA
PAREJA.**

REPORTE DE INVESTIGACIÓN

**QUE PARA OBTENER EL GRADO DE: Licenciado en
Psicología**

PRESENTAN:

Carlos García Mondragón
Israel Velasco Jiménez

COMISIÓN DICTAMINADORA:

Director: Dr. Jaime Montalvo Reyna
Dictaminadores: Dra. María Rosario Espinosa Salcido
Mtro. Ernesto Arenas Govea



Los Reyes Iztacala. Tlalnepantla Edo. de México 2005



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.

CARLOS

A mis padres.

Me encuentro en un punto más de mi camino, miro hacia atrás y veo con gusto todos aquellos momentos en los que cansado me obligaron a dormir; pero no es el final del camino, falta aún mucho más, pero quiero agradecerles cada minuto, y cada frase de aliento; que nadie como ustedes me han dado en este momento importante de mi vida. Agradezco a Dios por tener los mejores padres de este mundo, les agradezco por acompañarme en el camino y en el que me dieron amor, comprensión, apoyo, además que me enseñaron diferenciar la verdad de la falsedad, lo bueno de lo malo, son mi conciencia, mis ojos, mis oídos y mi voz, no es la carne, ni la sangre lo que nos hace ser, sino el corazón.

A Jaime

Te agradezco por ayudarme en el camino, agradezco tus valiosas enseñanzas, tu amistad, tu confianza, ya que sin ella no habría podido terminar este trabajo, gracias Jaime.

A mi escuela

Agradezco a mi universidad, que me hace sentir orgulloso de ser universitario, además que es una gran institución que respeto y gracias a ella soy lo que soy ahora.

El mundo esta en manos de aquellos que tienen el coraje de soñar y de correr el riesgo de vivir sus sueños.

Recuerde el éxito no esta en el hacer, sino en el ser. Nosotros somos los arquitectos de nuestro propio destino, el universo nos dio los materiales, de nosotros depende construir lo que queramos.

A mi madre, **María de los Ángeles**, pues sin su apoyo incondicional nada de esto sería posible.

Es tan tuyo como mío.

A mi **Familia**. Por el enorme bien que representa en mi vida, y por todo lo bueno y lo malo que de ellos he obtenido.

A mis **Amigos** de siempre y a los recientes. A los **CUSI**, a los **CIF**. A todos con quienes he compartido y he aprendido más que en cualquier salón de clases.

Porque en ustedes he encontrado un apretón de manos, una sonrisa gratuita, más de un trago oportuno, alguien con quien caminar, o simplemente contemplar el mundo.

Por su inmensa alegría, por sus críticas, por su compañía, por su infinita miseria, por su ausencia, por esos días que incluyeron largas noches, por sus reproches, por sus virtudes y sobre todo por los defectos compartidos. Por dejarme ser parte de ustedes como ustedes lo son de mí.

Por todo eso y lo que nos falta, **GRACIAS**.

A cualquiera para quién vivir sea una prioridad.

... lo que pasa es que se creen sabios... Se creen sabios porque han juntado un montón de libros y se los han comido. Me da risa, porque en realidad son buenos muchachos y viven convencidos de que lo que estudian y lo que hacen son cosas muy difíciles y profundas.

El perseguidor

J. Cortázar

ISRAEL

INDICE	Página.
AGRADECIMIENTOS	
RESUMEN _____	1
INTRODUCCIÓN _____	2
CAPÍTULO 1	
ANTECEDENTES DEL MODELO SISTÉMICO _____	4
1. 1 Teoría General de los Sistemas _____	4
1. 2 El enfoque estructural _____	9
CAPÍTULO 2	
EL CICLO VITAL DE LA FAMILIA _____	19
2.1 El Ciclo vital _____	19
2.1.1 Noviazgo _____	21
2.1.2 Matrimonio sin hijos _____	22
2.1.3 Matrimonio con hijos pequeños _____	23
2.1.4 Matrimonio con hijos en edad escolar _____	25
2.1.5 Matrimonio con hijos adolescentes _____	26
2.1.6 Matrimonio con hijos adultos _____	28
2.1.7 Vejez o Nido Vacío _____	29
CAPÍTULO 3	
LA PAREJA _____	32
3.1 El Concepto de pareja _____	32
3. 2 Comunicación _____	35
3.2.1 Aspectos básicos de la comunicación _____	37
3.3 Elección de pareja _____	39
3.3.1 Aspectos sociales que intervienen en la elección de pareja _____	41

3.4 Mitos en la pareja_____	45
3.4.1 Otros mitos o espejismos en el matrimonio_____	49
3.5 El divorcio en la pareja_____	50
3.5.1 Etapas del divorcio_____	53

CAPÍTULO 4

PRINCIPALES ENFOQUES EN TERAPIA DE PAREJA_____	58
4.1 Definición de terapia de pareja y terapia familiar_____	58
4.2 Fases de desarrollo_____	61
4.3 Enfoques en Terapia de la Pareja_____	81
4.4 La Terapia de Pareja en el Tratamiento de Desórdenes Individuales__	86
4.5 Programas de prevención como alternativa de tratamiento_____	87
4.6 Problemas metodológicos y conceptuales _____	90

CAPÍTULO 5

LA TÉCNICA DE REESTRUCTURACIÓN COMUNICATIVA (RC)_____	94
5.1 El abordaje de la comunicación desde la perspectiva sistémica_____	94
5.2 Concepción de la realidad_____	99
5.3 La apropiación de la realidad a través de los sentidos. La Programación Neurolingüística _____	104
5.4 El establecimiento de reglas en el funcionamiento en la pareja_____	108
5.5 La técnica de Reestructuración Comunicativa_____	109
5.5.1 Pasos de la RC_____	109

CAPÍTULO 6

6.1 Los efectos del uso de la Reestructuración Comunicativa (RC) en diversos problemas psicológicos de la pareja _____	113
6.2 Método_____	114
6.2.1 Muestra_____	114
6.2.2 Objetivo General_____	114

6.2.2.1 Objetivos específicos.....	115
6.2.2.2 Hipótesis.....	115
6.2.3 Escenario.....	115
6.2.4 Materiales.....	115
6.2.4.1 Instrumentos.....	115
6.2.5 Variables Dependientes.....	116
6.2.5.1 Variable independiente.....	116
6.2.6 Indicadores.....	116
6.2.7 Diseño.....	116
6.2.8 Procedimiento.....	116
6.3 Resultados.....	125
6.3.1 Resultados fase A.....	127
6.3.2 Resultados Fase C.....	132
6.3.3 Resultados Cualitativos.....	151
Discusión.....	153
Conclusiones.....	159
Bibliografía.....	163
Anexos.....	168

RESUMEN

El presente proyecto de investigación se centró en la pareja principalmente desde una línea aplicada. El marco teórico general empleado es el Modelo Sistémico. El objetivo principal fue el de probar la eficacia de la Técnica de Reestructuración Comunicativa (RC), la cual está basada en los trabajos de Paul Watzlawick y sus colaboradores sobre la concepción de la realidad, y los modelos de la Programación Neurolingüística sobre sistemas perceptuales predominantes. El diseño empleado fue cuasiexperimental de tres fases. La primera de ellas consistió en la recolección de datos sobre la pareja y su estructura familiar, se aplicaron dos escalas a las parejas (de bienestar psicológico individual y de bienestar psicológico en la pareja). La segunda fase fue la aplicación de la Técnica de Reestructuración Comunicativa (RC) en tres pasos: 1.- Concepción de la realidad de primero y segundo orden. 2.-; Concepción de la realidad de acuerdo a los Sistemas Perceptuales. y 3.- Reglas de convivencia. En la tercer fase se volvieron a aplicar las dos escalas, a fin de evaluar si hubo posibles cambios tras la aplicación de la técnica. La muestra la integraron 30 parejas 15 parejas del grupo experimental, y 15 parejas del grupo control, con diferentes etapas del ciclo vital. A las parejas del grupo control no se les aplicó la segunda fase. Con base en las medias de los puntajes obtenidos en las escalas de bienestar psicológico individual y de pareja se observa un incremento tanto en hombres como en mujeres, aunque solo se observaron diferencias estadísticamente significativas en los puntajes reportados por éstas últimas tanto en la escala de Bienestar psicológico individual como de pareja. Incluso en la comparación entre grupos experimental y control sólo se observan diferencias estadísticamente significativas en las mujeres. Consideramos que la técnica RC sirvió como un punto de partida para poder crear un ambiente más propicio para que los integrantes de la pareja tuvieran mayores probabilidades de discutir y resolver sus conflictos, en tanto establecieran las condiciones más propicias para ello.

INTRODUCCIÓN

La terapia familiar sistémica es una disciplina que ha cobrado gran importancia en el repertorio de los profesionistas que tratan de ayudar a personas que se ven afectadas por problemas de carácter psicológico, problemas que se pueden manifestar en el terreno de las interacciones consigo mismo o con el medio físico (subsistema individual), con otra persona (subsistema de pareja o conyugal) y/o con los demás (sistema familiar, de amistad, trabajo, etc). Diversos modelos que se han desarrollado a partir de la teoría general de los sistemas han logrado demostrar su eficacia en cuanto a aumentar el número de problemas que pueden ser abordados rápida y eficazmente. El que haya un amplio número de técnicas no excluye la posibilidad de desarrollar otras nuevas o modificar las ya existentes con el fin de mejorar la atención que se brinde a las personas, investigando además la efectividad de dichas técnicas de forma más o menos controlada.

El objetivo principal de la presente investigación fue el de probar la eficacia de la técnica de Reestructuración Comunicativa (RC) en cuanto a las problemáticas que presentan en un inicio las parejas y a partir de ello tratar de ayudar a resolver el problema por el que solicitaron el servicio. La perspectiva principal con la que se trabajó fue en la pareja, pero ello no implicó dejar de lado aspectos importantes relacionados con la familia de la que formaban parte los usuarios.

En el capítulo uno hacemos una revisión acerca de los fundamentos del modelo sistémico, como la teoría general de los sistemas y el enfoque estructural. En el capítulo dos se abordó el ciclo vital de la familia, diferentes posturas sobre su origen y desarrollo, así como las características principales de cada una de las etapas que caracterizan a la pareja desde noviazgo hasta el nido vacío. En el capítulo tres se trató principalmente a la pareja en su proceso de formación y consolidación, mitos relacionados con la misma así como aspectos básicos en la

comunicación de la pareja. En el capítulo cuatro se enumeraron los principales enfoques en terapia de pareja haciendo referencia principalmente al origen y desarrollo de la terapia de pareja y la terapia familiar en una revisión histórica. En el capítulo cinco se describió la técnica de Reestructuración Comunicativa, los pasos en que consiste y los conceptos que la sustentan. Finalmente, en el capítulo seis se presentan los resultados de la investigación, así como la discusión, y las conclusiones.

CAPÍTULO 1

ANTECEDENTES DEL MODELO SISTÉMICO

1. 1 Teoría General de los Sistemas

La Teoría General de los Sistemas (TGS) es formulada por el biólogo Ludwing Von Bertalanffy, como respuesta a una serie de fenómenos que estaban teniendo lugar en las diversas disciplinas de la ciencia moderna; el descubrimiento de problemas y concepciones que resultaban similares pero a su vez eran formulados en campos muy diferentes entre sí.

Bertalanffy (2002) considera que en muchas ocasiones había “conceptos, modelos y leyes parecidos que surgen una y otra vez en campos muy diversos independientemente y fundándose en hechos del todo distintos” (p, 32). De ahí viene la idea de que existen principios universales que son aplicables en diferentes campos de la ciencia.

Así, la TGS “trata sobre las totalidades y sobre las interacciones internas y externas de las totalidades con su medio; por lo cual llega a ser una poderosa herramienta que permite la explicación de los fenómenos que ocurren en la realidad y la predicción del comportamiento futuro de esa realidad” (Eguiluz, 2001, p, 106).

La visión que tiene Bertalanffy es sobreponerse a la tendencia reduccionista imperante en la ciencia, que se manifiesta en diversas disciplinas como la física, biología, psicología y las ciencias sociales por nombrar algunas. Considera que el método de investigación consistía en descomponer los fenómenos en tantas unidades elementales como fuera posible, y a partir de estos elementos y relaciones elementales dar cuenta del todo que formaban.

Lo anterior formaba parte de una visión mecanicista de la realidad con base en las leyes de la física. Sin embargo, el avance y desarrollo de las ciencias biológicas de la conducta y sociales “parecían imponer un ensanchamiento de nuestros esquemas conceptuales a fin de dar cambio a sistemas de leyes en campos donde no es posible la aplicación de la física” (Eguiluz, 2001, p 32).

El método de la ciencia clásica es de lo más apropiado para fenómenos que pueden descomponerse en cadenas causales aisladas o que son consecuencia estadística de un número infinito de procesos aleatorios (Bertalanffy, 2002, p. 35) .

Bertalanffy estableció las siguientes metas para la TGS:

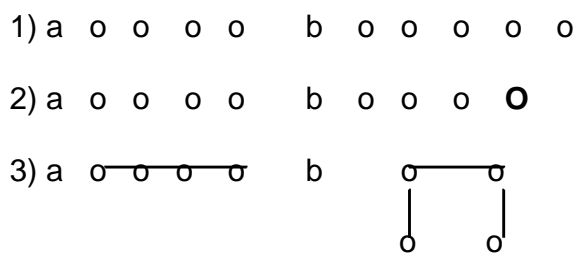
- 1-Hay una tendencia general hacia la integración en varias ciencias, naturales y sociales.
- 2- Tal integración parece girar torno a una teoría general de los sistemas.
- 3- Tal teoría pudiera ser un recurso importante para buscar una teoría exacta en los campos no físicos de la ciencia.
- 4- Al elaborar principios unificadores que corren “verticalmente” por el universo de las ciencias, esta teoría nos acerca a la meta de la unidad de la ciencia.
- 5- Esto puede conducir a una integración que hace mucha falta en la instrucción científica.

Uno de los postulados teóricos principales es el concepto de "sistema" que “puede ser definido como un complejo de elementos interactuantes. La interacción significa que elementos están en relaciones R, de suerte que el comportamiento

de un elemento p en R es diferente de su comportamiento en otra relación R' (Bertalanffy, 2002, p. 56).

Bertalanffy también señala que un “sistema” no está limitado a entidades materiales, pero bien puede aplicarse a cualquier “todo” que consista en “componentes” que interactúan entre sí. A su vez Hall (citado en Eguiluz, 2001) considera al sistema como un conjunto de objetos y sus relaciones, y las relaciones entre los objetos y sus atributos, entendiendo por objetos a las partes del sistema, como pueden ser entidades físicas (átomos, personas) y objetos abstractos (reglas, procesos) y los atributos como las propiedades o características que tienen los objetos sean físicos o abstractos.

Al hablar de complejidad de elementos, Bertalanffy (2002) establece tres tipos de distinción: (1) de acuerdo a su número, (2) de acuerdo con sus especies, (3) de acuerdo con las relaciones entre elementos. La siguiente ilustración ejemplificará lo dicho:

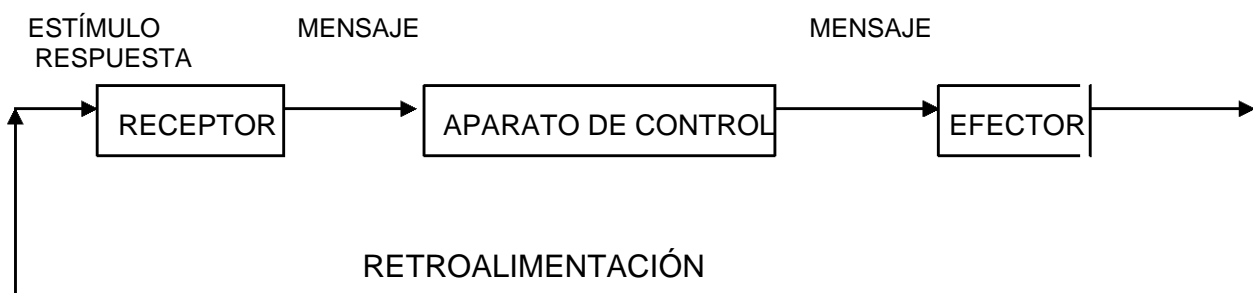


En los dos primeros casos los complejos pueden ser comprendidos como una suma de elementos en aislado, no así el tercer caso donde no basta con conocer los elementos sino también las relaciones entre ellos. Las características del primer tipo pueden denominarse sumativas, o aquellas que son las mismas dentro y fuera del complejo, obtenidas por la suma de características y comportamiento de elementos tal y como son conocidos por aislado. Las del segundo tipo son conocidas como constitutivas, y dependen de las relaciones específicas que hay al interior del complejo, por lo cual para su comprensión es

necesario no sólo conocer más partes del sistema sino sus relaciones (Bertalanffy, 2002, p. 54 , 55) .

Así mismo se establece la distinción entre sistemas abiertos y cerrados. Los sistemas “abiertos” mantienen una continua incorporación y eliminación de materia, constituyendo y demoliendo componentes sin lograr un estado de equilibrio químico y termodinámico, en su lugar mantiene un estado llamado uniforme (steady). Ésta es la esencia misma del metabolismo. Así, los organismos vivos son en el fondo sistemas abiertos ya que intercambian materia con el medio circundante. Por otro lado, los sistemas “cerrados” serían los fenómenos estudiados por la física y la química, sistemas que se consideran aislados de su medio al no realizar ningún tipo de intercambio con él (Bertalanffy, 2002; Eguiluz, 2001).

Otro concepto teórico que Bertalanffy emplea para desarrollar la TGS es originario de la Teoría de la Comunicación y el Control: la retroalimentación. Como ejemplo propone un sistema que incluye un receptor u “órgano sensorio”. En un dispositivo tecnológico el mensaje puede ser una corriente débil; en un organismo puede ser la conducción nerviosa. El siguiente esquema ejemplificará lo dicho:



El sistema incluye un centro que recombina los mensajes y los transmite al efector: por ejemplo, un músculo que responde al mensaje, a su vez el funcionamiento del efector está empalmado al receptor, y esto hace que el sistema

se autoregule, lo que garantiza la estabilización o la dirección de acción (Bertalanffy, 2002, p. 43).

De igual modo retoma el concepto fisiológico señalado por Cannon (Cit. en Eguiluz, 2001, p 117) de homeostasia, quien lo emplea para explicar las constancias relativas que guardan algunas funciones propias del organismo, como son la temperatura, la presión arterial, los ciclos circadianos, etc.

Bertalanffy utilizó el término para comparar servomecanismos tecnológicos con algunos sistemas de retroalimentación en organismos humanos y animales. Dichos sistemas se encargarían de la regulación de acciones. Cita como ejemplo el caso de un organismo que trata de alcanzar un objeto y al fallar en un primer intento se enviaría un mensaje al sistema nervioso central con la información necesaria para realizar un nuevo intento y alcanzar la meta.

En conjunto, la retroalimentación puede definirse como la capacidad de los sistemas para automodificarse en caso de propiciarse cambios significativos en su ambiente. Esta capacidad puede medirse por la posibilidad que tiene el sistema para cambiar su organización o estructura interna a un nivel mayor de complejidad. Dicho proceso permite conservar un equilibrio dinámico que se ubique entre la estabilidad y el cambio (Eguiluz, 2001, p. 118).

Apoyado en éstos y otros conceptos, Bertalanffy considera haber encontrado la clave para dar respuestas a fenómenos hallados en la física y la biología. Tal es el concepto de equifinalidad. En un sistema cerrado el estado final está determinado únicamente por las condiciones iniciales, si se alteran éstas o el proceso, el final cambiaría también. Pero en los sistemas abiertos, es posible alcanzarse el mismo estado final, partiendo de diferentes condiciones iniciales y tomando diversos caminos. Este proceso resulta significativo en la explicación de fenómenos de regulación biológica (Bertalanffy, 2002).

El enfoque que la TGS hizo posible estudiar tanto a un organismo simple como a una nación como totalidad, lo cual implica tomar en cuenta el contexto más amplio donde ocurre la conducta, evento o situación. Sus conceptos serán retomados por teóricos del modelo de terapia familiar para retomar a la familia como un sistema abierto que admite una constante incorporación y eliminación de materia sin alcanzar un estado permanente de equilibrio, manteniéndose en su lugar en un estado uniforme. La familia pasa por un ciclo de desarrollo (ciclo vital) logrando niveles de complejidad creciente para mantener un estado uniforme, y posteriormente alcanzar la diferenciación a través de generar nuevos sistemas (Eguiluz, 2001).

Las aportaciones realizadas por la TGS, junto con la Teoría de la Cibernética y la Teoría de la Comunicación Humana; sirvieron de base para la creación de distintos modelos de intervención. Algunos de estos modelos se centran en los Procesos, como el del Mental Research Institute (MRI), el modelo Estratégico, el modelo de Milán, o el Centrado en las Soluciones. Otros modelos se enfocaron en la estructura, como el propuesto por Salvador Minuchin. Para los fines de la presente investigación nos basamos en este último.

1. 2 El enfoque estructural

El pionero y creador del enfoque estructural es Salvador Minuchin, quien menciona el concepto de la familia no como un conjunto de aspectos individuales de cada uno de sus miembros, sino como un sistema donde cada uno de sus miembros se pueden relacionar de acuerdo a ciertas reglas que constituyen así una estructura familiar (Minuchin, 1986).

La estructura familiar la define Minuchin como “el conjunto invisible de demandas funcionales que organizan los modos en que interactúan cada miembro de una familia. La familia es un sistema que opera a través de pautas transaccionales y en donde las transacciones repetidas establecen pautas acerca

de qué manera, cuándo y con quién relacionarse. Estas pautas apuntalan el sistema. Por ejemplo, cuando una madre le dice a su hijo que beba su jugo y éste obedece, esta interacción define quién es ella en relación con él y quién es él en relación con ella, en ese contexto y en ese momento" (Minuchin, 1986 p. 86).

Las pautas transaccionales regulan la conducta de los miembros de la familia, y son mantenidas por dos sistemas de coacción: el primero es genérico e implica reglas que gobiernan la organización familiar, como la existencia de una jerarquía de poder en la que los padres y los hijos poseen niveles de autoridad diferentes; el segundo sistema de coacción es idiosincrásico e implica las expectativas mutuas de los diversos miembros de la familia.

La estructura familiar debe de ser capaz de adaptarse cuando las circunstancias cambian. La existencia continua de la familia como sistema depende de una gama suficiente de pautas, así como la disponibilidad de pautas transaccionales alternativas y la flexibilidad para movilizarlas cuando es necesario (Minuchin, 1986).

Es importante mencionar que la familia está conformada por subsistemas u holones, término acuñado por Koestler (cit. en Minuchin y Fishman, 1982) en donde holón, del griego *holos* (todo) y el sufijo *on* (partícula o parte) se define como un todo y una parte al mismo tiempo, por lo que la familia es un todo (sistema familiar) y a la vez un sistema que forma parte de otros mayores como una comunidad.

El mismo autor señala que existen varios holones que forman parte de la estructura familiar:

-Holón individual (cada individuo es un subsistema).

Hace referencia al sí mismo al contexto. Contiene determinantes personales e históricos del individuo, como la influencia que ejercen las interacciones del

individuo con los demás, reafirmando aspectos de la personalidad individual que serán apropiados al contexto. Hay un proceso continuo de influjo y refuerzo entre el individuo y lo que lo rodea.

-Holón conyugal (subsistema de la pareja).

En terapia familiar se conceptualiza el comienzo de una familia como el momento en que dos adultos se unen con el propósito de formarla. Cabe señalar que cada individuo posee un conjunto de valores y expectativas implícitas y explícitas, desde formas de auto-concebirse hasta detalles triviales de su vida diaria. Las pautas de interacción serán entabladas con base en estos valores, que suponiendo que sean distintos implicarán una adaptación de ambos cónyuges para enfrentar demandas contextuales modificadas.

-Holón parental (subsistema de los padres).

Las interacciones de este holón incluyen la crianza de los hijos y la socialización. Los niños aprenden que pueden esperar de personas con más fuerza, como considerar a la autoridad, saber si sus necesidades serán satisfechas y qué modos de comunicación les serán más eficaces. Este subsistema habrá de modificarse en la medida que el niño se desarrolla y cambian sus necesidades, y con el aumento de su capacidad se le deberá dar mayor oportunidad de decisión y control de sí mismo.

-Holón fraterno (subsistema de los hermanos).

Dado que los hermanos constituyen para un niño el primer grupo de iguales en que participan las pautas de interacción que se establezcan tendrán gran influencia en él. Entre hermanos se elaboran pautas propias de interacción, y se pueden ensayar cómo negociar, cooperar y competir con otros, en otras palabras cómo comportarse con amigos y enemigos. Las posiciones asumidas pueden

cambiar constantemente lo que promueve sentirse parte de un grupo como identificarse de forma individual. Dependiendo de la etapa del ciclo vital las pautas de interacción serán modificadas.

Minuchin (1986) hace mención acerca de que existen límites entre los subsistemas u holones, en donde los límites están constituidos por las reglas que definen quiénes participan, y de qué manera lo hacen. La función de los límites reside en proteger la diferenciación del sistema. Todo subsistema familiar posee funciones específicas y plantea demandas específicas a cada uno de sus miembros de la familia. Minuchin hace una diferenciación en cuanto a los límites en internos y externos: los internos son aquellos que se identifican por reglas que imperan entre los miembros de los subsistemas familiares, y los externos se reconocen por las reglas de interacción entre la familia y el ambiente externo a ella como otras familias.

Según este mismo autor existen cuatro tipos de límites que son:

a) Claros.- Se definen con suficiente precisión como para permitir a los miembros de los subsistemas el desarrollo de sus funciones sin interferencias indebidas, a su vez permiten el contacto entre los miembros del subsistema y los otros.

b) Difusos.- Hacen referencia a una familia que se caracteriza porque sus miembros no saben con precisión quién debe participar, cómo y cuándo deben hacerse las cosas; hay una falta de autonomía en la relación de los miembros; existe mucha resonancia (el comportamiento de uno afecta demasiado a los otros); hay un exaltado sentido de pertenencia entre los miembros lo que implica un abandono de la búsqueda de la autonomía, y se evita la confrontación de problemas, existe excesiva "lealtad" y hay invasión entre holones.

c) Rígidos.- Se caracteriza por no ser flexibles y cambiar cuando es necesario y cuando éstos existen en una familia los subsistemas son muy desligados, siendo demasiado independientes sin mostrar lealtad y pertenencia.

d) Flexibles.- Se caracterizan por su capacidad de modificación y adaptación a las necesidades de desarrollo del sistema y de los diversos subsistemas. Por ejemplo el enfrentar una crisis o pasar una etapa del ciclo vital a otra.

Minuchin señaló que la presencia de límites difusos o rígidos indica la posibilidad de problemas psicológicos en uno o varios miembros de la familia, mientras que si los límites son claros y flexibles la probabilidad de presentación de problemas disminuye.

Montalvo (2000) enumera varios conceptos relacionados con la forma en que se entablan las interacciones entre los miembros de una familia, es decir, a los tipos de comunicación entre los distintos holones o subsistemas que componen la familia así como entre ésta y otros sistemas.

Uno de ellos es la *jerarquía*, que se refiere al ejercicio del poder, al establecimiento de reglas bajo las cuales se organiza la interacción familiar, a su cumplimiento y a las consecuencias de que se cumplan o no. Lo idóneo es que la jerarquía recaiga en los padres, y cuando no es éste el caso, se pueden generar problemas que impidan el buen funcionamiento familiar. Ejemplo de ello es cuando un hijo tiene el poder, o realiza actividades propias del subsistema parental, lo que se denomina como *hijo parental*.

Otro componente de la estructura es la *centralidad*, la cual consiste en acaparar o aglutinar la mayor parte de las interacciones familiares. Cuando alrededor de una persona giran las interacciones familiares, puede ser por aspectos positivos o negativos, la *centralidad negativa* se presenta cuando la persona que es central lo es por algún tipo de problema, ya sea físico

(enfermedad, discapacidad, etc.) o psicológico (paciente identificado, “la oveja negra”, el delincuente, el drogadicto, etc.); por otro lado la *centralidad positiva* se define cuando alguien aglutina las interacciones a su alrededor por algo “bueno”, ser el mejor deportista, estudiante, artista, portarse “bien”, etc.

Es común que al haber alguien central también existe alguien *periférico*, entendiendo éste como el miembro que menos participación tiene en la organización e interacción familiar, ya sea porque casi nunca está en la casa, o si está no se involucra o no lo dejan hacerlo en algún tipo de interacción.

La *alianza* es otro aspecto a señalar en la estructura, considerándola como la unión de dos o más miembros de la familia para obtener algún beneficio de otro. De igual modo se pueden observar *coaliciones* que consisten en la unión de dos o más miembros de la familia para perjudicar a otro, lo cual implica un *conflicto*. Mientras que las alianzas son relativamente no dañinas, las coaliciones son fuente de problemas sobre todo si son permanentes e intergeneracionales.

Por su parte, Umbarger (1987) señala que las coaliciones son formas específicas de *triangulación*, el ejemplo más sencillo de ello se da cuando los padres se comunican o mandan mensajes a través de un hijo existiendo algún tipo de problema o conflicto entre ellos, a pesar de estar ambos presentes.

El *sobreinvolucramiento* es otro tipo de interacción que llega a formar parte de una estructura familiar, caracterizada por una fuerte interdependencia emocional que puede estar matizada por sobreprotección de un padre o ambos hacia un hijo, esto conlleva a que existan límites difusos entre los subsistemas de manera que casi no exista independencia personal.

En varios casos clínicos se ha observado un fenómeno interactivo que se puede considerar como un elemento estructural, al que Montalvo (2000) ha denominado como *padre en funciones de hijo*, como la oración lo señala se

caracteriza porque un padre se comporta como hermano de sus hijos, no tiene jerarquía y está bajo el mando del otro cónyuge o incluso de un hijo.


Otro aspecto que el autor considera importante de señalar es el de la *geografía*, el cual hace referencia al espacio físico individual o compartido dentro de la familia, y manifestado por el respeto a las pertenencias personales o un espacio señalado para ellas.

Cada uno de estos conceptos, con excepción de la geografía, tiene su símbolo, lo cual permite la elaboración de un familiograma que servirá de base para el análisis de la estructura.

HOMBRE 

MUJER 

LÍMITES CLAROS Y FLEXIBLES 

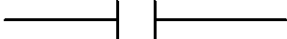
LÍMITES DIFUSOS 

LÍMITES RÍGIDOS 

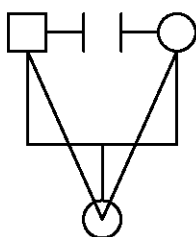
JERARQUÍA 

CENTRALIDAD: Cuadro o círculo más grande que los demás.

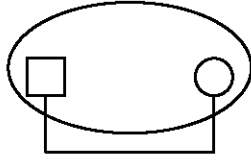
PERIFERIA: 

CONFLICTO 

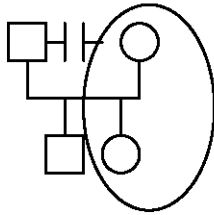
TRIANGULACIÓN



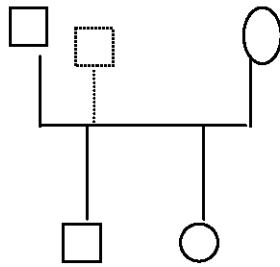
ALIANZA



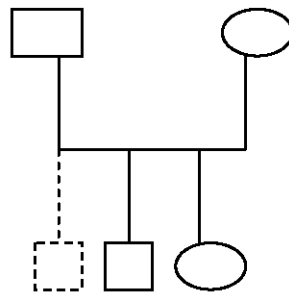
COALICIÓN



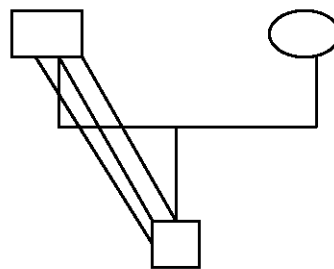
HIJO PARENTAL



PADRE EN FUNCIONES DE HIJO



SOBREINVOLUCRAMIENTO



Es importante mencionar que todos los conceptos antes mencionados simbolizan procesos interactivos, en otras palabras, son procesos de comunicación, retroalimentación y autorregulación que a su vez son características de un sistema abierto, de un sistema con vida capaz de comunicarse con otros sistemas (Montalvo, 2000).

El mismo autor señala “una familia tiene una “buena” estructura o es “funcional” cuando se detectan: límites claros y flexibles entre todos sus holones y al exterior, cuando la jerarquía es compartida por los padres o cónyuges, cuando existe una alianza parental, cuando no hay centralidad negativa y la positiva es rotativa dependiendo de quién la merezca, cuando no hay periféricos, ni coaliciones, ni triangulaciones, ni la presencia de hijos parentales” (Montalvo, 2000, p. 45).

Por funcionalidad se entenderán cierto tipo de interacciones, es decir, cierto tipo de comunicación entre los distintos holones o subsistemas que integran la familia así como entre ésta y otros sistemas. Cuando ésta interacción o tipo de comunicación funcional predomina en una familia, no “producirá” miembros problemáticos, sabrá resolver los problemas que su desarrollo (el paso de una etapa a la otra del ciclo vital) puede implicar, o los que otros fenómenos inesperados (muerte, pérdidas de trabajo, cambio de domicilio, etc.) pueden aparecer en la vida de una familia.

Por el contrario, es más probable que las familias disfuncionales tengan muchos problemas para pasar de una etapa a otra en el ciclo vital. Sí lo que predominan son los límites difusos, los hijos tenderán a ser dependientes emocional o afectivamente de su familia de origen. Además podemos encontrar problemas en la jerarquía (que sólo la tenga uno de los padres o que la tenga otra persona), o que existan coaliciones, triangulaciones, es decir, conflictos.

El adoptar los principios de la TGS ofreció una nueva perspectiva de lo psicológico en las relaciones humanas, pasando de un enfoque individual a uno más complejo que representa las relaciones que entabla una persona con los que lo rodean y la influencia que tiene éste (y viceversa) sobre su medio.

La aplicación de estos principios dentro del enfoque estructural abrió la pauta a reconsiderar una gran cantidad de comportamientos que desde el enfoque de tratamiento individual podían tener características muy diferentes, y que a la luz de la familia como sistema, se tiene un espectro más amplio de las causas de esos comportamientos y que los mantienen, además de la influencia que llegan a tener sobre los miembros restantes de la familia.

Como se planteó anteriormente, la familia guarda muchos de los principios propios de los sistemas: la retroalimentación, el acopio y envío de información dentro y fuera del sistema y la búsqueda constante de equilibrio. Pero este equilibrio no es constante, sufre modificaciones de continuo, sobre todo considerando las características que guarda la familia a través del tiempo, ya que con el crecimiento y desarrollo de sus miembros las relaciones entre ellos también se ven modificadas, como se puede ver en las diferentes etapas del ciclo vital de la familia, las cuales se expondrán a continuación.

CAPÍTULO 2

EL CICLO VITAL DE LA FAMILIA

2.1 El Ciclo vital

El concepto de ciclo de vida familiar se formuló por primera vez en la sociología de la familia. Casi todos los terapeutas de la familia han prestado gran atención a este concepto como base para un diagnóstico y planificación y tratamiento mientras transcurre este ciclo las fases y crisis transicionales son inevitables con entradas y salidas de la familia.

Un problema metodológico en el estudio de ciclo de vida es que no hay un acuerdo sobre la cantidad de etapas que lo comprenden. Los autores lo han dividido en diversas etapas, a veces por las edades de los hijos o las tareas relacionadas con la familia. Del mismo modo las etapas del ciclo de vida se han empleado como un enfoque de las tipologías de la familia considerándose los puntos de transición como épocas de crisis potenciales seguidas de un estancamiento del desarrollo o un nuevo movimiento. (Simon, Stierlin & Wynne, 1993).

Las crisis pueden significar oportunidades de hacer cambios, sin que ello sea negativo necesariamente. Producen transformaciones en el sistema, realizando ajustes y cambios en los papeles que sus miembros desempeñan, adaptando las reglas conforme crecen los miembros de la familia (Eguiluz, 2003).

Rage (1997) menciona acerca del ciclo de vida de la pareja y la familia que tiende a promover el crecimiento y desarrollo del ser humano en la familia y con la familia, también a favorecer el progreso y desenvolvimiento de sus potencialidades hacia la plena humanidad. Este autor considera importante conocer el sentido de

cada una de las etapas y de qué manera pueden ayudar a entorpecer el desarrollo de la persona, la pareja o de la familia.

Algunas consideraciones sobre el ciclo vital son:

1-Estas etapas son jerárquicas en su naturaleza ya que de ordinario sigue una a la otra en una secuencia definida. Cada ciclo presenta su problemática particular que afecta a la vida de la pareja y de familia.

2- Cada etapa es en cierta medida autónoma, tiene su propia posibilidad de realización.

3- Cada etapa se caracteriza por reacciones y comportamientos que parecen consistentes en todos los humanos. Estas reacciones y conductas suelen facilitar el paso a la siguiente etapa.

4- Cada etapa tiene su propio programa natural para un crecimiento continuo. El ser humano es libre y tiene la capacidad de lograr un desarrollo a la madurez, de enfrentar con creatividad y compromiso las responsabilidades que se presenten en el momento del proceso de crecimiento y desarrollo. Cuando se alcanza este nivel, es el momento de empezar a trabajar en el paso al siguiente ciclo. Descubrimiento de nuevas vivencias, estados de conciencia no elaborados, como el paso de la soltería al matrimonio o de la pareja a la paternidad.

5- Cada etapa del ciclo vital tiene diferentes formas de dependencia para los miembros de la familia, así mismo tiene sus retos que es necesario vivir, como alcanzar cierto grado de seguridad, prepararse para la intimidad y para la formación de pareja con un lazo resistente y significativo.

6- Cada etapa hacia la madurez es en sentido muy real una etapa completa y puede realizarse independientemente de las demás. Es un proceso continuo de hacerse persona.

Como ya se mencionó anteriormente, no existe un consenso sobre las etapas del ciclo vital, pero para la presente investigación se hizo uso de una clasificación basada en la recopilación de los conceptos vertidos por diversos autores, tomando en consideración siete etapas: noviazgo, matrimonio sin hijos, matrimonio con hijos pequeños, matrimonio con hijos en edad escolar, matrimonio con hijos adolescentes, matrimonio con hijos adultos, y vejez o nido vacío. Las características de cada etapa se expondrán a continuación.

2.1.1 Noviazgo

La relación de pareja inicia cuando dos individuos pertenecientes a diferentes grupos sociales, se separan de su grupo original con la intención de formar un nuevo sistema. En esta primera etapa la pareja negociará las pautas de relación, la intimidad, las formas de comunicación, los límites entre ellos y los que los rodean, así como la forma de resolver sus diferencias. Es esencial que cada integrante acepte y negocie la separación de su respectiva familia (Eguiluz, 2003).

Para Macías (1995) ésta es la etapa de antecedentes, caracterizada por el desprendimiento de la familia de origen y que se refiere al proceso de desarrollo psicológico de alcanzar la capacidad de autonomía emocional y de autosuficiencia que le permitan al hijo joven la toma de decisiones debida con libertad y responsabilidad. Posteriormente se da el encuentro con la pareja potencial y el cortejo con miras a integrarse como tal, además de que pueden plantarse un proyecto de pareja a futuro.

Por su parte Rage (1997) le llama a esta etapa " el proceso de hacerse pareja" ya que toma en cuenta varios componentes para una adecuada relación

del proceso en la pareja, el autor cita a Carl Rogers, quien nos dice que en un proceso de pareja uno de los factores más importantes para un verdadero desarrollo es que cada uno de los cónyuges progrese en su propio ser, ya que esto reditúa en beneficio y enriquecimiento de la pareja. En otras palabras, si se llevan a la relación inmadurez, dependencia, infantilismo entre otras, las posibilidades de hacer una relación de pareja sana son mínimas.

Otra punto que menciona Rago en el proceso de la pareja es la comunicación y contacto en los dos integrantes de la pareja que es fundamental para esta etapa como lo es la aceptación y descubrimiento de sí mismo, en donde se debe de fomentar la aceptación de la pareja, ya que propicia la aceptación de sí mismo, otro punto relacionado es la valoración interna en donde la decisión acerca de lo que está bien o mal pasa a ser evaluada desde un punto de vista interno de cada persona y en la pareja si se puede dar en varias áreas ésta valoración interna.

Por su parte Erickson (Cit en Haley, 1983) denomina esta etapa como galanteo y considera que entre más se demore este proceso, más difícil le será al individuo interactuar con los demás, convirtiéndose en lo que denomina como "individuos periféricos", ya que no se despegan de sus familias de origen lo necesario para atravesar las etapas de seleccionar una pareja y construir su propio nido. Señala que el tratamiento terapéutico puede fungir como una etapa de transición.

2.1.2 Matrimonio sin hijos

Minuchin y Fishman (1992) señalan esta etapa como de formación de la pareja, donde se elaboran las pautas de interacción que constituyen la estructura del Holón conyugal. Se tiene que establecer mediante negociación las fronteras que regulan la relación de la nueva unidad con las familias de origen, amigos, trabajo, y otros contextos importantes. Dentro del holón conyugal la pareja deberá armonizar los estilos y expectativas diferentes de ambos y elaborar modalidades

propias para procesar la información, establecer contacto y tratarse con afecto. Así también crearán reglas sobre intimidad, jerarquías, así como pautas de cooperación. Cada uno tendrá que aprender a sentir las vibraciones del otro, lo que supone valores compartidos, y percibir lo que es importante para el otro.

La relación se formaliza mediante el contrato matrimonial, ya sea en un plano legal, religioso o de ambos. También es posible que las parejas se unan solo obedeciendo sus voluntades, haciendo esta unión tan formal y verdadera como la otra (Eguiluz, 2003). Es cuando la pareja hace manifiesto su compromiso de vida se comprometen el uno con el otro a formar una pareja. Ya cuando la pareja convive formalmente tienen la oportunidad de adaptarse e integrarse en forma inicial a su vida juntos (Macías, 1995).

La ceremonia que formaliza la unión puede modificar de forma impredecible la relación de una pareja dependiendo de la finalidad que propició el matrimonio. Gran parte de las decisiones que asuma la pareja recién casada estarán influidas por lo que aprendieron en sus familias de origen, pero también por las alianzas actuales de los padres, por ello la gente joven deberá buscar una relación más adulta e independiente de sus padres y de su forma de comportamiento (Haley, 1983).

En esta etapa pueden aparecer crisis al confrontarse las expectativas generadas durante el noviazgo con la realidad de la convivencia cotidiana. La relación puede volverse armónica al favorecerse la flexibilidad de que ambos ajusten sus pautas interaccionales para lograr conformar su propio sistema conyugal (Eguiluz, 2003).

2.1.3 Matrimonio con hijos pequeños

Rage (1997) menciona que existen diferentes tipos de familia en el ciclo vital de la pareja. Uno de esos tipos es la familia con hijos pequeños, en donde hace

mención de la llegada de un primer hijo supone un fuerte cambio en la vida de la pareja y repercute a través de todo el sistema familiar. Por lo tanto es necesario que los nuevos padres hagan un lugar a este nuevo miembro en su anclaje emocional para evitar problemas posibles como:

- 1.- El niño puede ser bienvenido o ser una dificultad en la vida de la pareja, las responsabilidades de crianza exigen una nueva forma de compromiso que pueden cambiar la situación de la pareja.
- 2.- Puede provocar alguna regresión en uno de los cónyuges que probablemente busque los anclajes previos que tenía con sus padres.
- 3.- Su presencia puede consolidar o disolver un matrimonio, y la madre puede ser la primera (mas no la única) en manifestar síntomas después del nacimiento del hijo.

En esta etapa para el bebé es un período difícil, en el sentido que sus padres aprenden con él, estando así los padres confundidos en lo que será más conveniente para el niño. Su presencia es ambivalente, lo quieren y lo desean, pero al mismo tiempo lo rechazan por limitaciones y renunciaciones que supone su presencia.

El padre puede sentirse celoso de los cuidados que le da su esposa al recién nacido, al menos a un nivel inconsciente. Es también en esta etapa que se tiene que replantear la pareja de que manera cambió su forma de vida desde la llegada del primer hijo, busquen ampliar y enriquecer lo relativo a la crianza y educación del hijo. También es una etapa que supone un fuerte aprendizaje en el proceso de hacerse padres. Las pautas de comunicación cambian y muy probablemente las nuevas estructuras que vive el niño no se adapten a su anterior estilo de vida.

Minuchin y Fishman (1992) consideran que desde el nacimiento del primer hijo se crean nuevos holones: parental, madre-hijo, y padre-hijo. El recién nacido depende por entero de un cuidado responsable así como manifiesta aspectos de su propia personalidad a los que la familia se debe de adaptar. Cuando el hijo comienza a caminar y hablar, los padres deben de establecer controles que le dejen espacio y a la vez garanticen su seguridad y la autoridad parental. Los adultos tienen que modificar sus pautas de crianza y crear métodos para mantener el control y alentar el crecimiento. Cabe señalar que cuando nace otro hijo se quiebran las pautas estables constituidas en torno al primero.

Erickson (Cit en Haley, 1983) considera que el nacimiento de un nuevo hijo representa la convergencia de dos familias, creando abuelos y tíos de ambos lados: La pareja parece distanciarse más de sus familias de origen y estar más inmersos dentro de su propio sistema familiar. Al ser padres, son menos hijos y se individualizan más como adultos.

Al respecto Macías, (1995) le llama a esta etapa " advenimiento de los hijos" donde marca el paso de ser ya familia, y que trae con ello la adquisición de nuevos roles primarios por parte de la pareja y se adquieren los roles de madre-padre de gran significancia trascendental.

2.1.4 Matrimonio con hijos en edad escolar

Minuchin y Fishman (1992) mencionan en esta etapa que la familia debe lograr nuevas pautas, como tareas escolares, reglas como la hora de acostarse, tiempo para el estudio y esparcimiento. El crecimiento del niño va introduciendo elementos nuevos en el sistema familiar. Los nuevos límites entre progenitor e hijo tendrán que permitir el contacto al tiempo que dejan en libertad al hijo para reservarse ciertas experiencias. Así la familia empieza a interactuar con un sistema poderoso y a menudo competidor, también una nueva fuente de presión y

de exigencias puede influir sobre la familia en esta etapa. En este estadio comienza el proceso de separación y este cambio resuena para toda la familia.

La elección de la escuela es de gran importancia, buscando una complementariedad adecuada entre ella y la familia, pues de otro modo se puede causar confusión y desorientación a los niños. Un punto de particular atención en este momento es el apoyo que ofrecen los padres en el proceso de aprendizaje de los hijos sin plantearles demandas o exigencias excesivas (Macías, 1995).

Es a la entrada de los hijos a la escuela cuando pueden suscitarse nuevas crisis y poner de manifiesto la estructura de la familia al exterior, ya que el hijo se involucra y establece relaciones fuera del seno familiar (Haley, 1983).

2.1.5 Matrimonio con hijos adolescentes

En la fase de la pubertad y adolescencia de los hijos suele ser crítica la aparición de caracteres sexuales secundarios, y el cuestionamiento que los hijos adolescentes hacen de la autoridad paterna. La forma de retar las costumbres y las normas sociales, si se han manejado éstas en forma impositiva, irracional y autoritaria, llegan a situaciones de difícil manejo para los padres y el hijo, además de ser la etapa en donde el adolescente inicia el uso de alcohol, tabaco y otras drogas (Macías, 1995).

Con la llegada de un segundo hijo se dan más cambios al sistema familiar, empezando por su complejidad al agregarse el sistema fraterno. El hijo mayor tiene que aprender nuevos comportamientos derivados de la convivencia con su hermano, como son la formación de alianzas y a ganar o perder con las coaliciones. Los padres con hijos adolescentes deben flexibilizar las normas y responsabilidades en los hijos, para que así lo hijos aprendan a tomar decisiones y asumir la responsabilidad de sus asuntos. El ideal es que a medida que ganen

autonomía, incrementen el grado de responsabilidad con el grupo familiar (Eguiluz, 2003).

Llega un momento en que los hijos logran ser autónomos e independientes, pasan menos tiempo en casa debido a que realizan otras actividades fuera de la familia. Los padres se acostumbran poco a poco a esta situación y asumen finalmente las consecuencias del desprendimiento de los hijos (Eguiluz, 2003).

Las crisis también pueden resultar de la creciente autonomía de los hijos y los padres se sientan menos necesarios. Los años medios quizá supongan la decisión de la pareja a continuar o tomar caminos separados. Al pasar los hijos menos tiempo en casa conlleva a comprender que un día terminarán por irse, y ellos quedarán solos frente a frente. La entrada de los hijos a la adolescencia puede implicar una lucha por mantener el poder jerárquico previo, puede resultar desconcertante para los padres el tratar a su hijo como a un niño pero a su vez empezar a verlo como un adulto (Haley, 1983).

Rage (1997) menciona con respecto a esta etapa de la adolescencia es un tiempo de renacimiento, la maduración fisiológica no sólo cambia el aspecto físico del joven, sino también cambia su forma de ver al mundo que lo rodea, además de que este periodo se caracteriza por "inestabilidad emocional" y tensión psicológica, conforme el joven se trata de adaptar. Las tareas de desarrollo del adolescente exigen con frecuencia transformaciones en la organización y estructura de la familia, por que involucran profundos cambios en los modelos de relación a través de las generaciones.

Otros puntos que retoma en esta etapa el autor son la identidad, autonomía, y factores socioculturales, en la búsqueda de la identidad del adolescente, esta implica que la personalidad sufre más grandes transformaciones durante esa etapa y a la vez que alcanzan su identidad desarrollan su propia ideología y metas. Las diferencias entre los adolescentes y sus padres, en cuanto a ideas,

creencias y valores, necesitan de ser tratados de una manera abierta facilitando un acercamiento y confianza entre ellos. En las familias donde hay adolescentes pueden existir diversos triángulos como: a) involucran al adolescente y a los padres, b) al adolescente, un padre y a un hermano, y c) al adolescente, uno de los padres y amigos del adolescente. Es importante hacer notar que este tipo de familias pasan por un periodo de tensión y estrés normales.

En cuanto a la autonomía el autor se refiere a que el individuo ya no depende psicológicamente de ellos en este caso el adolescente de los padres y a su vez tiene más control para tomar decisiones acerca de su vida.

2.1.6 Matrimonio con hijos adultos.

Para Minuchin y Fishman (1992) en esta etapa los hijos ahora adultos jóvenes, han creado sus propios compromisos con un estilo de vida, carrera, amigos y un cónyuge. La familia originaria vuelve a ser de dos miembros.

Parece que toda la familia entra en un período de crisis cuando los hijos comienzan a irse. Se da una crisis que va disminuyendo de a poco a medida que los hijos se van, forman sus propias parejas y los padres van adquiriendo nuevos roles, como el de abuelos. La turbulencia puede darse cuando el hijo mayor deja el hogar, o ir aumentando progresivamente a medida que se van los hijos, agudizándose al irse el menor. Un problema común es que en esta época los padres se encuentren sin nada que decirse ni compartir. Durante años han discutido cuestiones relativas a los hijos, y ahora las disputas prevalentes antes del primer nacimiento resurgen. Dado que no se resolvieron sino sólo se desplazaron por lo hijos ahora vuelven a aparecer, estos conflictos pueden culminar en una separación.

Cuando un hijo abandona el hogar para establecer una familia los padres transitan hacia el cambio de convertirse en abuelos. Deben de aprender a ser

buenos abuelos, elaborar reglas a fin de participar en la vida de sus hijos, y ver como funcionan solos en su propio hogar, los hijos deben de separarse de su familia sin dejar de estar involucrados en ella (Haley, 1983).

2.1.7 Vejez o Nido Vacío.

Macías (1995) menciona que esta etapa se denomina "declinación o involución", se origina con la fase del desprendimiento de los hijos jóvenes adultos, los que se separan del hogar original por diversas razones, como por estudiar o trabajar a otro lado, porque han decidido hacer su propia vida, casarse o vivir independientemente solos. Ésta es la fase en que si se da el desprendimiento de todos los hijos, en forma casi simultánea la pareja original se quedará sola de nueva cuenta, lo que se denomina "nido vacío" al concluir las tareas fundamentales de los roles materno y paterno. Ésta es una etapa que puede ser de crisis u oportunidad para mayor crecimiento y enriquecimiento de la pareja que ha sabido mantener su vínculo conyugal.

Una vez que los hijos se emancipan y dejan el hogar paterno, la pareja vuelve al inicio del ciclo y retoma su relación conyugal. Sin embargo al no tener el ímpetu de la juventud a muchas parejas les resulta difícil dar nueva vida a su relación, aún más si han descuidado a su cónyuge o a sí mismos por dedicarse a cuidar y atender de los hijos (Eguiluz, 2003).

Si la pareja logra liberar a sus hijos de forma que dejen de estar menos involucrados con ella, pueden llegar a un período de relativa armonía que perdura hasta la jubilación del marido, ya que este retiro laboral implica que estén juntos todo el día. No es raro que en este período la esposa desarrolle un síntoma incapacitante, como respuesta a la crisis que atraviese su marido dándole una nueva ocupación. La función utilitaria de los problemas presente a lo largo de la vida familiar es igual de importante en los últimos años cuando dos personas sólo se tienen una a la otra.

En esta etapa Rage le llama " la familia en edad avanzada" a diferencia de las otras etapas, en ésta el aspecto fisiológico tiene gran importancia. Se pueden desencadenar verdaderas crisis que afectan a la persona en su totalidad. El envejecimiento del sujeto no se produce simultáneamente sobre su totalidad, sino que comienza y predomina en alguna parte de su ser: cuerpo, mente, o en relación con el mundo exterior.

La familia como sistema con los miembros de la tercera edad, enfrenta mayores retos de adaptación en esta etapa. Cambia con el retiro, la viudez, el nacimiento de los nietos, la declinación en la capacidad física, el problema económico de los hijos que inician una nueva familia. Por esta razón, se requiere del auxilio familiar y el ajuste para hacer frente a la pérdida, a la organización y reorientación (Rage, 1997).

Si con el tiempo uno de los cónyuges muere, el otro quedará solo y buscará una manera de involucrarse con la familia. Es posible que se le asigne una función útil, pero también pueden verse en la difícil decisión de quién cuidará del progenitor, ya sea de la familia o una institución. Sobre todo seguirá siendo modelo cómo los jóvenes cuidan de los viejos, para el cuidado que se les disponga a ellos cuando envejecan, ya que el ciclo familiar se renueva sin fin (Haley, 1983).

Para Minuchin y Fishman (1992) la etapa de hijos adultos también se le suele llamar "nido vacío", ya que se le suele definir como una etapa de pérdida, pero a la vez puede serlo de un notable desarrollo si los cónyuges, como individuos y como pareja aprovechan sus expectativas y experiencias acumuladas. Lo esencial del proceso es que la familia tiene que atravesar ciertas etapas de crecimiento y envejecimiento, así como enfrentar períodos de crisis y de transición.

Como se puede observar, dependiendo de la etapa del ciclo vital que atraviese la familia, la conformación y las relaciones al interior de esta van cambiando, siendo éste un aspecto muy importante a considerar al momento de dar atención a la problemática que refieran sus miembros

Existen diferencias entre autores sobre las etapas que se deben considerar como integrantes del ciclo vital, pero en alguna medida quisimos hacer una suma de varias de ellas, tratando de no omitir algunas pequeñas características que nos pudieran ser útiles para diferenciar una etapa de otra al momento de atender las problemáticas de la pareja y a una mejor comprensión de éstas.

A éste respecto, hay que señalar que las características descritas anteriormente frecuentemente hacen referencia a los miembros de la familia, y en algunas ocasiones a la pareja desde una perspectiva histórica, por lo que para una mejor comprensión de nuestro objeto de estudio, habrá que hacer una revisión de las características que guarda la pareja como entidad, su génesis y las relaciones que implica.

CAPÍTULO 3

LA PAREJA

3.1 El Concepto de pareja

La pareja sigue siendo considerada como el origen de la familia, y ésta a su vez como célula fundamental de la sociedad. Tanto las formas como los procesos por los que tiene origen pueden presentarse de muy diversas maneras, al igual que aquellos otros procesos que tiene lugar después de constituida y por los cuáles se va modificando al paso del tiempo y de las vivencias. Todo ello constituye formas de relación y organización humanas.

La interrogante de por qué los seres humanos (e incluso algunas especies animales) conforman parejas ha sido abordada desde muchas disciplinas y en distintas épocas, llegando a distintas conclusiones. Desde un punto de vista biológico se considera que la finalidad es la procreación, a fin de preservar la especie; desde la economía implicaría una sociedad que buscaría compartir recursos y obtener mayores ganancias con menos riesgos; desde la psicología algunos especialistas han considerado la pareja como la proveedora de un medio en el cual sus integrantes se soslayan y expresen libremente, sin limitaciones. Su función sería aliviar las heridas a las que puede estar expuesto un individuo en su vida cotidiana al relacionarse con el mundo. Sería un espacio físico y emocional de restauración.

Las definiciones de la pareja pueden ser muy variables, tantas como sus posibilidades de manifestación, en tanto que la pareja comprende la unión de individuos que, sobra decirlo, pese a que pertenezcan a un mismo grupo social y por ende poseen características en común, también son portadores de un bagaje de conocimientos, experiencias y creencias muy subjetivas y distintas.

Pese a lo anterior, esto no ha sido determinante para impedir que los individuos formen parejas, al menos no de forma generalizada. Quizá por ello los diversos teóricos se han aventurado a formular opiniones acerca de los fenómenos relacionados con la pareja, como su elección, sus pautas de relación y desarrollo que determinan su rompimiento o final. A continuación se presentarán algunas de estas opiniones.

Kershaw (1994) considera que cuando los compañeros de una pareja interactúan, las palabras y conductas que emplean forman "una especie de danza hipnótica en virtud de la cual el comportamiento de cada uno empieza a reducir el foco de atención del otro" (p. 19). Este proceso puede despertar recuerdos y provocar sentimientos de vulnerabilidad relacionados con el pasado.

Cuando los miembros de una pareja interactúan se estimulan mutuamente estados similares al trance, entendido éste como un enfoque de la atención, una disociación de pensamiento, sentimiento y acción. La autora afirma que toda hipnosis es auto hipnosis, y por ello la interacción misma sirve de catalizador para inducir un estado hipnótico en cada cónyuge.

La atención de cada uno se estrecha, a partir de lo cual se produce una secuencia interaccional por la cual los estados de conciencia de cada cónyuge generan comportamientos automáticos que se encadenan con los comportamientos del otro, dando lugar a secuencias recíprocas.

Por su parte, Willi (1993) nos habla de tres principios fundamentales que a su juicio contribuyen al desarrollo exitoso de una relación de pareja. Estos son: el principio de deslinde, el principio de comportamiento regresivo-infantil y progresivo-adulto, y el principio de equilibrio de igualdad de valor. Aclara que el seguir estos principios no es garantía de producir un buen matrimonio, sino más

bien configurar un marco en el que pueda surgir una unión satisfactoria para ambas partes.

- El principio de deslinde.

Hace referencia a los límites que establece la pareja tanto a su interior como al exterior. La pareja debe tener unos límites claros respecto a ellos mismos, en lo relativo a la intimidad, y saber hasta cuánto puede renunciarse a uno mismo por el otro. También debe haber límites claros respecto a los demás, pudiendo diferenciar claramente su relación de cualquier otro tipo de relación de amistad o familiar, esto es, tan importante es salir con amigos o familiares como preservar un espacio exclusivo para la relación.

- El principio del comportamiento regresivo-progresivo

En una relación de pareja es fundamental que sus miembros puedan adoptar alternativamente papeles “progresivos” y en otros momentos “regresivos”. Esto es, deben permitirse la posibilidad de cuidar del otro y en un momento dado también ser ellos los cuidados. Es necesario que se permitan mostrarse vulnerables ante el otro y en otro momento mostrar su fortaleza y ser quién apoye a él o ella. Hay situaciones donde los miembros de la pareja adoptan papeles rígidos no flexibles, donde siempre uno de ellos desempeña el papel de “fuerte”, que tira constantemente del otro, que a su vez lleva a cabo de forma rígida un papel de “desvalido”. A dichas actitudes regresivas y progresivas rígidas Willi las llama *colusión*, entendida como un intento neurótico de resolver conflictos infantiles en la relación de pareja, el regresivo manteniendo las conductas infantiles y el progresivo intentando eludir los conflictos de la infancia a través de una máscara de madurez.

-El principio de igualdad de valor

El sentimiento de igual valoración descansa sobre la semejanza de cualidades sociales y personales. Es frecuente una vez que la pareja se une, intentan crear un proceso de mutua adaptación. Generalmente el miembro con más alto grado de diferenciación intenta adaptarse al otro tal vez manifestando sus defectos, o adoptando un papel de sumisión o incluso a través de enfermedades psicosomáticas. Del otro lado, hay parejas donde se rompe el equilibrio de igualdad e intentan mostrarse superiores al otro, o mostrar las deficiencias del cónyuge para desacreditarlo.

A su vez Döring (2000) reconoce la necesidad "eminente humana de gozar de compañía íntima, compartir gustos y disgustos, contar con un espacio físico y temporal para la vida personal y emocional" (p. 37), pero a su vez alerta sobre el riesgo de construir lo anterior sobre bases de fantasía y auto engaño que pueden conducir a la desilusión. Cuando habla de pareja no se refiere únicamente a quienes conviven o cohabitan, sino a quienes tienen una relación de apoyo y crecimiento mutuos. Quienes sean más capaces de confrontar su compromiso existencial, asumiendo su responsabilidad por el mismo estarán en mayor posibilidad de formar parejas y relaciones en general más enriquecedoras, menos dependientes y que promuevan un crecimiento constante de los involucrados.

Al hablar de relación de pareja es inevitable que se tome en cuenta la gran cantidad de información que intercambian sus integrantes, por lo que consideramos necesario abordar el tema de la comunicación en la pareja.

3.2 Comunicación

¿Qué es la comunicación?

En la actualidad se escribe mucho sobre comunicación, se habla del tema, cuando nos encontramos con un adolescente que no habla con sus padres

decimos que tiene un problema de comunicación; lo mismo cuando hallamos un matrimonio que no va bien.

Cada persona tiene su sistema propio de comunicación en función de sus actitudes básicas, sus orientaciones respecto a sí misma, hacia los demás, su trabajo, la organización general de su vida y todo un conjunto de factores. La capacidad de cada uno para comunicarse puede ir mucho más allá de sus capacidades para hablar o escribir bien. Por otra parte, y es importante señalarlo, las cualidades totales de una persona, sus posibilidades de éxito y autorrealización parecen estar en razón directa de su capacidad de comunicación (Vilchez, 1985).

Comunicarse es tomar a otro en consideración. No es hacer esto, aquello, hablar o callar, sino una actitud, un proceso básico que actúa continuamente en nosotros. Es una realidad evolutiva, susceptible por tanto de cambio y de aprendizaje, por lo que la educación para la comunicación es fundamental en el proceso que vive la pareja. Además a la comunicación hay que entenderla dentro del amplio ámbito de la expresividad humana ya que por naturaleza somos seres expresivos. Nos comunicamos desde lo que somos y como somos, además que en toda comunicación actúan como puntos de referencia, la cultura y los grupos sociales a los que pertenecemos (Vilchez, 1985).

Al respecto, Bornstein y Bornstein (1998) hablan acerca de la comunicación en la pareja, se define como el conjunto de medios simbólicos a los que recurren las personas para transmitir mensajes. Las palabras y la conducta verbal en general constituyen la forma más habitual de comunicación. No obstante, las conductas no verbales suponen también una categoría muy importante de comunicación como el tono de la voz, el lenguaje del cuerpo, la postura, los gestos, etc. Al margen de la forma o del contenido utilizados en la comunicación, los símbolos tienen que ser mutuamente compartidos si se quiere que el mensaje sea comprendido en sus justos términos, dicho de una forma sencilla, si el

significado no es compartido, los malentendidos van a surgir con seguridad como lo son los casos de pareja en conflicto de comunicación. De este modo, el término genérico de problemas de comunicación se refiere más bien a la transmisión inadecuada de los mensajes simbólicos. No hay duda de que los déficits de comunicación constituyen un problema nuclear en la existencia de un conflicto dentro de la relación de pareja.

Lo que las parejas hablan entre sí, y la forma en que lo hacen, influye en el nivel de satisfacción percibido en la relación (Bornstein & Bornstein, 1998).

Éstos autores hablan de la comunicación relacional en la pareja y ésta es cuando los dos componentes de la díada expresan dimensiones de protección o de cariño en la relación con su cónyuge. Distingue dos formas principales de comunicación relacional: íntimas y económicas. La comunicación íntima está relacionada con las conductas verbales y no verbales que emite una persona como forma de enviar mensajes a su cónyuge como lo son las sonrisas, los guiños, los abrazos y entre otras muchas conductas, y formas de expresar cariño.

Para la mayoría de las parejas sin problemas de comunicación, la intención del mensaje es muy clara, en cambio las parejas en conflicto experimentan con frecuencia una discrepancia muy profunda entre la "intención" de la comunicación y el impacto de la misma.

3.2.1 Aspectos básicos de la comunicación.

Estos mismos autores hablan acerca de los aspectos básicos que hay en la comunicación de pareja:

-Respeto.

Ésta se refiere a la actitud según la cual los cónyuges se tratan entre sí con una dignidad mutua y se consideran a sí mismos personas únicas y dignas de consideración. Con esta actitud los cónyuges se muestran dispuestos a expresar

con palabras su respeto o a ponerlo de manifiesto de otra manera. Una forma de expresarlo es estar dispuesto a colaborar en la solución de los problemas relacionados con la misma pareja. El respeto se pone de relieve por la habilidad de uno para escuchar y atender al otro cónyuge.

-Comprensión.

Se refiere a la validación como un proceso que permite a los cónyuges obtener confirmación y clarificar informaciones recíprocamente, la comprensión radica en la habilidad para conocer empáticamente y percatarse de lo que el otro experimenta. Ello no quiere decir que los cónyuges estén continuamente de acuerdo el uno con el otro, pero si se han dado valor y legitimado los marcos de referencia de cada uno, además se han compartido los significados de la comunicación y se han reconocido y aceptado cada uno de los cónyuges como personas.

-Delicadeza

Un componente fundamental del proceso de comunicación es ser conocedor de las necesidades del cónyuge de uno. Muchas veces las personas están, con frecuencia tan preocupadas por ellas mismas que no consiguen reconocer siquiera los deseos del cónyuge. Como hay parejas que optan por no ser sensibles a las necesidades de uno y otro por temor a que el otro pueda aprovecharse de uno, los cónyuges no consiguen reconocer ni asumir las necesidades del otro, y en consecuencia, acaban por alejarse más y más el uno del otro (Bornstein & Bornstein, 1998).

Rage (1996) por su parte describe algunas de las diferencias de comunicación entre las parejas bien avenidas y las parejas en conflicto estas son:

-Las parejas bien avenidas y las parejas en conflicto no difieren en relación con la intención de los mensajes que emiten; pero, sin embargo, los cónyuges en conflicto perciben los mensajes emitidos por su pareja de forma significativamente menos positiva que los matrimonios armónicos.

-La proporción de acuerdos con desacuerdos es mucho mayor en las parejas bien avenidas que en las parejas en conflicto.

-La conducta no verbal es un elemento diferenciador muy significativo entre las parejas en conflicto y las parejas bien avenidas, donde las parejas en conflicto muestran, de forma significativa, más conductas no verbales negativas que las parejas bien avenidas.

-Los cónyuges con problemas tienden a prestar más atención a los mensajes que ellos emiten y a las quejas cruzadas que a los mensajes que emite el otro.

-Se ha observado que la comunicación totalmente abierta y sin restricciones de ningún tipo se da con más frecuencia en las parejas en conflicto que las parejas bien avenidas.

3.3 Elección de pareja.

Rage (1997) menciona acerca del proceso de elección de la pareja ideal en donde la mayoría de los individuos comparten una imagen de una pareja ideal. Tienen ideas definidas sobre lo que están buscando en una pareja, así como las categorías de personas que son elegibles o no elegibles.

Dentro del proceso de elección de pareja existen diferentes tipos de atractivos. Para algunas personas será muy importante el aspecto físico, para otros los elementos psicológicos (ternura, inteligencia, comunicación, comprensión, etc). Otros buscarán un nivel educativo y social alto y compatible

con el suyo, y finalmente habrá personas que se fijen en los valores morales y religiosos. Muchos individuos tienden a ser excluidos por la edad, educación, raza, tipo corporal, orientación social o religiosa, etc.

Los factores que llevan a las personas a relacionarse con éxito, y que se puede aplicar al proceso de elección de pareja incluye en la actualidad varios elementos:

-Atractivo físico.

La apariencia física desempeña un papel muy importante en la atracción social, ésta es relativamente necesaria para una relación positiva y duradera. Esta idea no es muy aceptada en general por los psicólogos, ya que se considera como un criterio superficial. Los factores positivos despiertan más atractivo que los negativos y señala cuatro subtipos de la clase de similitud que suele despertar una atracción mutua:

- 1- Semejanza de personalidad
- 2-Semejanza de rasgos que facilitan cumplir objetivos.
- 3-Semejanza de la capacidad de los individuos para satisfacer sus necesidades
- 4- Posesión de factores emocionales mutuamente apreciados.

-Atractivo psicológico

Se consideran atractivos psicológicos la comunicación, la intimidad, la amistad, aspectos de personalidad, y la inteligencia entre otros. Por relación interpersonal, se entiende cuando una persona se relaciona con otra, en cuanto participa de algún modo en aquello que como persona lo constituye. Otro aspecto psicológico importante es la "intimidad", ésta es una estructura fundamental de la persona que se convierte en un "imperativo fundamental del hombre". Intimidad no significa *estar encerrado sobre sí mismo, sino que es una exigencia de la convivencia.*

-Atractivo sociológico

El atractivo sociológico comprende los antecedentes familiares, clase sociales, educación, cultura, subculturas entre otros.

-Atractivo axiológico

Otro de los factores relevantes en la relación de pareja son los aspectos axiológicos como lo son el tipo de valores que tienen los miembros de la pareja (y en pocas ocasiones, la familia de los dos) , económicos, éticos, estéticos, sociales, políticos y religiosos.

Por su parte Souza y Machorro (1996) menciona sobre el proceso de selección de la pareja que la gente joven dispuesta a crear una nueva familia debe tomar en cuenta los distintos factores que evalúen su panorama socioeconómico, así como sus aspectos demográficos y psicosociales. Cada uno de estos factores puede (por separado o en conjunto) afectar de manera importante la salud individual, de la pareja e incluso de la sociedad.

3.3.1 Aspectos sociales que intervienen en la elección de pareja.

Este autor se refiere a algunos aspectos relativos a los elementos que determinan la elección de pareja y que se encuentran inextricablemente ligados a las condiciones que viven las personas, como la distribución cambiante de la población, el crecimiento de las zonas urbanas, y la movilidad geográfica de las personas, que facilitan su aproximación entre los jóvenes de uno y otro sexo y propician, a la vez, un mayor número y libertad en las relaciones, lo que permite que los individuos elijan a su pareja al azar, es decir, sucede en alguna forma que las posibilidades para tal elección se ven parcial o totalmente restringidas a factores concretos.

Es frecuente encontrar en los criterios con respecto a la elección de pareja, la opinión de que "la gente se casa con quien lo desea", no obstante que las posibilidades de las personas a elegir puedan estar limitadas por diversos factores. Por ejemplo, un espacio delimitado por el ambiente donde el sujeto ha crecido y se desenvuelve. Otros factores que también permiten diferenciación son los relativos a la educación, la familia, el contexto sociocultural y condiciones económicas, geográficas y políticas.

Sin embargo, tales factores *per se* no hacen que la gente elija lo que no quiere (en caso de que lo sepa). Muchas veces el individuo se siente alentado o presionado por su medio para elegir con mayor posibilidad de homogeneidad la pareja que "necesita", por lo tanto busca, primordialmente, en un medio en particular (Souza y Machorro, 1996).

Las más de las veces las personas dicen disfrutar de un sentimiento amplio de libertad para su elección, aunque éste no es tan amplio como los individuos creen, debido a que los condicionamientos a los que nos referimos, ejercen una atracción determinada cuando han sido asimilados, de tal suerte de quien elige ya no se percata de su existencia y pese a todo persiste una cierta espontaneidad para su elección.

Diversas opiniones sugieren la participación de los aspectos sociales como la *homogamia* y otros aspectos culturales entre los jóvenes, como factores determinantes de elección de su pareja ideal, pero la tensión actual existente entre los valores culturales y sociales parece haber favorecido más a la *heterogamia* en los criterios efectivos de elección conyugal de la mayor parte de los casos. De hecho el verdadero problema que tienen a vencer los futuros compañeros no es tanto elegirse como encontrarse, para lo cual se requiere de la participación de la sociedad, una vez que se ha encontrado, tal elección no se produce de inmediato, pues tienen aún que aprender a conocerse y a descubrir qué tanto concuerdan, y

en qué, para alcanzar su afinidad. En otros casos la elección puede resultar tan limitada que se puede reducir a la elección a un matrimonio por conveniencia.

Tal circunstancia se apega más a las descripciones sociológicas que insisten en el valor de la homogamia geográfica y cultural, que restringen las oportunidades de hacer cosas en compañía de otra persona, en este caso la pareja candidata como salir, bailar, a fiestas y a otros lugares de diversión, donde, por conveniencia, se pueden adquirir el aprendizaje del amor y de la vida en común. En tales casos las primeras relaciones sirven de iniciación, aún cuando no sean lo suficientemente fuertes para soportar el valor de un compromiso formal y duradero.

El funcionamiento de los valores y normas morales de la sociedad limita de lleno, por una parte, las posibilidades del encuentro de los participantes y por el otro los impulsa a tener diferentes tipos de relación entre los dos integrantes de la pareja, en función de su edad, atracción y apetitos naturales.

Por último, Souza y Machorro (1996) menciona una hipótesis relacionada con la raíz evolutiva del hombre a lo largo de su historia, en relación con las diferencias de género para la elección de pareja se sienta en el "modelo parental predominante" en donde las mujeres en general, más frecuentemente que los varones, desatienden a las características físicas a favor de aspectos reproductivos y de supervivencia y asignan mayor peso que los varones al estado socioeconómico, la ambición, el carácter y la inteligencia, y en general, difieren de ellos en su enfoque hacia las fuentes de adquisición y un status en busca de seguridad en la pareja ideal.

Díaz (1998) también señala como condicionantes sociodemográficos de la elección de pareja la relativa homogeneidad en su clase social, nivel socioeconómico, nivel de escolaridad, y la religión que profesen, aunque éste último ha ido cambiando. También señala como importante la elección basada en

el atractivo físico, tomando en cuenta que cada grupo social puede tener características socioculturales propias.

Dentro de las teorías psicológicas sobre elección de pareja, hace una distinción entre las formuladas por psicólogos sociales y teorías psicoanalíticas.

Las teorías formuladas por psicólogos sociales son:

-Teoría de los roles.- Las personas tienden a elegir compañeros en base de acuerdo a roles maritales. El rol en sí mismo no es tan importante como el consenso de los compañeros en relación de rol.

-Teoría del intercambio social.- El amor duradero es más probable cuando cada persona en una relación percibe un intercambio ventajoso entre lo que recibe y lo que ofrece.

-Teoría secuencial.- Murstern (cit. En Díaz, 1998) sugirió que las parejas pasan a través de tres etapas antes de casarse. En la etapa de los estímulos las personas son atraídas el uno al otro por su atractivo físico. En la etapa de los valores empiezan a descubrir si comparten valores y actitudes similares. Y en la etapa de los roles la interacción de la pareja les provee una idea adecuada de lo que podrían ser si estuvieran casados.

En cuanto a las teorías psicodinámicas, el autor menciona la teoría de la complementariedad de las necesidades, la cual establece que los compañeros potenciales son primero seleccionados de un campo de elegibles que es desarrollado originalmente a través de la homogamia de los factores sociales. Sus ideas son que aunque la elección de pareja es homogámica respecto a edad, clase social, afinidad residencial, raza, educación, atractivo físico, etc. Cuando llegan las necesidades psicológicas la elección de pareja tiende a ser complementaria más que homogámica.

La elección de pareja también puede estar basada en una organización defensiva, en cuyo caso se elige para protegerse contra una tendencia del individuo que a él mismo le parece peligrosa o no aceptable (p.e. una persona exhibicionista elegirá como pareja alguien con quien esa tendencia no pueda manifestarse). Esta organización defensiva es un factor fundamental para la elección de una pareja estable más allá de la satisfacción de las necesidades más inmediatas y conscientes.

En resumen, Díaz (1998) considera que en toda elección de pareja predomina: una cierta homogamia social, la necesidad de que exista un parecido nivel de desarrollo psicoevolutivo donde, hay unos conflictos similares que giran alrededor de dinámicas familiares parecidas; y donde hayan necesidades complementarias con mecanismos de defensa también opuestos, que dan lugar a conductas o roles opuestos a través de los cuales uno tiende a repetir modelos de relación que se han aprendido a través de los primeros vínculos con las figuras parentales o de la observación de su relación.

Como podemos observar, son muchos los factores que influyen en la elección de una pareja, y que por lo anteriormente revisado pareciera que dicha elección se fincara únicamente en razonamientos objetivos, pero no siempre es así. La relación de pareja no escapa a estar matizada por lo que sus integrantes esperen de ella, aún cuando esto no siempre se cumpla en la realidad.

3.4 Mitos en la pareja

En este punto se abordarán algunos de los mitos que existen en la pareja. Corey (Cit. en Rage, 1997) habla que los mitos y malos entendidos en una relación de pareja son los siguientes:

-El mito del "*amor eterno*" la persona cambia y lo mismo sucede con el amor, no sólo es cada vez más difícil sostener una relación debido a los cambios entre los individuos, los roles, las presiones, intereses, etc. El compromiso será más fuerte cuando esté enclavado en un contexto de cambio continuo. La mayoría de las personas parecen tener la esperanza de una relación duradera, sin embargo, la libertad individual es claramente un valor importante y puede estar creciendo significativamente tanto para los hombres como para las mujeres, no obstante, empiezan a surgir formas de relación que van contra este mito.

-El mito de "*el amor es fugaz*" cuando el amor se torna dudoso en un momento de crisis, se puede dudar de la veracidad de ese amor. El verdadero amor es capaz de luchar para vencer las dificultades. Una vez que se ha establecido un compromiso entre la pareja, muchos factores vienen a dominar el éxito de la relación. Lo que haga la pareja de su matrimonio depende de ciertas cosas que entran en sus patrones cotidianos de vida como sus actividades, sus procedimientos de toma de decisiones, formas de ajuste y acomodación de las necesidades del otro entre otros elementos.

-El mito de que el "*amor implica constante cercanía*", todas las personas poseen una necesidad de cercanía; pero al mismo tiempo desean tener su propia intimidad.

-El mito de la "*exclusividad en el amor*" existe la tendencia a pensar en el amor como limitado, el mensaje es que hay que conservarlo y cuidarlo. Sin embargo, dice el autor, mientras más amor damos, más tenemos que seguir dando. Existe la creencia de que nuestro amor se reserva a una persona y que a esa debemos esperar, pero al abrirse a amar a otros, nos abrimos a amar a una persona más profundamente.

Ortiz (2000) considera que el concepto de pareja es algo vago, y en ocasiones confuso, debido a los mitos que han contribuido a constituir dicho término. Ella enumera los siguientes:

-Supraunidad. Existe la idea de considerar a la pareja como una supraunidad, pretendiendo que el comportamiento de las parejas surge como una unidad indivisa. Sus integrantes aspiran a enfrentar los problemas de la vida como una unidad, con lo cual no pueden afrontar los problemas personales, las ilusiones, las desilusiones, las tristezas y alegrías, las emociones, los éxitos, las frustraciones, etc, a raíz de lo cual hay un empobrecimiento de la vivencia y de las respuestas humanas.

-El amor erótico como base de la pareja. Se finca la pareja en dicho amor, basándose en la atracción sexual, en un amor erótico elegido libremente pero que ha de hacerse estable, y de ello depende la estabilidad y la permanencia de la pareja. Tanto el sexo como el amor erótico pasan a ser una función, pero el amor erótico funcionalizado se convierte en una técnica de la práctica de la sexualidad.

-La pareja como realización y plenitud. Tener una pareja o ser una pareja se considera la realización, la plenitud. La pareja puede tener pequeñas desavenencias, pero son pequeños acomodos porque la pareja en sí "es plenitud", "la realización completa", "no hay más allá", "ahí está todo". Si esto es así, tiene que ser por necesidad permanente. Si falla, deberá ser por culpa de alguien y si se quiere por culpa de los dos, tiene que existir una culpa, algo se hizo mal.

- La pareja como relación de libertad. La pareja se elige "libremente" por la sola química de la atracción y se mantiene libremente. Es una situación de libertad que es permanente. Se recurre a la absurda idea de que hombre y mujer, en uso de su libertad, eligen la permanencia, más allá de lo mismo, la inalterabilidad, la unión permanente. Como si el hombre (en términos genéricos) pudiera elegir quedarse en lo mismo, sentir las mismas emociones y hacer las mismas cosas.

Como si el sentimiento de amor a la pareja se tuviera que experimentar siempre. Se habla de pareja pero en el mismo sentido estático.

Asimismo, la autora afirma que lo absurdo desde una perspectiva psicológica, es que se espere de la pareja que satisfaga todas las necesidades afectivas de la personas, en las que van incluidas con frecuencia carencias infantiles no resueltas y proyectadas sobre la otra persona. Tales como las necesidades de proyección frente al rechazo, de aceptación, de posesión, de seguridad, de apapacho, etc. Por supuesto, la pareja no puede ser la panacea para todas esas problemáticas.

A su vez, Bornstein & Bornstein (1998) señalan como características del ideal romántico las siguientes:

- El amor es un estado emocional espontáneo, integrado por una activación fisiológica, una confusión de sentimientos, una absorción intensa y un deseo abrumador.

- El amor surge a primera vista.

- El amor es ciego (es decir, el enamorado no se da cuenta de los fallos o limitaciones de la persona amada).

- El amor lo puede todo (ningún obstáculo es de envergadura suficiente para interponerse a un verdadero amor).

- Sólo hay un amor verdadero (hay una persona especial para cada uno, pero solo una).

- El amor es sinónimo de pasión y de unión sexual.

- El amor implica éxtasis y dolor.

Las implicaciones del ideal romántico son: que el amor tiende a ser repentino e incluso altamente excitante; las personas en esta situación tienen un escaso control y se dejan arrastrar fácilmente por un torbellino de emociones intensas y conflictivas; y la intensidad de este tipo de amor lleva aparejada la brevedad de su duración.

3.4.1 Otros mitos o espejismos en el matrimonio.

El mismo autor Rage (1996) habla de otros mitos o espejismos que se pueden dar en el matrimonio son:

- Matrimonio estable e insatisfactorio. Aquí se habla de gemelos angelicales, idénticos desde antes, hechos el uno para el otro, y los genios colaborativos, en donde los primeros años de vida marital establecen códigos muy comunes, eficientes, que promueven la confianza, de manera que les permita funcionar bien.

- Matrimonio satisfactorio inestable. Lo negativo del matrimonio es visto por la pareja dentro del contexto de todo matrimonio, sin embargo lo que predomina son las partes positivas, algunas formas son:
 - a) Los guerrilleros de tiempo libre: hay desilusión, resentimiento competencia que llevan a la inestabilidad, pero existen también buenos ratos, suelen llevar una buena vida sexual y social y es gente que no se cuestiona mucho del matrimonio y cuando los hijos se van, suelen terminar separados o en divorcio.

 - b) Los prestamistas: ambos saben que no están enamorados, han pactado unirse así, ya que casi siempre obtienen un status, dinero, este tipo de matrimonios son cada menos frecuentes, por el estilo de vida actual, que promueve la independencia personal.

- Matrimonio inestable insatisfactorio: Las parejas dentro de esta categoría tienden a usar el mecanismo de negación. No tienen la capacidad para la introspección o toma de responsabilidad. Generalmente culpan al otro por los fracasos en la relación o en la vida personal y son a la vez altamente competitivos. También aquí se habla de dos tipos de matrimonio que son:

a) Los disputadores cansados: experimentan gozo al ver sufrir al otro. Hay mucho manejo de culpa, ansiedad y frustración y no les interesa las resoluciones del conflicto, lo importante es ganar e involucran a terceros en conflictos.

b) Los evitadores psicossomáticos: con frecuencia son disputadores que se cansan al grado de empezar a maniobrar encubiertamente de varias maneras sutiles como sarcasmos, frigidez, dolores de cabeza, y se establecen patrones internos de víctimas y victimizador, y en ambos casos, por lo general, la ruptura no es observable desde fuera.

3.5 El divorcio en la pareja

En este apartado se habla del proceso del divorcio que enfrentan algunas parejas. Anteriormente los divorciados conformaban una sociedad semisecreta cuyos miembros eran observados con lástima, porque se consideraba al divorcio como una desgracia trágica, y no se reconocía que posiblemente esta nueva situación podría tener aspectos positivos y reconfortantes.

Las causas del divorcio suelen ser mucho más sutiles y están relacionadas con la madurez psíquica de los cónyuges, así como a los aspectos de su relación que pueden o no adecuar el funcionamiento del uno al otro. Según la teoría sistémica de la familia pueden ser de tres tipos.

- o Uno de los esposos puede asumir una posición dominante y el otro quedarse con un papel más adaptativo. No obstante, un alto nivel de ansiedad puede afectar a esta relación, al punto de que los esfuerzos del esposo adaptativo lleguen ser tan inefectivos, que él o ella presenten síntomas.

- Los dos esposos asumen posiciones dominantes, y al parecer, la ansiedad de este patrón está más dado a parecer como un conflicto marital. Si ninguno de los esposos es capaz de reducir su propia ansiedad o reactividad, este patrón puede conducir a la separación física.
- Los dos esposos pueden asumir posiciones adaptativas en su relación, lo cual puede conducir a una parálisis de acción mutua o a síntomas de ambos esposos.

El modelo más aceptado del proceso que sigue un divorcio está formulado por Bohanna (cit. en Rage, 1997) quien señala seis etapas que pueden ocurrir en secuencias diferentes y en distintas intensidades. Estas son las siguientes:

1) Divorcio emocional: Comienza cuando los esposos adquieren conciencia de su sentimiento de inconformidad e insatisfacción. Implica básicamente dos cosas: la renuncia al objeto, y la adquisición de una forma de luto que en ocasiones aparece al menos en uno de los dos esposos antes que cualquier otro aspecto del divorcio.

2) Divorcio legal: A través de éste se consigue algo imposible de alcanzar por otros procedimientos como la facultad de poder intentar el matrimonio otra vez.

3) Divorcio económico: En el mundo occidental la pareja casada configura una unidad económica (se le puede llamar una unidad de propietarios, según el régimen matrimonial que adopte). En el caso de que se dé un divorcio, las propiedades que han pertenecido a la sociedad matrimonial deben ser divididas, según el tipo de sociedad conyugal que se optó al casarse.

4) Divorcio comunitario: En el momento del matrimonio la pareja entra en una nueva comunidad, cuyo cambio se vive como una experiencia de crecimiento, esto

es, el acceso a una situación nueva y satisfactoria. Con el divorcio se puede perder una parte de la comunidad conyugal, y puede acceder a otro tipo de relaciones comunitarias. En el divorcio comunitario la persona tendrá que emplear posiblemente, antiguas técnicas, quizá olvidadas, para adquirir nuevas amistades, o posiblemente puede verse condenada a la tradicional soledad en que se encuentra el divorciado.

5) Divorcio coparental: Este término hace referencia a la relación de un progenitor con el otro. En esta etapa, el progenitor no custodial debe renunciar a influir en el tipo de educación y de conducta del otro progenitor en relación con sus hijos.

6) Separación de la dependencia: En esta etapa en que la persona es confrontada con el problema de la autonomía, lo cual quiere decir la separación de sí mismo en relación a la personalidad e influencia del ex esposo. Esta etapa es especialmente difícil, si tenemos en cuenta que la mayor parte de los divorcios parecen ocurrir entre personas que no han alcanzado un estatuto de autonomía.

Souza y Machorro (1996), por su parte menciona que el divorcio se ha incrementado de manera radical en estadísticas recientes si se compara con otras cifras relativas a la familia establecida en los años 40's y 50's y también al incremento de la población de los distintos grupos sociales. El divorcio se incrementa además, a expensas de la prescripción social que hace a los individuos buscar el matrimonio por segunda ocasión (en particular los que tienen hijos pequeños o a su cuidado), muchos de los cuales retoman de nueva cuenta el matrimonio, pues tras su divorcio se casan en un lapso cercano o menor a tres años en promedio, creando con ello nuevas formas de relación familiar y posibilidades de repetir la experiencia de la separación.

Este autor menciona otros factores que se refieren como causa de una disolución en la pareja, y que de alguna manera tiene que ver con la deficiencia estructural funcional en la pareja, estos son:

- a) Desencantamiento de la relación, referida a factores de crecimiento en el propio sujeto o en su cónyuge.
- b) Participación de distintas presiones sociales y su participación.
- c) Presencia de una tercera persona, atracción por ella, afecto o involucración.
- d) Quejas de tipo afectivo; recientemente se presentan con más frecuencia como causa de la separación.
- e) Problemas económicos, abuso físico y verbal hacia la esposa e infidelidad.

3.5.1 *Etapas del divorcio*

De igual modo, Souza y Machorro describe las etapas del divorcio por las cuales una pareja puede pasar. Aunque el autor no lo aclara consideramos que el orden en que están presentadas no presupone un orden secuencial inalterable, e incluso algunas de ellas pueden no presentarse en todos los casos. Las etapas que menciona son las siguientes:

1- Preruptura

Esta primera etapa suele iniciarse poco antes del divorcio, su característica fundamental es comenzar a ver en la separación un "mal menor", considerando con ello su factibilidad, para luego permitir la desestabilización del equilibrio logrado en relación hasta llegar a la decisión de la posible ruptura. Al inicio, las parejas hacen un esfuerzo por evitar el alejamiento, lo que es explicable, debido a que, por un lado, existe la consideración del fracaso social que implica la ruptura. En esta etapa es frecuente que el matrimonio disfuncional, que intentó mantener su continuidad frene su ilusión, detenga su situación actual, genere un deterioro

parcial para sus miembros al obligar a la renuncia de los intereses maritales comunes, se propicie en tal caso, un mayor resentimiento y se genere la idea de traición, pero ahora justificada por la presencia de otro miembro, al cual se tratará de responsabilizar de la ruptura.

2-Ruptura

Esta etapa definida facilita el tiempo para la aceptación y prepara a los participantes para la actuación, ante la incapacidad de resolver las tensiones maritales que impiden la continuidad de la relación. Tres tareas importantes particularmente difíciles de esta etapa son:

- Aceptar la inevitabilidad de la ruptura.
- Saber reconocer la participación individual en el fracaso conyugal
- Aceptar la responsabilidad propia en lo sucesivo.

La tarea más importante y crítica de esta etapa es la elaboración del divorcio emocional, manteniendo el mínimo vínculo positivo, indispensable para la buena marcha de la actuación coparental. En esta etapa del proceso, al disolverse la sociedad conyugal que comparte bienes e hijos, se establece el tradicional acuerdo social: " los hijos son de la madre y los bienes del padre", lo que les hace pagar a cada uno un precio elevado por la independencia, deseada o no. Es indudable que este mal reparto está cimentado en la construcción machista-matriarcal de la realidad social, que por una parte desconoce el derecho de la esposa a compartir los bienes, adjudicándose a quien elaboró, literalmente para conseguirlos y por la otra, desconoce el concepto de totalidad marital, que incluye el otro cónyuge y a su función normativa. Es conveniente considerar en esta etapa a los hijos como sujetos con derechos propios y no como objetos del derecho, ya que la custodia ha de ser compartida, y salvo excepciones, nunca repartida.

3-Familia uniparental.

Esta es la tercera etapa del proceso en la que el padre custodio se relaciona del todo con los hijos, sus peligros a vencer son la pérdida de fronteras intergeneracionales y el esfuerzo de aquellas que separan a la familia del exterior. No obstante algunos padres o madres se relacionan con los hijos como si no necesitaran de ningún otro vínculo afectivo, dando por hecho la fortaleza de su afecto y la grandiosidad de su persona frente a tal hecho. El punto principal de esta etapa es la sexualidad y la independencia personal. La clave para un buen funcionamiento en esta etapa es, como puede verse, evitar caer en la relación diádica progenitor-hijo (s), establecer relaciones triádicas, con un tercero disociado que sirve para las funciones nutritivas y un tercero parental que complemente las funciones correspondientes.

4-Cortejo y nueva pareja.

Esta cuarta etapa se alcanza cuando las relaciones exteriores se estabilizan en la pareja y surge la posibilidad de un nuevo matrimonio, lo que exige naturalmente la disolución de la pareja marital previa, o por lo menos del divorcio emocional. Es común que la etapa de cortejo sirva para negociar un nuevo contrato de relación de pareja. Cuando existen divorcios previos, tal negociación puede resultar aún más compleja, requerir más esfuerzo y por lo tanto, mayor cantidad de tiempo. Incluye a si mismo otras variables a considerar mientras más personas involucradas haya, con las que también hará falta negociar y tendrán que establecer reglas, como los excónyuges, los hijos y la respectiva familia extensa.

5-Reinicio matrimonial

Una vez logrados los acuerdos necesarios, se accede a esta quinta etapa, que resulta descollante por la participación que se logra y el apoyo que se puede

recibir por parte de la familia extensa, amigos y compañeros. Tiene una gran importancia que el reinicio matrimonial sea manifiesto, participando y celebrando, en virtud de que se asume una función pública y un compromiso completo, en especial cuando dicho compromiso no puede aún hacerse ante la ley. En esta etapa se establecen nuevas reglas y fronteras, alianzas y lealtades propias de un convenio actual. Surgirá otra nueva posición instrumental sobre la jurisdicción de la autoridad, que está íntimamente vinculada con el hogar en el cual residen los hijos. Esta posición está instrumentada para el buen funcionamiento doméstico y para la preservación de la identidad y el sentido de pertenencia individual.

6-Familia Reconstruida

Se considera que el ciclo vital familiar continúa su desarrollo una vez que se han logrado establecer fronteras, alianzas, sentimientos necesarios y el esclarecimiento funcional de la nueva condición. Así es como se accede a esta sexta etapa; la mejor constancia de ello suele ser que la nueva pareja tiene hijos propios además, y continúa su unión funcionalmente. La condición familiar y marital mejora con la reorganización. No obstante es frecuente que al inicio surjan temores de que los nuevos hijos constituirán un abandono de los anteriores, a quienes es común sobreproteger y tratar de retener como si fueran más pequeños. El vencer estos temores fundamentales, tan a menudo reforzados por distorsión de la educación familiar y social, y permitir el crecimiento sano y su distanciamiento conveniente a la edad apropiada, es difícil en general, por ello representa una tarea trascendente en el ciclo de vida familiar, en especial la familia que ha atravesado un divorcio difícil.

7-Divorcio definitivo.

Esta es la séptima, última y más importante etapa del ciclo de la ruptura. Se caracteriza por las tareas específicas a cumplir, las cuales se logran cuando los hijos del matrimonio en cuestión, alcanzan, por su edad, independencia y no

requieren más de la función coparental. Los progenitores hace tiempo ex cónyuges, no tienen más motivo para continuar en tal función, por lo tanto deben acceder a separarse y romper el último nexo.

En este capítulo se hizo la revisión de algunos de los conceptos y principios que se consideran presentes en la relación de pareja, y que en mayor o menor medida determinan su origen, mantenimiento y disolución. Aunque están elaborados de forma general, consideramos que son lo bastante flexibles para adaptarse a casos particulares, sin pretender hacer una descripción “única” a la cual debieran acoplarse todas las parejas existentes.

Sobre todo se hace referencia a la importancia de la comunicación dentro de la pareja vista desde diversas perspectivas teóricas, que guardan cierta relación en la forma en que se manifiesta dentro de la pareja, y sobre todo en su importancia como elemento de intervención en los conflictos de pareja, siendo un tema recurrente en varias formas de tratamiento.

CAPÍTULO 4

PRINCIPALES ENFOQUES EN TERAPIA DE PAREJA

4. 1 Definición de terapia de pareja y terapia familiar

La terapia de pareja y familiar ha recibido una atención considerable, tanto en los círculos profesionales como en la cultura popular, y están ahora entre las formas más comunes de tratamiento de salud mental. La terapia de pareja y familiar se usa para tratar una variedad de dificultades, como problemáticas matrimoniales y ante la posibilidad de un divorcio inminente, además se han vuelto el tratamiento de opción, e incluso es una expectativa en nuestra cultura.

El número de profesionales e instituciones psicológicas que trabajan actualmente la terapia de pareja y familiar ha crecido exponencialmente, así tenemos a la División de Psicología Familiar y a la Asociación Psicológica Americana, y dos organizaciones multi-disciplinarias, que son la Asociación Americana para el Matrimonio y Terapia Familiar, y la Academia de la Terapia Familiar Americana, éstas enfocan la mayoría de su atención en este tipo de terapias. En los últimos veinte años, se han observado también la publicación de una serie de interminables títulos que tratan con la teoría y práctica de la terapia de pareja y familiar, y otros en vías de desarrollo de gran interés (por ejemplo la normalidad en las familias en Walsh (cit en Lebow & Gurman, 1995); el ciclo de vida familiar (en Carretero & McGoldrick; cit en Lebow & Gurrman,1995). En paralelo con estos desarrollos en el campo, la sociedad ha venido también a enfocar una atención considerable en la importancia de la vida familiar, y los riesgos que pueden tener los individuos inmersos en familias disfuncionales (Lebow & Gurman, 1995).

La investigación que ha surgido en la terapia de pareja y familiar es bastante notable, particularmente cuando uno considera tanto el desarrollo de la práctica como la teoría. Mucha de esta investigación ha sido sobre la metodología, siendo un cambio enorme de lo que se estudiaba hace una década.

En la mayoría de las terapias de pareja y familiares, más de un miembro de la familia es atendido. Sin embargo, la presencia de miembros múltiples en las sesiones conjuntas no captura la esencia de la terapia familiar, que está enfocada sobre la importancia de alterar la interacción continua. Este enfoque delinea el dominio de pareja y terapia de la familia (Lebow & Gurman, 1995).

La terapia matrimonial se emprende básicamente con las parejas disfuncionales, muchas de las cuales están al borde del divorcio y para quienes los problemas son tan crónicos y profundamente arraigados en donde el cambio positivo en la satisfacción matrimonial parece muy improbable. Para muchos, en la terapia matrimonial los clientes pueden ayudar a explorar si hay alguna esperanza en la relación antes de que ellos decidan divorciarse. En algunos casos, el divorcio puede ser un resultado alternativo positivo (Lebow & Gurman, 1995).

Lebow & Gurman, (1995) señalan que inicialmente se agruparon las terapias matrimoniales y familiares simplemente porque ellos compartieron la característica de tratar a los miembros múltiples de la misma familia de forma conjunta. Cuando la sofisticación conceptual creció, una visión relativamente simple se hizo presente: quién estaba presente era menos importante que si la terapia era basada en la familia, es decir enfocada en el sistema familiar y su relación al proceso de cambio. Se desarrollaron los tratamientos que permitieran la intervención a nivel familiar con sesiones que involucraran a una sola persona. Gurman ofrece la definición siguiente: "La terapia familiar puede definirse como cualquier esfuerzo del psicoterapeuta que explícitamente se enfoca en alterar las interacciones entre los miembros familiares y busca mejorar el funcionamiento de la familia como una

unidad, o sus subsistemas, y/o el funcionamiento de miembros individuales de la familia." (p. 34).

Las terapias familiares son clasificadas por Lebow & Gurman, (1995) en dos ejes: el primero define a quién se ve en el tratamiento (por ejemplo individual, pareja, la familia nuclear, familia extendida), y el segundo define la perspectiva teórica (por ejemplo estructural, estratégico, relaciones del objeto, o un tipo de integración). Nosotros no sólo debemos examinar la eficacia global, sino también la eficacia de las terapias específicas que comprenden la terapia de pareja y la terapia familiar.

Walsh (cit. en Lebow & Gurman, 1995) menciona un cambio fundamental en la nomenclatura que ha ocurrido recientemente. Los términos "Terapia matrimonial y Familiar" se han cambiado por "la Terapia de Pareja y de Familia," considerando las diversas formas que toma la familia en nuestra sociedad. De esta forma se reserva el uso del término "matrimonial" a contextos en que se describa el trabajo específicamente limitado a los matrimonios. De igual modo, Gurman & Fraenkel (2002) consideran que el término "pareja" ha sido pensado para significar "comprometido, pero no `casado ' en el sentido legal".

Por otra parte (Christensen,& Heavey, 1999) mencionan que con los recientes desarrollos en el campo, han usado la terapia de pareja en términos más inclusivos en lugar de la terapia matrimonial. Aunque la mayoría de la investigación se ha dirigido en los matrimonios, la mayoría de los procedimientos terapéuticos que se han desarrollado deben ser aplicables a otras relaciones románticas como adulta heterosexual, o incluso homosexual.

Las parejas buscan la terapia principalmente debido a preocupaciones de su relación, como desenganche emocional, los forcejeos de poder, la resolución de problemas y dificultades de comunicación, los celos y las relaciones extramaritales, los conflictos de valor y de roles, el descontento sexual, la violencia, etc.; y este

tipo de búsqueda de ayuda no es un fenómeno reciente (Gurman y Fraenkel, 2002). Estos autores creen que, para los propósitos prácticos, es razonable considerar la terapia de la pareja como involucrar la presencia de ambos compañeros en la relación.

4.2 Fases de desarrollo

Gurman y Fraenkel (2002) hacen una revisión histórica sobre la evolución de los modelos teóricos y de práctica elaborados en torno a la terapia de pareja. Consideran cuatro fases de este desarrollo: Fase 1: La Formación de una Consejería matrimonial ateórica (1930-1963); la Fase II: la Experimentación Psicoanalítica (1931-1966); la Fase III: La Incorporación de la terapia de la familia (1963-1985); y Fase IV: el Refinamiento, la Extensión, la diversificación, e Integración (1986- al presente). Su enfoque está dirigido a la historia conceptual del campo de intervención de la pareja, resaltando y haciendo un comentario en las tendencias emergentes en la teoría y práctica, y la investigación pertinente a tal práctica. La descripción de cada etapa se hace a continuación:

Fase I: La Formación de una Consejería matrimonial ateórica (1930-1963)

Si se fechara arbitrariamente el nacimiento de la consejería matrimonial, al menos organizacionalmente, sería aproximadamente en 1930 (de 1929 a 1932 se formaron tres de los mayores institutos clínicos en consejería matrimonial en los Estados Unidos). Broderick y Schrader (cit. en Gurman y Fraenkel, 2002) describieron a los primeros consejeros matrimoniales como un grupo más o menos ingenuamente orientando al servicio, para quien su consejería era la actividad auxiliar de un profesional cuyo compromiso primario era de otro tipo, por ejemplo, el trabajo como ginecólogos-obstetras, clérigos, asistentes sociales, educadores de la vida familiar, etc. Sus clientes eran parejas comprometidas, recién casados y matrimonios buscando una guía sobre las facetas cotidianas de matrimonio y la vida familiar. La mayoría de ellos no eran desajustados o diagnosticados con

desórdenes psiquiátricos, y por ello la consejería matrimonial, no fue vista como una disciplina de la salud mental.

En cuanto al formato del tratamiento, aunque el interés era el bienestar emocional de las parejas, los primeros consejeros matrimoniales raramente se encontraron en lo que se considera ahora el formato rutinario preferido de los consejeros matrimoniales: "*la entrevista conjunta*". Olson, y Broderick & Schrader (cit. en Gurman y Fraenkel, 2002) señalan que el campo "carecía de principios empíricamente probados, por lo que no tenía fundamentos teóricos con los cuáles podía operar clínicamente", así como la "falta de un compromiso claro a cualquier filosofía clínica particular" (p. 7).

Posteriormente, los consejeros matrimoniales buscarían dichos fundamentos teóricos en las teorías psicoanalíticas, considerando los orígenes de los conflictos en la interacción neurótica de los compañeros, como un producto de la psicopatología en uno o ambos; y señalando los problemas técnicos principales como: la identificación de distorsiones en las percepciones mutuas de los compañeros; el manejo de transferencia y contratransferencia, etc.

Era entendible que la consejería matrimonial hubiera empezado a asumir un sabor psicoanalítico. Primero, la terapia familiar estaba en auge, pero no había ganado la credibilidad todavía en el mundo de psicoterapia. Mientras el movimiento de la consejería matrimonial había tomado la audacia de definir el matrimonio como un blanco conveniente para la investigación científico social y para la intervención clínica, por otra parte fue volviéndose profesionalmente e intelectualmente marginal. Así, cuando la psicología clínica emergió tras la segunda guerra mundial, intentó atarse al grupo más prestigioso que pudo.

Desgraciadamente, la consejería matrimonial había escogido inconscientemente juntarse con el diablo, dado el crecimiento y pronto dominio del campo de la terapia familiar sobre el pensamiento psicoanalítico. Aunque muchos

de los líderes de terapia familiar habían sido entrenados en el pensamiento psicoanalítico, la terapia familiar surgió favorablemente como una declaración colectiva contra el exceso y limitaciones de la teoría y práctica individualmente orientada. La consejería matrimonial no había producido a un teórico clínico influyente en sus primeras cuatro décadas, y ahora “había movido a tirones su carro no a una estrella creciente, sino a una estrella en declive de la terapia matrimonial psicoanalítica, hasta evaporarse y desaparecer de la visibilidad por aproximadamente dos décadas,” (Gurman y Fraenkel, p. 8, 2002).

Fase II: La Experimentación Psicoanalítica (1931-1966)

A la par que se buscaba establecer una identidad profesional en el campo de la consejería matrimonial, un tipo de terapeutas enfocados en el matrimonio buscaba emerger como una opción de tratamiento viable. Un pequeño grupo de clínicos psicoanalistas fue creciendo impaciente ante la poca efectividad de tratar las quejas primarias matrimoniales. A pesar de la razonable cautela, unos pocos rebeldes comenzaron una era de experimentación.

Durante décadas los escritores psicoanalíticos habían estado profundamente interesados en los complejos procesos de selección del compañero, el significado de matrimonio en la vida familiar, y los efectos del psicoanálisis en los esposos. Los trabajos de Obendorf son significativos, en cuanto realizaba psicoterapia con matrimonios analizando primero a uno de los cónyuges, y una vez terminado ese proceso analizaba al otro. Otro paso significativo, sobre todo en cuanto a lo que se refiere a la eficacia terapéutica, es ejemplificado por Mittelman (Cit. en Gurman y Fraenkel, 2002), quién dirigió el tratamiento coexistente en donde ambos esposos son tratados individualmente pero sincrónicamente por el mismo terapeuta. Esta postura era una divergencia real de la tradición psicoanalítica que advierte los peligros del contacto del analista con los parientes del analizando, debido a la supuesta contaminación y complicación de los fenómenos de transferencia y contratransferencia.

Pese a que lo anterior fue teóricamente y políticamente incorrecto con la tradición, capturó la esencia del presunto mecanismo de cambio en el tratamiento concurrente. Es decir, era la tarea del terapeuta desenredar las percepciones mutuas irracionales, torcidas de los cónyuges, como si él (pocos analistas eran mujeres) supiera lo que era racional, y lo que no lo era. Quizás el error conceptual de los primeros terapeutas psicoanalíticos matrimoniales, era buscar "la verdad," en lugar de comprender e incorporar las múltiples perspectivas. Además, la terapia concurrente que excluyó las sesiones conjuntas debe haber presentado ciertos problemas técnicos, como el mantener la imparcialidad y la regulación de reacciones de contratransferencia.

Otras experimentaciones psicoanalíticas, fueron la Terapia Colaborativa de Martín, en la que los compañeros eran tratados simultáneamente por diferentes terapeutas quienes se comunicaban con el propósito de mantener el matrimonio; y el tratamiento combinado que incluía diversas técnicas de terapia familiar como, terapia de grupo, individual, concurrente, y más tarde, sesiones conjuntas con varias combinaciones determinadas. En todos los métodos del tratamiento matrimonial psicoanalíticos la centralidad del individuo prevaleció. Al mismo tiempo fue aumentando el sentimiento entre los practicantes que "algo" todavía estaba perdido de las concepciones dominantes del conflicto matrimonial y de los requerimientos terapéuticos en las intervenciones (Gurman y Fraenkel, 2002).

Para el inicio de los 60's, la terapia psicoanalítica de la pareja fue consiguiendo un énfasis hacia la aproximación conjunta, aunque la transición no ha sido completada. Como lo menciona A. S. Watson (Gurman y Fraenkel, 2002) seguía vigente la creencia que para entender la interacción y los sistemas de comunicación de una pareja y su balance de interacción homeostático, el terapeuta necesitaba tener una apreciación clara de la psicodinámica individual y la historia de desarrollo de cada uno de los cónyuges, evaluado no en arreglo transaccional de la pareja, sino en la estructura diádica tradicional de paciente-terapeuta.

Durante los años sesenta, la metodología terapéutica permanecía prácticamente inalterada, al tiempo que la práctica conjunta aumentó. El tratamiento daba énfasis a la interpretación de defensas (tanto en conjunto como individuales); el uso de las técnicas de asociación libre y análisis de sueño (que ahora también incluyó las asociaciones de cada esposo al otro, así como sus propias producciones); y la expresión y examen de los sentimientos previamente inexpresados (los cuales incluían sentimientos hacia el compañero entre ambos y hacia el terapeuta). Así como los terapeutas psicoanalíticos estaban moviéndose inevitablemente hacia los modernos métodos conjuntos, parecían todavía aferrarse al dispositivo individual.

La aproximación psicoanalítica conjunta parecía estar en el limbo: Sager (cit. en Gurman y Fraenkel, 2002) publicó en un artículo que la terapia matrimonial psicoanalítica padecía dos desafíos interrelacionados y fatales. El primer desafío, era la falta de intervenciones eficaces, que vino desde dentro del campo. Como ya se mencionó, se continuó incluyendo de forma significativa la transferencia tradicional en la relación paciente -terapeuta, y recíprocamente no se desarrollaron las intervenciones que daban énfasis a la transferencia del compañero-compañero. Pero el segundo desafío no era voluntario y no podría ser defendido. Se le llamó el movimiento de la terapia familiar. A pesar del hecho que la mayoría de los pioneros de terapia familiar habían sido los psicoanalistas especializados, y el hecho de que algunos de los primeros teóricos clínicos del campo integraran creativamente los conceptos y sistemas psicodinámicos, la incipiente historia de la terapia familiar fue marcada por un fuerte, y a veces, inflexible, repudio de los principios psicoanalíticos/ psicodinámicos de terapia, y de las prácticas tradicionales de las disciplinas de la salud mental.

El pensamiento psicoanalítico y la psicodinámica parecieron desaparecer de la escena de la terapia matrimonial. Realmente no desaparecieron, pero disminuyó su visibilidad, y fueron fragmentados y marginados por las escuelas de terapia dominantes de la era.

Fase III: La Incorporación de la Terapia Familiar (1963-1985)

Los cambios en la práctica clínica que se reflejaron en el aumento de la atención a la terapia conjunta de la pareja fueron experimentados no solo como polémicos, sino como revolucionarios, dentro de los círculos psicoanalíticos. Pero estos cambios palidecieron comparados con la magnitud de los cambios entre las fuerzas conceptuales influyentes en terapia matrimonial que habían empezado, la terapia familiar había llegado. Fraenkel (cit. en Gurman y Fraenkel, 2002) afirmó que las aproximaciones de los sistemas desarrollados eran principalmente una reacción contra las limitaciones percibidas de terapias que atribuyeron el trastorno psicológico y social a los problemas solamente dentro del individuo, mientras aquellos los vieron como parte de un contexto biológico, psicodinámico o la conducta en la naturaleza .

De los numerosos acercamientos a terapia familiar que florecieron durante esta tercera fase, Gurman y Fraenkel (2002) identificaron a cuatro teóricos clínicos que realizaron importantes contribuciones al desarrollo de la teoría y/o la práctica clínica son: Don D. Jackson, Virginia Satir, Murray Bowen, y Jay Haley. Estas contribuciones generaron un surgimiento de nuevas ideas y estimularon una línea de pensamiento que continúa influyendo en las prácticas contemporáneas.

Don D. Jackson fue el fundador del Mental Research Institute (MRI). Era uno de los primeros investigadores que influyó en el papel de la familia con problemas de esquizofrenia. Su trabajo estableció varios conceptos en la terapia familiar sobre las dimensiones de la comunicación, el "doble vínculo", y la relación "simétrica" y "complementaria". Quizás su más influyente concepto fue el de "homeostasis familiar". Los mecanismos de Homeostasis se refirieron a las propiedades sistémicas de familias que se resisten al cambio. Y "las reglas" familiares, los patrones inferidos de interacción redundante, fueron los mecanismos homeostáticos que recibieron la mayor atención en los estudios de Jackson sobre las relaciones matrimoniales. En opinión de Nichols y Schwartz (cit. en Gurman y

Fraenkel, 2002), mientras Jackson buscó crear un idioma descriptivo de interacciones de la familia completa, su mayor éxito radicó en describir las relaciones entre los maridos y sus esposas.

Aunque él acuñó el término de "la terapia conjunta," Jackson no hizo pública una gran cantidad de material de técnicas terapéuticas, y todavía sus escritos son interpretados de dos maneras muy diferentes: primero, por la manera en que fueron mal leídos y mal usados, y segundo, por la manera en que ellos pronosticaron algunas de las prácticas en terapia de la pareja que aún prevalecen en el nuevo milenio.

Jackson describió posteriormente lo que él acostumbraba emplear para ayudar a las parejas a formar reglas conscientes nuevas, más adaptables, para su relación. Interesantemente, sus procedimientos raramente son citados por los escritores contemporáneos en la terapia de la pareja.

Jackson pronto se volvería hacia el empuje de la terapia breve, él notó que mientras algunas parejas podían ser ayudadas en tres a diez sesiones, las parejas con problemas matrimoniales serios a las que podría anticiparse un tratamiento de uno a dos años, con sus métodos requeriría de tan solo de seis meses a un año de tratamiento.

En suma, Jackson se esforzó contra el énfasis individual de la psicoterapia psicoanalítica, y usó ideas principales como la homeostasis familiar para equilibrar a los modelos explicativos existentes en el campo de la salud mental. Él usó tales conceptos, en efecto, como intervenciones pragmáticas en el campo, señalando que las nociones de las reglas familiares serían las palancas para enfocarnos fuera de las características de los individuos hacia la verdadera naturaleza de sus interacciones. Jackson nunca pensó borrar el conocimiento y la sensibilidad del individuo, como otros harían pronto. De hecho, Jackson podría haber construido el muy necesario puente entre el campo moribundo de la consejería matrimonial y la

terapia matrimonial psicoanalítica, por un lado; y el campo rápidamente proliferante de terapia familiar en el otro, pero su vida fue trágicamente cortada en 1969, a la edad de cuarenta y ocho años.

No puede haber ninguna duda que Virginia Satir fue la más visible e influyente promotora de la terapia familiar y matrimonial entre públicos profesionales y legos de mediados de los 60' s hasta mediados de los 70' s. Aunque la mayoría de los trabajos publicados por ella se refirieron a la familia en lugar de la terapia de la pareja, las principales contribuciones terapéuticas fueron orientadas a los sistemas, al igual que Jackson enfocadas sobre las díadas, y sobre todo la díada matrimonial. Satir, como Jackson, fue una de las pioneras de MRI, llegando allí en 1959. Al contrario de muchos de los pioneros de terapia familiar, para Satir no le fueron incómodos sus eslabones al campo de la psiquiatría, y de hecho había establecido el primer programa de entrenamiento en terapia familiar formal en un programa de residencia psiquiátrica.

Su actitud clínica de inclusividad y aceptación era manifiesta en la manera que ella relacionó a sus colegas y a las profesiones de salud mental en general. Al contrario de los "puristas de los sistemas", Satir no se desinteresó en los orígenes familiares históricos de los problemas presentes, ni olvidó el fenómeno de la elección matrimonial, un tema de gran preocupación, para los terapeutas matrimoniales psicoanalíticos. Ella creyó que las personas escogían a sus compañeros con dificultades y grados de autoestima similares. Y a diferencia de otros teóricos de los sistemas, Satir tenía el interés definido en lo que constituyó la salud psicológica individual. Estos criterios incluían la habilidad de aceptarse a sí mismo y a otros, conforme en el reconocimiento de tal aceptación, el conocimiento de las propias necesidades y sentimientos, la habilidad de comunicar claramente, y la habilidad de aceptar discordancias y puntos de vista de otros.

Consideraba que los síntomas en los individuos se desarrollan cuando las reglas por operar no encajan con las necesidades para la supervivencia,

crecimiento, acercamiento a otros, y productividad; y a su vez ella creyó que los matrimonios disfuncionales siguen reglas disfuncionales que limitan el crecimiento individual así como la intimidad de la díada.

En todo su pensamiento, se enfocó principalmente al funcionamiento y experimentación de lo individual, así como lo individual en el contexto. Para Satir los papeles que las personas asumían en las relaciones íntimas y una comunicación deficiente, ciertamente eran reforzados por los modelos patológicos de interacción a través del tiempo, así como las expresiones de una baja autoestima y un autoconcepto pobre.

Aunque Satir siempre fue consciente de la naturaleza sistémica de formación y el mantenimiento de los problemas, ella vio el sistema de la pareja bastante diferente de como lo hizo la mayoría de los teóricos de la terapia familiar de esta época. Satir se enfocó en las percepciones de uno mismo y de otro, cómo piensan, se sienten y manifiestan estas experiencias, y cómo uno reacciona a las de otros.

Desde esta perspectiva se emplearon una gran variedad de intervenciones y técnicas partiendo de los métodos verbales como el énfasis en el uso de "los Yo-declaró," hablando en lugar del compañero, dando énfasis a los motivos positivos de personas más que a sus resentimientos acumulados, el intensificar la inmediatez del autoconocimiento emocional, la clarificación de la comunicación, insistiendo en la expresión directa de los sentimientos, la aprobación alentadora del compañero, y la aceptación de diferencia.

Entre los valores más influyentes que Satir representó casi de forma individual, y las posiciones terapéuticas que ella adhirió a su práctica, están: la importancia de la comunicación directa y auténtica y el autodescubrimiento; la importancia de la autoestima para sí mismo y para ambos; la importancia del acercamiento y seguridad por sobre la mera resolución del problema; la relevancia

de tener un modelo explícito del individuo correlativo con la salud y la patología; la creencia en el potencial restaurativo de la pareja comprometida en su relación en lugar de la noción que ellos se resisten al cambio casi inevitablemente; y el papel del terapeuta como un animador, sanador en lugar de un intelectual "analista" o un provocativo fijador del problema.

Para Murray Bowen la teoría estaba por encima de todo, por delante de la técnica terapéutica, y de la relación terapéutica. Se le considera el padre de las "teorías de los sistemas familiares multigeneracionales o transgeneracionales". Bowen empezó un acercamiento conceptual que ha sobrevivido a su propio paso, y al que se han adherido un buen número de pensadores influyentes, no sólo en el campo de la terapia familiar sino también en el de terapia de la pareja. Su trabajo clínico y el de sus estudiantes dio fuerte énfasis tanto a la díada matrimonial como al tratamiento central de la unidad.

Aunque no se considera la teoría de los sistemas familiares de Bowen (TSFB) como una teoría sobre el matrimonio, el trabajo con la terapia matrimonial era el formato preferido de Bowen para la terapia, incluso cuando el problema presentando no era ningún conflicto matrimonial sino más bien, el síntoma de un compañero, o incluso de un niño, Bowen creyó en las causas correlativas de todos los problemas psicológicos y psiquiátricos. Él empezó trabajando regularmente con las parejas en parte como una manera de intentar bloquear los procesos patológicos multigeneracionales.

Y fue en los procesos multigeneracionales en los que Bowen se enfocó, así como los contemporáneos de la terapia familiar sistémica estaban resaltando las interacciones notables y actuales. El concepto central de TSFB era la diferenciación de sí mismo, esencialmente la habilidad de distinguir entre los pensamientos y sentimientos. La diferenciación era, principalmente, de dos formas: la diferenciación dentro de sí mismo, y diferenciación de otros. El último requería del anterior. Estas dos formas de diferenciación eran equivalentes a la salud psicológica, y una condición previa para la salud sistémica, incluyendo el aspecto

matrimonial o salud de la pareja. La diferenciación permite la dirección interior, autonomía, y la posibilidad de intimidad. La diferenciación pobre es asociada con la posición defensiva, la externalización, y el descrédito del compañero.

Pero para Bowen, el conflicto matrimonial no sólo apuntaba a los problemas en la díada, sino más predominantemente a los problemas en los sistemas familiares más grandes de los compañeros, es decir, a las familias de origen. Así, los matrimonios disfuncionales constituidos por individuos indiferenciados que, por definición, estaban insuficientemente diferenciados no sólo dentro de ellos (afectivamente), sino también de sus familias de origen.

En este modelo el cambio era de un enfoque matrimonial a un autoenfoco. Antes de experimentar en directo las interacciones con la familia de cada compañero de origen, cada compañero tenía que enfocarse en la reducción de ansiedad. Con este fin, el proceso de terapia, y la naturaleza del papel del terapeuta fueron centrales. Para guardar la calma en las sesiones de TSBF, se anima a que los compañeros de la pareja se comuniquen a través del terapeuta en lugar de uno a otro. El terapeuta es generalmente cerebral e intelectual, regulando su propia reactividad emocional, tomando claramente los "Yo-posición" sin juzgar a los cónyuges, y enseñando los principios de (TSBF) de procesos emocionales en los individuos como en las relaciones.

La TSBF asistió tanto al pasado como el presente, a lo intra-personal como a lo interpersonal, y a lo afectivo así como a lo cognoscitivo. Era la única teoría de terapia de la pareja que surgía de terapia familiar y que simultáneamente se dirigía al individuo, la díada, y la familia de origen.

Nadie tuvo tanta influencia en la terapia de la pareja como Haley. De hecho, la publicación del clásico de Haley intitulado simplemente "Terapia Matrimonial" indiscutiblemente marcó el momento en que la terapia familiar incorporó y usurpó

lo que había quedado fuera de los movimientos de Terapia Matrimonial Psicoanalítica y de Consejería Matrimonial.

Haley desafió virtualmente cada aspecto de los principios psicodinámicos y humanistas existentes de la terapia. Repudió las creencias extendidas sobre la naturaleza del funcionamiento matrimonial y el conflicto, que constituían el enfoque apropiado de terapia, el papel del terapeuta, y las que constituían las técnicas terapéuticas apropiadas. Para Haley, la dinámica central relacional del matrimonio involucraba poder y control. Comentaba que la mayoría de los conflictos en el matrimonio se centraban en el problema de quién decía qué hacer bajo qué circunstancias. Los problemas se presentaban en el matrimonio cuando la estructura jerárquica era incierta, cuando había una falta de flexibilidad, o cuando la relación era marcada por una simetría rígida o falta de complementariedad.

Haley creyó también que incluso aún cuando el problema presentado era el síntoma de una persona, el poder era el problema: la incongruencia jerárquica de la posición del compañero sintomático era central, ya que se asumía que el portador del síntoma había ganado y mantenía una igualación del poder matrimonial a través de su o sus dificultades.

Desde que los síntomas y otros problemas eran vistos como funcionales para la unidad matrimonial, la resistencia para cambiar se vio como casi inevitable, lo que condujo a Haley a formular su "*primera ley de relaciones humanas*," es decir, "cuando un individuo indica un cambio respecto a otro, el otro responderá de forma de que disminuya ese cambio". Esta vista necesariamente llevó a la posición que el terapeuta, en sus o su intento de inducir el cambio, debe considerar este fenómeno indirectamente. Así, para Haley el terapeuta nunca puede discutir este conflicto (quién es él que debe qué decir qué hacer bajo qué circunstancias) explícitamente con la pareja. Haley creyó que el terapeuta no debe compartir sus observaciones. Ya que eso podría despertar la defensividad.

También eran mal vistas por Haley las triviales y hasta aquí incontestadas creencias clínicas sobre la posible importancia de discutir el pasado "es una idea buena evitar el pasado... porque los compañeros matrimoniales son expertos en debatir los problemas pasados... no importa cuán interesado esté un terapeuta en cómo las personas consiguieron llegar al punto dónde están, debe refrenar tales exploraciones" (cit. en Gurman & Fraenkel, 2002, p.20) .Tampoco fue valorado por Haley la expresión de sentimientos, tan fundamental para otros métodos de tratamiento para el perfeccionamiento de la *atadura* o la creación de un sentimiento de seguridad.

En contraste, las intervenciones terapéuticas preferidas de Haley daban énfasis a lo planeado, pragmático, los esfuerzos parsimoniosos, enfocados en el presente por romper modelos de conducta que aparentaban mantener el mayor problema de la pareja. El terapeuta estratégico era muy activo y su papel era central como encontrar maneras creativas de modificar el mantenimiento del problema de los cónyuges o de sus síntomas, u otros problemas presentes. Las directivas eran las herramientas más importantes del terapeuta que induce el cambio. Algunas eran directas, pero Haley también ayudó a crear un fondo rico de indirectas, e incluso a veces paradójicas directivas orientadas a la resistencia; por ejemplo, la prescripción del síntoma, restringiendo el cambio, y reetiquetamiento.

Más que cualquier otro individuo, Haley influyó en una considerable porción de terapeutas matrimoniales (y familiares) para ver la dinámica familiar como los productos de un "*sistema*", en lugar de los rasgos de personas que comparten ciertas cualidades porque ellos viven juntos. Así nació "*el sistema familiar*" (Nichols & Schwartz, cit. en Gurman & Fraenkel, 2002). La noción de que los síntomas sirven a las funciones "para el sistema" fue el sello del acercamiento estratégico que saturó las discusiones clínicas, presentaciones, y prácticas al final de los 60s y a través de los 70s.

Fase IV: El refinamiento, extensión, diversificación, y la integración (de 1986- al presente)

La consejería matrimonial, la cual no había generado ninguna contribución teórica y carecía casi completamente de una base en investigación, casi había expirado hasta que fuera legitimado y resucitado logrando el licenciamiento de inicios a mediados de los 60s. Había logrado su misión profesional. La terapia psicoanalítica matrimonial estaba esforzándose por mantener su integridad conceptual y técnica, marchando entre el énfasis intrapsíquico y el énfasis interpersonal, y parecía ser inmovilizada por su ambivalencia. Sería hasta mediados de los 80s, que la terapia de la pareja reafirmaría su existencia y establecería un desarrollo de la teoría más sostenida y una investigación empírica como en décadas anteriores.

El refinamiento: La última década y media han dado testimonio de la aparición de tres tradiciones de tratamiento en particular. Además de su incremento en una sólida base de investigación, lo que está evidenciando estos acercamientos es su incesante modificación y el refinamiento conceptual y técnico durante este período.

La Terapia Matrimonial Conductual (TMC), esta basada en un acercamiento a la teoría del aprendizaje social, ejemplificada por los trabajos de Stuart y Jacobson, que estaban entre las publicaciones más importantes sobre la terapia de la pareja fuera de la corriente principal de la terapia familiar. TMC, como todos los acercamientos conductuales, y más de cualquier otro acercamiento a la psicoterapia, intenta afianzar a tierra su práctica clínica en la investigación empírica. La TMC ha pasado por cuatro fases bastante distintas en su corta existencia de veinticinco años, cada una caracterizada por las modificaciones significantes y refinamientos de estar bajo un modelo de tratamiento y su aplicación.

Las primeras dos fases que Gurman y Fraenkel (2002) llaman "TMC Vieja" son las comúnmente denominadas "Terapia de la Pareja Conductual Tradicional". Esta fase se comprende de dos subfases: la fase de intercambio de conducta simple, y la fase de entrenamiento de habilidades. En la fase de intercambio de conducta simple, el énfasis clínico era influenciar a los compañeros para identificar los cambios deseados en la conducta abierta de los otros, y entonces intercambiar estas conductas agradables. En la fase de entrenamiento de habilidades, la TMC puso un énfasis casi firme en que el terapeuta enseñara a las parejas las habilidades de la comunicación y de resolución de problemas que caracterizan un saludable, matrimonio satisfecho, y la ausencia de los cuales fueron asumidos para mantener un conflicto matrimonial recurrente. Estas habilidades se enseñaron a menudo en módulos de aprendizaje bastante discretos, siguiendo un "plan de estudios relativamente fijo".

La segunda fase en la evolución de la TMC es denominada como "Nueva TMC," y corresponde a los trabajos de Jacobson y sus colaboradores, es el desarrollo de "la Terapia de Pareja Conductual Integradora". El desarrollo de métodos para aumentar la aceptación mutua de compañeros (contra un enfoque primario en el cambio de conducta) se motivó por la necesidad de extender el repertorio de intervención del terapeuta ante la aparición de parejas difíciles, para quienes el entrenamiento tradicional de habilidades no era adecuado.

La más reciente fase en la evolución de TMC es la fase de autoregulación, ejemplificada por el trabajo de Halford (cit. en Gurman & Fraenkel, 2002). Estas estrategias agregan al énfasis de la "TMC Vieja" en cambiar la conducta del compañero, la noción central de cambiar nuestra propia conducta matrimonial pertinente para facilitar el aumento de la satisfacción mutua aumentada. Tal autodominio podría incluir alterar las respuestas de uno a uno de la conducta indeseada entre compañeros, encontrando otras necesidades insatisfechas en otras situaciones. Halford sugiere la posibilidad que "el decepcionante

mantenimiento a largo plazo de los beneficios de la TMC pueda ser individualmente atribuible a este fracaso de fortalecer a nuestros clientes (p. 24)".

Aunque no tan abiertamente familiar como la TMC, la Terapia de la Pareja Enfocada Emocionalmente (TEE) también ha establecido una fuerte base empírica. De por lo menos igual importancia histórica la TEE representa el primer acoplamiento significativo entre los terapeutas matrimoniales al campo de la terapia marital/familiar de la tradición experiencial en la psicoterapia, ejemplificada por contribuyentes como Carl Rogers y Fritz Perls. La premisa fundamental detrás de la teoría de la TEE de intimidad adulta y sus vicisitudes es que todos los seres humanos tienen una necesidad para el consistente, contacto seguro y sensible con otros, es decir, una necesidad innata para la seguridad correlativa.

La TEE, entonces, ve el conflicto matrimonial y armonía como dependientes del grado en el cual las necesidades básicas personales de unión de los compañeros son satisfechas. La TEE ve la emoción como el organizador primario de la experiencia correlativa íntima, influyendo significativamente en tendencias y los patrones de interacción, y en las percepciones y atribución de significados. También se enfoca a reestructurar los modelos interpersonales para incorporar las necesidades de cada compañero para experimentar una unión segura.

Quizás incluso menos reconocida que la TEE, la Terapia Matrimonial Orientada a la Revelación (TMOR) de Zinder, la cual proporciona el apoyo empírico más sustancial para indicar el resurgimiento de métodos de la terapia psicoanalítica de los años sesenta.

Aunque la TMOR no es una aproximación psicoanalítica o incluso un acercamiento basado únicamente en las relaciones de objeto, da énfasis a disposiciones correlativas de individuos y su centro asociado (individual) a los temas correlativos generados con el tiempo en las relaciones íntimas (incluyendo familia de origen). Al contrario de la TMC tradicional, la TMOR reconoce como real

y significativo para la calidad matrimonial aquellos procesos y conflictos que ocurren dentro así como entre los compañeros, por ejemplo, las frecuentes contradicciones e incongruencias entre los individuos sobre sus necesidades y las expectativas. A diferencia de la TEE, las técnicas del terapeuta de TMOR requieren interpretar la conducta de compañeros, sentimientos, y cogniciones, tanto contemporáneamente como genéticamente (históricamente).

La TMOR es un armazón producto del esfuerzo por organizar las intervenciones terapéuticas y la secuencia de su uso, utilizando técnicas psicodinámicas, experienciales, cognoscitivas y conductuales. La visión, la intermediación afectiva, así como la modificación de atribución y perfeccionamiento de habilidad (aunque no necesariamente a través de la instrucción sistemática) son valoradas en este acercamiento. La fase principal de la TMOR se llama "*reconstrucción afectiva*," y da énfasis a la interpretación del terapeuta de temas de relación mal adaptados en las condiciones de sus orígenes, de desarrollo y las conexiones de esas experiencias más tempranas a los actuales miedos, dilemas, y estilos de la interacción.

Se considera el resurgimiento de la perspectiva matrimonial psicoanalítica alrededor de 1985. Esta perspectiva general se ha reavivado en la última década y media a través de tres sendas influyentes. Primero, como en el desarrollo de la TMOR, los investigadores del tratamiento matrimonial han comenzado a hacer las contribuciones significantes al refinamiento de la técnica en la construcción de manuales del tratamiento que guían la práctica y los resultados del estudio. La segunda fuente de la renovación del interés en los elementos de terapia matrimonial psicoanalítica ha sido el número creciente de terapias de la pareja integradoras. El tercer origen se encuentra entre un manojito de teóricos clínicos quienes han estado trabajando independientemente entre si para clarificar en la teoría (típicamente, relaciones del objeto) para aplicarla a la terapia conjunta, y a refinar estrategias de la intervención y técnicas para lograr los tipos de cambios que normalmente buscan estos acercamientos de la terapia, como el aumento de

la individuación, defensas individuales y diádicas más flexibles, y mejora en las capacidades por contener y sostener las emociones difíciles.

Todos los métodos variantes de terapia de la pareja psicodinámica atribuyen la importancia central a la comunicación inconsciente y a los procesos de mantenimiento de conducta que caracterizan todas las relaciones íntimas, y que son mal entendidas en las parejas en conflicto.

La extensión. El tratamiento de Desórdenes Psiquiátricos: La fase actual de la historia de terapia de la pareja no es sólo caracterizada por el aumento en el refinamiento del tratamiento clínico, sino también por una extensión de la esfera de terapia matrimonial más allá del tratamiento obvio del conflicto de la relación hacia el tratamiento de desórdenes psiquiátricos individuales. Irónicamente, a pesar del desdén históricamente inculcado entre muchos terapeutas familiares de primera y segunda generación hacia el diagnóstico psiquiátrico, parece a menudo que se ha olvidado a cambio de un ímpetu mayor el estudio de la enfermedad mental.

Se ha puesto una enorme atención en los recientes años para estudiar el papel de los factores matrimoniales en la etiología, mantenimiento, y disminución de tres desórdenes particulares: la depresión (principalmente de mujeres), ansiedad (agorafobia, principalmente de mujeres), y alcoholismo (principalmente de hombres). A la fecha, el método de terapia de la pareja que ha sido frecuentemente probado empíricamente en el tratamiento de estos desórdenes es la TMC, o por lo menos las terapias de la pareja dan énfasis al entrenamiento en la comunicación y la resolución de problemas. Los resultados a la fecha sugieren que la terapia de la pareja pueda afectar los resultados sintomáticos positivamente aumentando la probabilidad de compromiso inicial en el tratamiento y a la continuidad del mismo.

Los resultados de diversas investigaciones sugieren que la terapia de la pareja por sí sola no es una intervención suficiente para el alcoholismo o para la

agorafobia, pero puede ser suficiente para el tratamiento de la depresión en las mujeres casadas cuyas relaciones están seriamente afectadas, sobre todo cuando la esposa deprimida está más preocupada por los problemas matrimoniales de la pareja que sobre su depresión, o cuando los problemas matrimoniales parecen haber precedido el ataque de síntomas del depresivo.

La diversificación: Empezando a finales de los 70' s y mediados de los 80' s, el campo de la terapia de pareja y la familia fue desafiado para cuestionar muchas de sus asunciones fundamentales. El desafío vino de tres fuentes que, a su vez, mutuamente se influenciaron: el feminismo, el multiculturalismo y postmodernismo.

El feminismo: Los terapeutas feministas como Goldner, Liebre-Mustin, James y sus colaboradores, Libow y colegas, argumentaron en contra de las maneras en cómo los hombres y las mujeres ven y representan sus papeles como compañeros, y cómo los padres se atan a las creencias sociales históricamente arraigadas sobre el género, poder, e intimidad, así como la forma en que los hombres y mujeres son diferencialmente animados a enfocarse en el trabajo o vida de la casa. A través de esta lente, los principios y conceptos sistémicos como la complementariedad y los modelos de la díada no se ven inevitables, determinados dentro del capullo de la relación por los particulares, los factores idiosincrásicos, entre las proclividades emocionales y conductuales de compañeros, pero organizados a lo largo de líneas genéricas de acuerdo con las expectativas implícitas y explícitas de la sociedad. En opinión de dichos clínicos, estas creencias propiciaban los conflictos matrimoniales.

El multiculturalismo: Acompañando la emergencia de la perspectiva feminista estrechamente vinieron el inicio del reconocimiento en el campo de la diversidad de experiencias de parejas como una función de diferencias en la etnicidad, raza, clase social, la afiliación religiosa, sexual, la orientación, edad, y sitio geográfico. Con la excepción de trabajo en el área con parejas homosexuales y lesbianas, como con el feminismo, la perspectiva multicultural en las parejas ha estado principalmente oculta dentro de las escrituras sobre las familias. Los trabajos de la

perspectiva multicultural dan énfasis a dos puntos principales. Primero, las normas con respecto a la calidad y cantidad de intimidad, la distribución de poder entre los compañeros, el grado de involucramiento de otras personas en la vida de la pareja (los amigos, otros amantes, la familia extendida), y otros aspectos centrales de la vida de pareja pueden variar entre las parejas dependiendo de su clase social, orientación sexual, y las afiliaciones a otros grupos. Segundo, dependiendo del lugar de cada de grupo dentro del contexto social más grande, las afiliaciones a grupos de compañeros proporcionan las experiencias de privilegio u opresión, así como las condiciones vivientes más hospitalarias, y éstos afectan el proceso de la pareja y la satisfacción.

Postmodernismo: Durante la última década a través del construccionismo social, la narrativa, y los acercamientos y teorías orientadas a la solución, las ideas postmodernas han tenido un impacto enorme en la terapia familiar. La crítica postmoderna del positivismo (la creencia de que una realidad objetiva parte de la persona que la percibe y eso puede conocerse a través del estudio científico) y su concepto alternativo de realidad como socialmente construida y relativa a los contextos históricos y personales ha producido varios cambios en las asunciones básicas de terapia sistémica. Éstos incluyen: un cambio de la posición del terapeuta como experto, a un terapeuta como investigador colaborador (con las parejas) de los significados de sus problemas y el rango de sus soluciones; un cambio de la conducta observada, interviniendo en las secuencias de interacción, y las explicaciones cibernéticas/mecánicas sistémicas, hacia un enfoque en el uso del idioma de las parejas para describir los problemas de la relación contiene su rango percibido de posibles soluciones. Además, debido a su crítica de positivismo sobre los efectos represores de "grandes narrativas" (las descripciones y explicaciones que aplican a grandes cantidades de personas), los terapeutas postmodernos dan énfasis a la única experiencia y el sistema significativo de cada individuo, pareja, o familia por encima de la investigación o descripciones clínicamente generales de problemas.

La integración: Otro gran empuje en el desarrollo de terapia de la pareja ha sido la "revolución callada" en el movimiento hacia la integración de la teoría clínica y la práctica, relacionado con los desarrollos en el mundo de la psicoterapia individual, y exponiendo el eclecticismo y la integración como las orientaciones modales de los terapeutas de pareja (Rait, cit. en Gurman & Fraenkel, 2002). Este movimiento, empezó como respuesta al reconocimiento de factores comunes que afectan los resultados del tratamiento, y la evidencia limitada de la efectividad diferencial de varias psicoterapias, afirma que para entender la conducta humana es necesaria una base teórica amplia.

Las tres estrategias más grandes de desarrollo del modelo integrador ejemplar son la aproximación de factores comunes (enfocándose en los elementos de terapia encontrados en la mayoría de los tratamientos), el acercamiento al eclecticismo técnico (combinando las técnicas de más de un modelo de tratamiento, con un modelo que permanece dominante), y la integración teórica (creando un armazón supraordinario que utilice los puntos de vista múltiples). Recientemente, Fraenkel y Pinsof (cit. en Gurman & Fraenkel, 2002) han propuesto un cuarto acercamiento, el eclecticismo teórico que usa múltiples perspectivas teóricas simultáneamente o secuencialmente, sin integrar las respectivas teóricas, especificando los principios todavía por relacionar y haciendo decisiones sobre cuándo usar diferentes teorías y técnicas.

4.3 Enfoques en Terapia de la Pareja

Existen distintas intervenciones para las parejas que puedan enfrentar problemas en su relación, pero sólo unas cuantas tienen más de un estudio publicado que apoya su efectividad, éstas son: la terapia conductual de la pareja, la terapia de pareja cognoscitiva conductual, la terapia enfocada a las emociones de la pareja, las terapias estructurales y sistémicas, y las terapias integradoras.

-La Terapia Conductual de la Pareja.

Este tipo de terapia se basó en la teoría del aprendizaje social de conducta humana, denominándose Terapia Conductual de la Pareja (TCP). Cabe señalar que, cuando existen las diferencias inevitables de las parejas, ellos entran en argumentos que aumentan el castigo mutuo y disminuyen el refuerzo que ellos experimentan (Jacobson & Margolin, cit. en Christensen, & Heavey, 1999).

Para remediar esta situación, la TCP intenta aumentar el nivel de reforzamiento del intercambio y enseñar habilidades de comunicación, que les permitirán a las parejas que resuelvan sus diferencias de una manera constructiva que minimice el castigo y aumente al máximo el refuerzo. Las tres intervenciones mayores de TCP son el intercambio de conducta, comunicación entrenada, y definición de los posibles problemas. En el intercambio de conducta, los terapeutas de TCP ayudan a las parejas a identificar actos positivos para que cada uno pueda hacer e identificar actos del uno para el otro, el terapeuta anima a las parejas para que se puedan comprometer en estas conductas, y los entrena para mostrar el reconocimiento apropiado de esas conductas para ellos mismos. En la comunicación entrenada, los terapeutas de TCP les enseñan a las parejas a expresarse sin el reproche e imputación y emplear las habilidades escuchando las necesidades de los dos integrantes de la pareja. Finalmente, los terapeutas de TCP les enseñan a las parejas cómo definir los problemas explícitamente, cómo generar las soluciones potenciales a esos problemas, cómo negociar y arreglar las posibles soluciones, y cómo llevar a cabo y evaluar las soluciones que tengan en sus manos (Christensen, & Heavey, 1999).

Algunos estudios han examinado los componentes de cambio en la terapia conductual en la pareja. Se han identificado dos componentes básicos: el intercambio de conducta y el tratamiento de comunicación y resolución de problemas. Hay alguna evidencia de que la combinación de intercambio de conducta y el tratamiento de comunicación y resolución de problemas logra

mejores resultados a comparación de terapias que involucran sólo un componente, particularmente en el mantenimiento del cambio.

Hay también una gran cantidad de literatura que demuestra la efectividad de intervenciones conductuales con las familias.

-La Terapia Cognoscitiva Conductual de la Pareja

Existen varios estudios que han examinado el impacto de un acercamiento cognoscitivo para acoplarse a la terapia de pareja o la suma de un componente cognoscitivo a la TCP.

En la Terapia Cognoscitiva Conductual de la Pareja podemos encontrar varios investigadores quienes defienden que no es sólo conducta lo que está en las relaciones. Estos investigadores van más allá ya que sugieren que las estrategias de reestructuración cognoscitiva son similares a aquéllas usadas en la terapia cognoscitiva para los individuos (por ejemplo los métodos desarrollados por Beck y cols.). Las metas de la reestructuración cognoscitiva son el facilitar la habilidad de compañerismo en la pareja, e identificar sus cogniciones que están asociadas con la discordia matrimonial, probar la validez o adecuación de esas cogniciones, para modificar las cogniciones disfuncionales(Christensen, & Heavey, 1999).

En la Terapia de Pareja Cognoscitiva Conductual (TPCC) los terapeutas utilizan varias estrategias de la reestructuración cognoscitivas para modificar las diferentes cogniciones disfuncionales. En este caso la pareja deberá describir las características negativas de su compañero, el terapeuta puede comprometer a la pareja en una búsqueda para excepciones positivas identificables que podrían alterar su atención selectiva a las características negativas. Para modificar atribuciones y esperanzas, los terapeutas pueden emplear el análisis lógico (de Beck), en que a un cliente se le pide examinar la evidencia para una descripción sobre el compañero. Al alterar reglas y normas, los terapeutas pueden

comprometer a los compañeros en un acercamiento socrático dónde les pide que evalúen las consecuencias de vivir según sus normas y asunciones, como una norma importante que *"uno nunca debe estar enfadado con su compañero."*

Hay también estudios que han mostrado la efectividad de estrategias cognoscitivas. Por ejemplo Emmelkamp y cols., (cit. en Christensen, & Heavey, 1999) mostró exclusivamente que la reestructuración cognoscitiva era un tratamiento eficaz para cualquier problema matrimonial.

-Terapia Enfocada a las Emociones de la Pareja

Desarrollada por Greenberg & Johnson (cit. en Christensen, & Heavey, 1999) a la Terapia Enfocada a las Emociones de la Pareja (TEEP) conceptúa las relaciones adultas románticas conforme a la teoría de la "atadura". Donde el dolor de la relación de la pareja representa "el fracaso de una relación de la atadura para mantener una base segura de uno o ambos compañeros en la pareja". La ruptura de ataduras que llevan al dolor de la relación estimula las emociones primarias fuertes dentro de los compañeros, como un miedo de abandono por el otro. En este tipo de terapias, se desarrolla un enfoque en las emociones primarias de la pareja y se usa para reestablecer las ataduras de la relación (Christensen, & Heavey, 1999).

Las dos tareas principales de TEEP son: (1) Acceder y reelaborar la experiencia emocional de compañeros en la pareja y (2) Reestructurar los modelos de la interacción.

Los terapeutas de TEEP intentan exponer y resaltar las emociones primarias que los compañeros experimentan entre sí en su interacción. "La expresión secundaria o instrumental se extiende para exponer una experiencia subyacente" (Johnson & Greenberg, cit. en Christensen, & Heavey, 1999). En la sesión los compañeros experimentan y expresan sus emociones primarias, ellos encuentran

nuevos aspectos de ellos mismos. Pueden entonces desarrollar modelos de la interacción más funcionales que satisfacen sus necesidades de la atadura. Por ejemplo, un terapeuta de TEEP podría ayudar a un perseguidor, enfadado a la falta de contacto con un compañero retirado, para acceder a su miedo de abandono, expresar este miedo, en lugar del enojo secundario. El compañero en el término puede responder al miedo expresado con el apoyo en lugar de que se genere el retiro.

-Las Terapias integradoras

La terapia de pareja y la terapia familiar se han visto dentro un movimiento hacia el desarrollo de métodos integradores que reúnen aspectos de otros modelos. Hasta recientemente, la investigación se había hecho en los métodos integradores de práctica. Recientemente, hay muchos más datos disponibles en los métodos integradores. Se han diseñado los programas integradores específicos, se han estudiado, y se han adaptado a los problemas específicos tratamientos extensos.

Se ha Investigado dentro de la terapia de pareja y de la terapia familiar donde se ha originado la habilidad de estas terapias para tener un efecto positivo en desórdenes específicos y en la resolución de problemas. Estos esfuerzos han demostrado las conexiones poderosas entre el proceso de la familia y desórdenes como la depresión, esquizofrenia, y el alcoholismo. Ambas terapias han empezado a surgir como eficaces tratamientos para una gran variedad de problemas.

Discutiblemente los resultados más importantes sobre estudios de parejas en la última década involucran violencia. Christensen & Heavey, (1999) consideran que la violencia ocurre en las relaciones de una gran mayoría de parejas que se refieren para la terapia matrimonial y algunas de estas parejas reportan la agresión como uno de sus problemas primarios. Por consiguiente, la violencia no puede venir a la atención del terapeuta a menos que él o ella, en este caso la pareja

acudan por ayuda. También creen que el campo ha sido escaso porque pocos programas de tratamiento han sido elaborados para prevenir violencia en la pareja, o estrategias incorporadas para tratar con violencia.

4.4 La Terapia de Pareja en el Tratamiento de Desórdenes Individuales

Porque la pareja y las relaciones familiares son el contexto social más importante para la mayoría de los adultos, varias terapias incluyen a esposos o compañeros románticos específicamente en el tratamiento de un desorden individual. Se clasifican estas terapias en tres categorías diferentes: (a) la intervención con ayuda del compañero se refiere a tratamientos que incluyen al compañero como un auxiliador o se le adiestra para dirigir las asignaciones del tratamiento en casa pero no se enfoca en la relación de la pareja por si misma; (b) la intervención de pareja a desórdenes específicos es enfocada en la relación de la pareja sólo en cuanto es afectada por un desorden individual; y (c) la terapia de las parejas general usa los tratamientos como aquellos descritos anteriormente para mejorar el funcionamiento del individuo y la relación

En la terapia de pareja también se puede tratar la depresión debido a la comorbilidad que existe entre la depresión y la discordia matrimonial, y la suposición generalizada que el dolor matrimonial puede generar, promover, o mantener la depresión, así que el uso de terapia matrimonial para tratar la depresión es un desarrollo natural por el campo. Dos ensayos clínicos importantes (O'Leary & Beach, Jacobson et al; cit. en Christensen & Heavey, 1999) han usado TCP normal para tratar la depresión en las mujeres casadas y lo han comparado con la terapia cognoscitiva, en un tratamiento individual para la depresión. Aunque hay diferencias importantes entre los dos estudios, ellos convergen en sus resultados que la TCP es tan eficaz como la terapia cognoscitiva aliviando la depresión entre las parejas matrimonialmente afectadas y más eficaz que la terapia cognoscitiva mejorando la relación matrimonial. Sin embargo, el estudio de Jacobson indica que la terapia cognoscitiva es más eficaz que TCP aliviando la

depresión entre mujeres que no son afligidas en su matrimonio. Además, un estudio pequeño elaborado por O'Leary y cols. (cit. en Christensen & Heavey, 1999) sugiere que la TCP no puede ser tan útil como la terapia cognoscitiva cuando los pacientes del tratamiento son activamente suicidas.

Hay dos acercamientos al tratamiento de abuso del alcohol y la dependencia que involucran a la pareja y que han recibido el apoyo empírico, (O'Farrell cit en Christensen & Heavey, 1999) diseñó desde la perspectiva conductual, un multifacético tratamiento que intenta quitar el refuerzo social por beber e instituir conductas adaptables que son incompatibles con beber. Los esposos, parientes y amigos más cercanos son importantes para comprometer al bebedor en el tratamiento y cómo responde durante los episodios de beber. A veces los compañeros se involucran haciendo los contratos con el paciente, y pueden ocuparse de situaciones cuando el paciente requiera de nuevo tomar.

4.5 Programas de prevención como alternativa de tratamiento.

Aunque los esfuerzos por prevenir los problemas en la relación de pareja preparándolas para mantener un mejor matrimonio han sido continuados desde por lo menos en los años treinta, el paso de la investigación en esta área ha ganado mayor velocidad durante las últimas dos décadas de dos fuentes importantes.

-Primero, las proporciones altas de divorcio y los problemas matrimoniales, son los factores de riesgo genéricos para las enfermedades psiquiátricas y físicas, lo que ha llevado a la prevención de los problemas en la pareja.

-Segundo, El resultado limitado que puede tener la terapia matrimonial se compone por el hecho que muchas personas realmente buscan la terapia hasta antes de la separación o el divorcio. Así la necesidad de realizar programas para la prevención y de mejorar la relación en la pareja (Christensen, & Heavey, 1999).

El programa de prevención típico es una serie semi-estructurada de reuniones que emplean alguna combinación de conferencias breves, ejercicios de pareja, grupo o discusiones de pareja, y práctica de habilidad. Generalmente los programas tienen las metas explícitas de enseñarles algún juego de habilidades a las parejas, pertinentes a mantener una relación saludable (por ejemplo la comunicación y habilidades de resolución de conflicto), modificando actitudes y/o expectativas (por ejemplo el compromiso), y preparando a las parejas para los problemas y transiciones comunes de la relación, (por ejemplo el conflicto sobre el dinero, la transición a la paternidad).

Dado estas metas, la eficacia es típicamente moderada en el corto plazo (por ejemplo el postest) mirando conductas y actitudes, y en el término más largo buscando las diferencias en el ajuste de la relación o estabilidad. El razonamiento se dirige a conductas y actitudes que median el proceso de deterioro de ajuste de la relación y por consiguiente los cambios en estos blancos afectarán el ajuste de la relación más tarde. La distinción entre los programas para prevenir los problemas de la relación y otros que se diseñaron para reforzar la relación que no funciona (es decir promover la salud) es sutil dentro de este dominio, y se incluyen ambos tipos de programas sin distinción, y por ello se usa la prevención de las condiciones y enriquecimiento intercambiabilmente (Christensen, & Heavey, 1999).

La durabilidad de los cambios producidos por los programas de prevención de pareja es obviamente de importancia central debido a la meta a largo plazo de prevención, pero pocos estudios han empleado los seguimientos relativamente a corto plazo.

Hay ahora numerosos programas diseñados para prevenir los problemas de la relación de pareja. Tres programas, sin embargo, destacan debido a su uso extendido y su cuerpo sustancial de investigación y evaluación son: el Programa

de Comunicación de Pareja, Perfeccionamiento de la Relación, y el Programa de Perfeccionamiento de Relación.

-Programa de Comunicación de la Pareja

El programa de Comunicación de Pareja (P.C.P.) se desarrolló en los años 60's, y se relaciona con la teoría de los sistemas. El programa tiene cuatro metas primarias: (1) Aumentar el conocimiento del ego, y la relación; (b) Enseñar las habilidades para comunicarse más eficazmente; (c) Enseñarles nuevas maneras de enriquecer su relación a las parejas; y (d) Aumentar la satisfacción de la relación. Este programa consiste típicamente de 2 a 3 sesiones.

Wampler repasó estudios que evalúan el P.C.P. y concluyó que el "P.C.P. tiene un efecto positivo fuerte en la conducta de la comunicación de pareja, inmediatamente después del programa, pero este efecto disminuye con el tiempo. El P.C.P. tiene un impacto muy positivo en la calidad de la relación con la evidencia que en muchos casos este impacto positivo se mantiene después de uno a varios meses". Ella también anota que el programa de comunicación de pareja afecta positivamente el ajuste individual y que no ha existido ningún caso documentado en que este programa haya producido efectos negativos.

-Programa de Perfeccionamiento de la Relación.

El Programa de Perfeccionamiento de la Relación (PPR) es un modelo ecléctico, que incluye muchas escuelas de psicoterapia, con un énfasis en el trabajo de Carl Rogers, este programa les enseña a las parejas un juego de nuevas habilidades que dan énfasis a la comunicación eficazmente, mientras responden, y resuelven los conflictos satisfaciendo sus posibles necesidades de una manera mutua, y llevar a cabo las conductas más constructivas. Se compone de sesiones semanales de aproximadamente 2 horas que duran entre 10 y 15 semanas.

-Programa para la Prevención y Perfeccionamiento de Relación .

Este programa se desarrolló en los años ochenta, se basó principalmente en la teoría del aprendizaje social, y la investigación cognitiva conductual . Este programa se enfoca en el papel central del conflicto manejado y que afecta al desarrollo de la relación en la pareja. Así, este programa ayuda a las parejas a evitar los efectos potencialmente corrosivos de un conflicto, mientras se refuerza positivamente en la relación. También se encuentran cuatro metas primarias en este programa, estas son: (1) Facilitar una mejor comunicación y habilidades de resolución de conflictos, (2) Ayudar a las parejas a clarificar y evaluar sus expectativas para la relación, (3) Apoyar a las parejas a evaluar y renovar su compromiso y a tener una relación exitosa, y (4) Reforzar los aspectos positivos de la relación. incluso la diversión, amistad y sensualidad en la relación de la pareja.

Se ha encontrado que las parejas que se encontraban en el programa para la prevención y perfeccionamiento de la relación de pareja, mostraron una comunicación buena y presentaron habilidades de resolución de conflicto y satisfacción de la relación, y más baja frecuencia de divorcio.

4.6 Problemas metodológicos y conceptuales

En la terapia de pareja y familiar el aumento de la investigación sobre prevención de problemas en la pareja ha presentado complicaciones metodológicas y conceptuales , como el considerar un criterio de resultado con que evaluaban el éxito de la intervención, y lo relativo a seguimientos. En esta sección se discute acerca de estos temas.

El Criterio del resultado

Las intervenciones preventivas y terapéuticas para las parejas son evaluadas por dos criterios: (1) las medidas de calidad de la relación y estabilidad. Si en una

pareja se quedan juntos y están satisfechos en su relación, entonces la intervención que se haya realizado tiene claramente el éxito. Si una pareja se descontenta, el éxito o el fracaso pueden juzgarse por ellos mismos. Sin embargo, si la relación se disuelve, la intervención es considerada un fracaso.

El seguimiento a largo plazo

En la investigación de la prevención, el seguimiento a largo plazo es esencial para evaluar si ha habido un verdadero efecto de la prevención de los problemas en la pareja. La mayoría de los estudios de prevención han sido insuficientes porque ha sido sumamente corto el plazo de tiempo estipulado para el seguimiento por ejemplo un promedio de 12 semanas en la revisión por Giblin et al (cit. en Christensen & Heavey, 1999). El programa para la prevención y perfeccionamiento de relación de pareja, ha sido el único, con un seguimiento largo en comparación con otros, incluso los seguimientos del tratamiento son de 2 años o más.

Sin embargo, los seguimientos normalmente duran un año o menos después del tratamiento, y algunos estudios han sugerido que el deterioro puede ocurrir un año o más después del tratamiento. Estos autores sugieren que los estudios de la terapia deban evaluar el resultado por lo menos 2 años después (Christensen & Heavey, 1999).

Hay un movimiento fuerte dentro de la psicología que desarrolla el criterio metodológico para clasificar los tratamientos psicológicos según su nivel de apoyo empírico. Recientemente, las terapias de pareja eran clasificadas bajo estos criterios. Christensen & Heavey (1999) señalan que están a favor del esfuerzo general en basar la terapia y las intervenciones preventivas en una fundación empírica firme, además de que tienen varias preocupaciones sobre este movimiento en la psicología.

Primero, que se mencione poco sobre el poder de tratamiento. Por ejemplo, la T.C.P tiene el nivel más alto de apoyo empírico, pero no se considera como un tratamiento particularmente poderoso para las parejas. Segundo, el énfasis en este movimiento está en el tipo de tratamiento, el lugar del terapeuta o las variables de la pareja que se pueden considerar para la variación en el resultado. Tercero, puede haber factores comunes en todas las terapias de la pareja, como la presencia de una persona neutral que esté relacionada con la pareja y la creación de un foro para la discusión constructiva de problemas que pueden pesar más que el impacto de técnicas del tratamiento particulares.

Como se pudo apreciar en el repaso histórico de la terapia de pareja, la necesidad de comprobación empírica tanto de los principios como de las técnicas que se empleen en las intervenciones ha jugado un importante papel en el desarrollo del campo, y en la permanencia o desprestigio de sus diferentes corrientes. Una forma de intervención sin el sustento adecuado suele caer en el desuso, o incurrir en la tentación de exportar principios de otras corrientes sin comprobar si su aplicación será pertinente (como el caso de la primer Consejería Matrimonial).

Por otro lado, el desarrollo de nuevas tecnologías apoyadas en diferentes formas de concebir la dinámica y tratamiento de la pareja ha permitido extraer conceptos de muy variada procedencia, siempre y cuando haya un sustrato teórico y deseablemente empírico que garantice la funcionalidad y pertinencia de dichas asociaciones. En más de una ocasión los autores han visto la similitud de sus formulaciones con las otras y han aventurado el uso conjunto de ellos en búsqueda de mejores resultados.

Como lo señalan Gurman y Fraenkel (2002) en las décadas recientes (desde la etapa que denominan como “el refinamiento”) se ha vuelto frecuente la comprobación empírica de las metodologías empleadas en la práctica clínica como un medio de perfeccionar y legitimar el trabajo de los profesionistas en la atención

a los problemas de pareja. El esfuerzo más notorio se ha dado en la corriente de tratamiento conductual, sin embargo, ello no deja fuera la validación de otras formas de tratamiento, como la presente investigación. Pero antes de pasar a describirla es pertinente mostrar en que consiste la Técnica de Reestructuración Comunicativa y los fundamentos teóricos en que se basa.

CAPÍTULO 5

LA TÉCNICA DE REESTRUCTURACIÓN COMUNICATIVA (RC)

5. 1 El abordaje de la comunicación desde la perspectiva sistémica

En su libro *Teoría de la Comunicación Humana*, Watzlawick, Beaven y Jackson (1995) afirman que los seres humanos están inmersos desde su nacimiento en un medio que transmite información, que enseña lenguajes y reglas (*calculus*) acerca de dichos lenguajes, que va organizando la conducta del sujeto mediante pautas regladas de interacción muy complejas, muy precisas, y totalmente fuera del nivel de percatación, salvo si son violadas.

En ocasiones las ciencias de la conducta parecen representar al individuo en aislado de su medio. A fin de pasar del estudio deductivo de la mente al de las relaciones del individuo con su medio debemos enfocarnos en las manifestaciones observables de dicha relación.

Se debe considerar a la comunicación como el vehículo de tales manifestaciones. Su estudio se puede dividir en tres áreas, tal como lo estipula Morris (cit. en Watzlawick, Beaven y Jackson, 1995): sintáctica, semántica y pragmática. La primera abarca los problemas relativos a transmitir información, como los problemas de codificación, canales, ruido, redundancia, etc. La semántica se orienta hacia cuestiones de significado y la convención de éste entre los involucrados en la comunicación. La pragmática se ocupa de los efectos de la comunicación sobre la conducta. Así, “toda conducta, y no sólo el habla, es comunicación, y toda comunicación, incluso los indicios comunicacionales de contextos impersonales, afectan a la conducta (p. 24)”.

La interacción es definida como una serie de mensajes intercambiados entre dos personas. Mensaje es cualquier unidad comunicacional singular. Toda conducta es comunicación, es un conjunto fluido y multifacético de muchos modos de conducta (verbal, tonal, postural, contextual, etc.) todos los cuales limitan el significado de los otros. Todos los elementos de este conjunto pueden ser combinados de muy distinta manera, yendo de lo simple a lo complejo y de lo congruente a lo paradójico.

La interacción puede ser considerada como un sistema con base en la teoría de los sistemas generales. Hall y Fajen (cit. en Watzlawick, Beaven y Jackson, 1995) definen sistema “como un conjunto de objetos así como las relaciones entre los objetos y entre sus atributos, en el que los objetos son los componentes o partes del sistema, los atributos son la propiedades de los objetos y las relaciones mantienen unido al sistema (p. 117)”. Los objetos pueden ser seres humanos individuales y los atributos son conductas comunicacionales. Los sistemas interaccionales serán dos o más comunicantes en el proceso, o en el nivel de definir la naturaleza de su relación. Estos sistemas interaccionales pueden a su vez estar contenidos en sistemas más grandes y subdividirse a su vez en otros más pequeños. Como ejemplo, un individuo puede formar parte de una familia, una comunidad de un país, entablando relaciones con características propias para cada subsistema .

De este modo, los sistemas interpersonales (grupos de desconocidos, parejas matrimoniales, familias, relaciones psicoterapéuticas, o incluso internacionales, etc.) pueden entenderse como circuitos de retroalimentación, ya que la conducta de cada persona afecta la de cada una de las otras y es a su vez, afectada por éstas. Los sistemas interaccionales estables son los que se caracterizan por: 1) sus relaciones son importantes para ambos participantes, y 2) duraderas, como amistades, ciertas relaciones profesionales o de negocios, y sobre todo, las relaciones familiares y maritales.

Al tratar sobre la comunicación Watzlawick, Beavin y Jackson proponen o identifican varios axiomas de la comunicación humana, los cuales en opinión de Montalvo (2000) y de Rosales (2003), pueden ser de gran utilidad al investigar o estudiar la interacción en todo sistema y alcanzar una mejor comprensión de éste, así como para sugerir posibles estrategias para la negociación útil o funcional. Dichos axiomas se refieren a lo siguiente:

1) Toda conducta es comunicación, como no hay no conductas, es imposible no comunicarse. Este axioma implica el estar atentos a todo tipo de comportamiento, ya que cualquier conducta lleva implícito un mensaje, consciente o inconsciente, es decir, la comunicación se da todo el tiempo y no sólo a través del lenguaje (conducta verbal vocal). Entonces, no se puede hablar, desde esta perspectiva, de que los problemas se deban a la falta de comunicación, sino que se pueden deber a una comunicación de cierto tipo, y muchos problemas simplemente tienen que ver con los intentos (inútiles) de no comunicarnos. Si se acepta que toda conducta en una situación tiene un valor de mensaje, o comunicación, se afirma que uno no puede dejar de comunicar. La ausencia de palabras o actividad tienen un valor de mensaje en tanto influyen en los demás.

2) Toda comunicación tiene un aspecto de contenido (referencial) y un aspecto relacional (conativo). El aspecto referencial de un mensaje transmite información, es el contenido, no importa si es cierto o falso. El aspecto conativo se refiere a que tipo de mensaje debe entenderse y a la relación entre los comunicantes. El primero trasmite los datos de la comunicación y el segundo, cómo debe entenderse dicha comunicación, manifiesta en gestos, sonrisas, tono de voz, etc, es información acerca de la información (metainformación). Toda comunicación implica un compromiso y define la relación. No solo se transmite información sino que impone conductas. Los problemas de comunicación aparecen: a) cuando no hay congruencia entre un aspecto y el otro en uno de los comunicantes, ya que el interlocutor no sabrá cuál es el mensaje "correcto"; b) cuando hay desacuerdos con el contenido entre dos o más comunicantes; c)

cuando hay desacuerdos en el aspecto relacional entre dos o más comunicantes; d) peor aún cuando existe desacuerdo en ambos aspectos entre los comunicantes. Normalmente el aspecto relacional tiene el carácter de inconsciente, por lo mismo, muchos problemas no se resuelven, por desconocer que la fuente o el origen de los mismos está en el nivel relacional y se intentan resolver en el nivel consciente de los datos o los mensajes, lo cual ocasiona discusiones interminables y sin solución apropiada.

3) La naturaleza de una relación depende de la puntuación de las secuencias de comunicación entre los comunicantes. Este axioma tiene que ver justamente con la concepción de la realidad que tiene cada persona que interactúa, ya que dependiendo de dicha concepción, cada comunicante establecerá cierto orden, en términos de inicio y fin de secuencias de comunicación. En una secuencia de intercambios, los participantes puntúan la secuencia de modo que uno de ellos o el otro tiene la iniciativa, predominio, dependencia, establecen entre ellos patrones de intercambio (pueden o no estar de acuerdo) que constituyen de hecho reglas de contingencia al intercambio de refuerzos. La puntuación organiza los hechos. La falta de acuerdo con respecto a la manera de puntuar la secuencia es la causa de incontables conflictos en las relaciones. En la psicoterapia de pareja, a menudo sorprende la intensidad de lo que en la psicoterapia tradicional se llamaría una distorsión de la realidad por parte de ambos cónyuges. Puede resultar difícil creer que dos individuos puedan tener visiones tan dispares de muchos elementos de su experiencia en común. Su problema radica en la incapacidad para metacomunicarse acerca de su respectiva manera de pautar su relación. Así, la naturaleza de una relación depende de la puntuación de las secuencias de comunicación entre los comunicantes.

4) Los seres humanos se comunican tanto digital como analógicamente. El lenguaje digital cuenta con una sintaxis lógica sumamente compleja y poderosa pero carece de una semántica adecuada en el campo de la relación, mientras que el lenguaje analógico posee la semántica pero no una sintaxis adecuada para la

definición inequívoca de la naturaleza de las relaciones. El lenguaje digital se refiere a las palabras y el lenguaje analógico se refiere al comportamiento no verbal vocal; es decir, a los movimientos corporales, gestos, entonación de la voz, muecas, postura, expresión facial, el ritmo y la cadencia de las palabras mismas y cualquier otra manifestación no verbal de que el organismo es capaz, así como los indicadores comunicacionales que inevitablemente aparecen en cualquier contexto en el que tiene lugar una interacción. Nuevamente los problemas podrían aparecer en caso de incongruencia entre estos dos tipos de comunicación, también se podrían presentar dificultades cuando se intenta traducir algo de un lenguaje a otro y viceversa.

5) Todos los intercambios comunicacionales son simétricos o complementarios, según que estén basados en la igualdad (simétricos) o en la diferencia (complementarios). Cuando dos personas se comunican y ambas se consideran iguales en términos de estatus, poder, conocimientos, capacidades, etc, entonces se habla de que la comunicación es simétrica; si ambas o una de ellas se considera diferente en algunos de los aspectos antes mencionados, entonces la comunicación es complementaria. Según este axioma cualquier intercambio comunicativo es de un tipo o del otro, nos demos cuenta o no de ello, y justamente es aquí donde pueden aparecer los problemas otra vez, ya que si por ejemplo una pareja no tiene claro en qué aspectos pueden ser simétricos y en cuáles complementarios, pueden llegar a tener muchos problemas y podrían caer en los que los autores llaman “escalada simétrica” por un lado, o en una “complementariedad rígida” por otro. La escalada simétrica se refiere a la competencia o lucha por el poder ejemplificada por: ganarle al otro, ser mejor, tener la razón, tener la verdad, etc., lo cual también acarrea discusiones y peleas interminables, normalmente sin vencedor ni vencido. La complementariedad rígida tiene que ver con el hecho de que un miembro de la pareja siempre tiene el poder y el otro tiene que obedecer en todo, el mejor ejemplo de ello son las relaciones “sadomasoquistas”, por ejemplo, entre el macho y la mujer sumisa.

Como se puede observar, cada axioma tiene que ver con los demás y viceversa, es decir, no son mutuamente excluyentes sino complementarios, y nos parece una buena base teórico-metodológica para llevar a cabo investigaciones empíricas descriptivas en un inicio, y quizá aplicadas posteriormente en todo tipo de sistema social abierto como la familia.

5.2 Concepción de la realidad

La noción de realidad es un aspecto considerado por Montalvo (2000) como fundamental para el quehacer psicológico en general y para la terapia familiar en particular, ya que determina en gran parte la forma de abordar aquello que se considera como “lo psicológico”. A su vez considera que existen cuando menos dos posiciones al respecto en la psicología: la que supone implícita o explícitamente que la realidad es independiente del observador (todas aquellas aproximaciones teóricas relacionadas con el positivismo) y la que supone que la realidad depende del observador (constructivismo).

Ernst Von Glasersfeld (2000) define el constructivismo como una teoría del conocimiento que propone una ruptura radical con la epistemología tradicional, ya que el pensar de modo constructivista implica cambiar modalidades y contenidos de pensamiento. Es radical “porque rompe con las convenciones y desarrolla una teoría del conocimiento en la cual éste ya no se refiere a una realidad ontológica, “objetiva”, sino que se refiere exclusivamente al ordenamiento y organización de un mundo constituido de nuestras experiencias (Von Glasersfeld, 1985, p. 25)”. Así, no se necesita penetrar de manera profunda en el pensamiento constructivista para comprender que dicha posición nos conduce de forma inevitable a hacer del hombre pensante el único responsable de su pensamiento, de su conocimiento y hasta de su comportamiento.

En concordancia con lo anterior Krieg (1995), al hablar sobre el papel de los medios y en particular de los periodistas en la tarea de informar sobre una

realidad, afirma que desde un punto de vista constructivista, no se puede hablar de que los periodistas o cualquier observador tengan un acceso directo a una realidad dada *a priori*. En su lugar, la función del periodismo o los medios en la sociedad es crear de forma conjunta ámbitos consensuales dentro de los cuales es posible una coordinación de las acciones de los individuos.

A dichos ámbitos consensuales se les denomina "realidad"; por lo tanto, la realidad es una construcción social que a su vez permite y constituye la sociedad.

Heisenberg (cit. en Watzlawick, 2000) opina que "la realidad de la que hablamos no es nunca una realidad *a priori*, sino una realidad conocida y creada por nosotros. Si, en referencia a esta última formulación, se objeta que después de todo, existe un mundo objetivo, independiente de nosotros y de nuestro pensamiento, que funciona o puede funcionar independientemente de nuestra actividad, y que es el que efectivamente entendemos cuando investigamos, hay que refutar esta observación tan convincente a primera vista, subrayando que también la expresión "existe" tiene su origen en el lenguaje humano y no puede, por tanto, tener un significado que no esté vinculado nuestra comprensión. Para nosotros "existe" sólo el mundo en el que la expresión "existe" tiene un significado (p. 29)".

El significado atribuido a un conjunto de circunstancias dentro de un determinado marco de presupuestos, ideologías o convicciones, construye una realidad en sí misma y la revela como "verdad", por decirlo así (Watzlawick, 2000).

Watzlawick (cit. por Montalvo, 2000) señala que cuando menos existen dos tipos de realidades:

a) La realidad de *primer orden*, que se refiere a aquellos aspectos de la realidad construidos consensualmente, ya que son repetibles y verificables, son construidos gracias a una socialización, educación, culturización, etc., similar; es el tipo de realidad que nos permite comunicarnos por compartir un mismo lenguaje

y lo anteriormente señalado. Es consensual en el sentido de que no se dan diferencias entre las personas en cuanto a su "existencia", por ejemplo, todos estamos de acuerdo en lo que es la noche, el día, una planta, una roca, etc.

b) La realidad de *segundo orden*, tiene que ver con la significación o el valor que se le da a las cosas (a la realidad de primer orden), en otras palabras este tipo de realidad tiene más que ver con aspectos éticos y morales y a diferencia de la de primer orden, no necesariamente es consensual, o sea que puede ser total o parcialmente diferente a la de los demás, ya que en su construcción juega un papel importante el propio individuo y lo que para mi es bonito, bueno, agradable, "normal", adecuado, etc., para otro puede ser feo, malo, desagradable, "anormal", inadecuado, etc.

De este modo, Watzlawick (2000) deduce que debemos de diferenciar entre las imágenes de la realidad que percibimos a través de los sentidos y los significados que atribuimos a dichas percepciones. En opinión de Montalvo (2000), es precisamente en el ámbito de la realidad de segundo orden donde se presentan la mayor parte de los conflictos interpersonales, como problemas psicológicos, desacuerdos, incomprensión, "falta de comunicación", etc.

En este punto coincide con lo expuesto por Beck (1993), quien comenta que los desacuerdos que pueden dividir a una pareja pueden provenir de las diferencias fundamentales en la visión que tengan de sí mismos y el uno del otro. Ambos pueden llegar a creer en la sensatez de sus propias interpretaciones y en lo evidente de estas para cualquiera, y por lo tanto la actitud del otro puede llegar a parecer poco razonable, o incluso atribuirse mutuamente mala voluntad.

Beck (1993) define estas visiones como *perspectivas*, entendiéndolas como cuadros complejos que incluyen no solo los detalles de la situación, sino también las significaciones que se le dan a ésta. En un sentido más amplio menciona que "nuestras perspectivas están conformadas por creencias y experiencias (p. 72)".

En interacciones normales, las perspectivas individuales son "abiertas", esto es, la gente se forma una imagen de la otra persona y la puede modificar a medida que obtiene más información, siempre basando estos cambios en apreciaciones razonables y no en los propios preconceptos. Las perspectivas cerradas o egocéntricas están a su vez determinadas por los marcos individuales de referencia, las personas solo ven los sucesos de acuerdo en la forma en que están relacionados con ellas, en sus significados personales, descartando lo que podría significar para otros. Los conflictos en la pareja pueden fomentar y exagerar las perspectivas egocéntricas, si los individuos se sienten amenazados, se encapsulan en una perspectiva cerrada como forma de defensa.

Por el contrario, alguien con una perspectiva abierta puede adoptar el marco de referencia de otra persona, tener una visión diferente y relacionarse con los demás de forma más flexible.

El ejemplo más sencillo pero que a la vez describe de mejor forma la concepción de la realidad de primero y segundo orden (no en vano empleada en varios de los libros de Paul Watzlawick para ejemplificar sus conceptos) es la vieja pero efectiva viñeta sobre el optimista y el pesimista, en donde el optimista ve la botella medio llena, mientras el pesimista la ve medio vacía. La misma botella, la misma cantidad de vino, que sin embargo originan dos concepciones totalmente diferentes, que a su vez crean dos realidades también radicalmente distintas. Ésta por demás plantea la inutilidad de tratar de establecer quién tiene razón y quién está equivocado, puesto que la realidad de primer orden es la misma para ambos, pero la forma en que cada uno la significa tiene que ver con la historia y la experiencia de cada uno.

Es así que Watzlawick (1994) considera que en la "posibilidad de ser diferentes las realidades subjetivas (realidades de segundo orden) radica el poder de las intervenciones terapéuticas conocidas como reestructuraciones. Nunca nos enfrentamos con la realidad en sí, sino solo con imágenes o concepciones de la realidad, es decir, con interpretaciones (p. 104 y 105)".

A pesar de que el número de posibles interpretaciones para cada situación podría ser muy alto, la mayoría de las ocasiones los individuos solo consideran como razonable, posible y permitida una sola de ellas en virtud de la concepción del mundo por parte del interesado, y en el peor (y frecuente) de los casos, cuando esta solución no produce los resultados deseados, se busca típicamente más de lo mismo. Es decir, no cabe la posibilidad de implementar otras opciones. Aquí entra en función la reestructuración a condición de que se consiga prestar a una determinada situación un sentido nuevo, también adecuado o incluso más convincente el que le ha venido dando hasta ahora el individuo (Watzlawick, 1994).

En este sentido Watzlawick, Weakland y Fisch (1989) establecen que reestructurar significa cambiar el propio marco conceptual o emocional, en el cual se experimenta una situación, y situarla dentro de otra estructura, que a su vez aborde los hechos correspondientes a la misma situación concreta igualmente bien o incluso mejor, cambiando así por completo el sentido de los mismos. El mecanismo aquí implicado no resalta a primera vista, sobre si se toma en cuenta que puede existir un cambio mientras que la situación misma permanece inalterada. Lo que cambiará como resultado de la reestructuración será el sentido atribuido a la situación, y no los hechos concretos correspondientes a éste.

Tal como ya lo había mencionado Epícteto (cit. en Watzlawick, Weakland y Fisch, 1989) "No son las cosas mismas las que nos inquietan, sino las opiniones que tenemos acerca de ellas (p. 120)".

De igual modo, Watzlawick (2000) afirma que en la psicoterapia, a diferencia de las ciencias médicas que poseen una definición razonablemente fiable de los acontecimientos y procesos de la realidad de primer orden, nos encontramos en un universo de simples suposiciones, convicciones y creencias que forman parte de nuestra realidad de segundo orden y, por tanto, son construcciones de nuestra

mente. Los procesos a través de los cuales construimos nuestras realidades personales, sociales, científicas e ideológicas, que llegamos a considerar después “objetivamente reales”, constituyen el ámbito del constructivismo radical.

Si aceptamos la posibilidad de que el mundo real se pueda saber con certeza sólo por lo que no es, entonces la psicoterapia se convierte en el arte de sustituir una construcción de la realidad que ya no es “adaptada” por otra que se adapta mejor. En esta perspectiva, la psicoterapia se ocupa de la reestructuración de la visión del mundo del paciente, de la construcción de otra realidad clínica. La psicoterapia constructivista no se engaña pensando que hace que el paciente vea el mundo como es realmente; es totalmente consciente de que la nueva visión del mundo es, y no puede ser de otro modo otra construcción, pero es útil y menos dolorosa (Watzlawick, 2000).

Lo anterior está relacionado con el cómo las personas tienden a hacer su interpretación de la realidad, pero previo a ello requieren de la información que su medio les provee a través de los sentidos.

5. 3 La apropiación de la realidad a través de los sentidos. La Programación Neurolingüística.

La Programación Neurolingüística (PNL) es un modelo de cómo las personas estructuran sus experiencias individuales de la vida. No es más que una manera de pensar y organizar la fantástica y hermosa complejidad del pensamiento y comunicación humanos. Trata de la estructura de la experiencia humana subjetiva; cómo organizamos lo que vemos, oímos y sentimos, y cómo revisamos y filtramos el mundo exterior mediante nuestros sentidos. También explora cómo lo describimos con el lenguaje y cómo reaccionamos, tanto intencionadamente como no, para producir resultados.

O'Connor y Seymour (1995) sitúan sus orígenes en la década de los 70, en la Universidad de California, en Santa Cruz, EEUU, donde Richard Bandler y John

Grinder se interesaron por el estudio de los patrones de conducta de los seres humanos para desarrollar modelos y técnicas que pudieran explicar la magia y la ilusión del comportamiento y la comunicación humana. El origen de sus investigaciones fue la curiosidad por entender como a través de la comunicación y del lenguaje se producían cambios en el comportamiento de las personas. Su interés se centró también en la psicoterapia, y por ello estudiaron los patrones empleados por tres de los psiquiatras más influyentes de la época: Fritz Perls, Virginia Satir y Milton Erickson.

La parte “neuro” de la PNL recoge la idea fundamental de que todo comportamiento proviene de nuestros procesos neurológicos de visión, audición, olfato, gusto, tacto y sentimiento. La parte “lingüística” indica que usamos el lenguaje para ordenar nuestros pensamientos, conducta y para comunicarnos con los demás. En cuanto a la “programación” se refiere a las maneras que podemos escoger para organizar nuestras ideas y acciones a fin de producir resultados. Algunos de los filtros básicos de la PNL suelen llamarse *Marcos de Conducta*. Éstos consisten en formas de pensar acerca de cómo actuamos (O’Connor y Seymour, 1995).

Desde la perspectiva de la PNL, la comunicación inicia desde nuestros sentidos, o como lo definió Aldous Huxley (cit. en O’Connor y Seymour, 1995) las puertas de la percepción son los sentidos, nuestros ojos, oídos, boca y piel, éstos son nuestros únicos puntos de contacto con el mundo. La PNL se apega a los fundamentos de la teoría constructivista, al definir la realidad como una invención y no como un descubrimiento. Para Grinder y Bandler el ser humano no opera directamente sobre el mundo real en que vive, sino que lo hace a través de mapas, representaciones, modelos a partir de los cuales genera y guía su conducta.

Estas representaciones que además determinan el cómo se percibirá el mundo y que elecciones se percibirán como disponibles en él, difieren necesariamente a la realidad a la cual representan. Esto es debido a que el ser

humano al transmitir su representación del mundo tiene ciertas limitaciones, las cuales se derivan de las condiciones neurológicas del individuo, de la situación social en que vive y de sus características personales. El mundo que se percibe entonces no es el mundo real, sino un mapa hecho por nuestra neurología. Por ello se puede suponer que es posible aprender a hacer que nuestros sentidos nos sirvan de mejor manera.

Al establecer un proceso de comunicación, hacemos uso de nuestros pensamientos, luego usamos las palabras, el tono y el lenguaje corporal para transmitirlos a otra persona. O'Connor y Seymour (1995) conciben el pensamiento como el uso de nuestros sentidos de forma interna. "Cuando pensamos en lo que vemos, oímos y sentimos, recreamos estas vistas, sonidos y sentimientos internamente. Reexperimentamos información en la forma sensorial en la que la percibimos la primera vez (p. 59)". A su vez afirman que podemos ser conscientes de ello o no, ya que pensar es una actividad tan obvia que difícilmente nos ponemos a pensar en ella, o dicho de otro modo, solemos pensar en lo que estamos pensando, no en *cómo* lo estamos pensando, y a su vez podemos dar por supuesto que los demás piensan como nosotros.

Así, utilizamos nuestros sentidos tanto externamente para percibir el mundo, como internamente para re-presentarnos la experiencia a nosotros mismos. En la PNL se conocen como sistemas representativos o representacionales las formas como recogemos, almacenamos o codificamos la información en nuestra mente a través de los sentidos. Los sistemas representacionales se clasifican en: visual, auditivo, cinestésico, olfativo y gustativo.

El sistema visual puede ser usado externamente cuando miramos el mundo exterior o internamente cuando estamos visualizando con la mente. El sistema auditivo puede dividirse en escuchar sonidos externos o internos. El sistema cinestésico incluye en su faceta externa las sensaciones táctiles como el tacto, la temperatura, o la humedad. La cinestesia interna refiere a las sensaciones

recordadas, emociones, y los sentidos internos del equilibrio y conciencia del propio cuerpo, también se le conoce como sentido propioceptivo ya que nos informa en todo momento de nuestros sentidos.

Estos tres sistemas se consideran primordiales dentro de la cultura occidental, a diferencia de los sentidos del gusto y el olfato que suelen incluirse en el sentido cinestésico. A menudo sirven como nexos inmediatos a las imágenes, sonidos y escenas asociados a ellos.

Es posible identificar los sistemas representacionales observando los movimientos oculares e identificando el tipo de palabras claves empleadas por los individuos para referirse a sus experiencias. Esto quiere decir que ciertos movimientos oculares corresponden a cierto sistema, por ejemplo, en las personas diestras, el mover los ojos hacia arriba a la izquierda, significa que está recordando visualmente, si el movimiento es hacia la derecha, está construyendo algo visualmente; si mueve los ojos hacia el lado izquierdo, está recordando algo que escuchó, si los mueve hacia la derecha, está construyendo sonidos; si los mueve hacia abajo a la izquierda la persona está hablando consigo misma (diálogo interno), si el movimiento es hacia abajo a la derecha está experimentado sensaciones táctiles, viscerales, emotivas, además de sabores y olores.

También ciertas palabras tienen qué ver con cierto sistema, por ejemplo, en el visual se usan las siguientes palabras clave: mirar, imagen, foco, visualizar, perspectiva, clarificar, ojo, enfocar, ilustrar, revelar, ver, mostrar, visión, etc. En el sistema auditivo se usan: decir, acento, ritmo, tono, resonar, sonido, audible, notar, escuchar, silencio, disonante, armonioso, etc. En el cinestésico: tocar, contacto, acariciar, cálido, áspero, agarrar, presión, sensible, estrés, tensión, suave, pesadez, etc.

Cabe señalar que de forma constante se emplean los tres sistemas representativos primarios pese a que no seamos conscientes de ello, y tendemos

a favorecer a uno por encima de otros dependiendo de lo que estemos haciendo. Los sistemas representativos no se excluyen entre sí, así que es posible visualizar una escena, tener las sensaciones asociadas a ella y escuchar los sonidos simultáneamente, aunque sea difícil atender a los tres a la vez. Cuando una persona tiende a utilizar de manera habitual un sentido de forma interna, se dice que éste es su sistema preferido o primario. Y no es que haya algún sistema que sea superior a otro, sólo depende de lo que favorezca a cada persona y que quiera hacer.

5.4 El establecimiento de reglas en el funcionamiento en la pareja

Como ya se mencionó, en toda comunicación los participantes ofrecen entre sí definiciones o posturas sobre su relación que puede confirmar, rechazar o modificar la del otro. Este proceso es de vital importancia ya que una relación estable no puede quedar fluctuante o sin resolver, y en tanto busca una estabilización de la relación que evite las variaciones constantes que desembocarían en situaciones inmanejables. Jackson (cit. en Watzlawick, Beavin y Jackson, 1995) denomina Regla de la relación a esta estabilización de su definición, y trata sobre una formulación de las redundancias observadas en el nivel relacional, observándose una limitación de las conductas posibles en alguna de las dimensiones que determina a su vez una configuración redundante.

Por su parte, Beck (1993) considera que una regla no se hace evidente hasta que se viola un principio importante para uno o ambos miembros de la pareja. Las reglas suelen formularse en aras de ver cumplidas expectativas que son defraudadas por una situación dada. En los matrimonios desavenidos la mayor parte de los conflictos surge de la ruptura de esas reglas, o por la interpretación errónea de ellas a causa de su ambigüedad. Así, las reglas “derivan de ciertas fórmulas que operan como sistemas de codificación para definir el significado personal de una conducta en particular y para determinar si es lícita o ilícita (p. 88)”

5.5 La técnica de Reestructuración Comunicativa

Basada en los principios descritos anteriormente la Técnica de Reestructuración Comunicativa (RC) propuesta por Montalvo (2004) en su proyecto de investigación de la Facultad de Estudios Superiores (FES) Iztacala, busca incidir en el terreno de las creencias, ideas y pensamientos involucradas en una relación de pareja, ya que como señala Montalvo (2000) partiendo "del supuesto de que la mayoría de la gente tiene a nivel de creencia la concepción de la realidad como única y verdadera, si llevamos dicha creencia al terreno de las ideas y la cambiamos por la concepción de la realidad construida, esto podría funcionar como una llave maestra que permitiría si no resolver muchos problemas, tal vez si minimizarlos y reestructurarlos de manera tal que puedan darse negociaciones productivas entre las personas en cualquier ámbito" (p. 33).

5.5.1 Pasos de la RC.

La técnica RC consiste en los siguientes pasos:

1.- Explicación de la concepción de la realidad.

Explicarle a la pareja que la realidad psicológica es construida, a partir de las relaciones que entablamos con quienes nos rodean, en este aspecto las personas se crean su propio concepto de la realidad, cada quién tenemos una forma distinta de concebir la realidad misma en la que vivimos. También se dará a conocer a la pareja que existen dos formas de concebir a la realidad, una está relacionada a las propiedades que le damos a los objetos o situaciones por las que pasamos, y otra realidad es la que hemos atribuido algún valor significativo a los objetos o situaciones.

Para explicar los dos tipos de realidades, una se llama realidad de "*primer orden*," y se refiere a aquellos aspectos de la realidad construidos

consensualmente, ya que son repetibles y verificables, son construidos gracias a una socialización, educación, culturización, etc, similar; es el tipo de realidad que nos permite comunicarnos por compartir un mismo lenguaje y lo anteriormente señalado. Es consensual en el sentido de que no se dan diferencias entre las personas en cuanto a su "existencia", por ejemplo, todos estamos de acuerdo en lo que es la noche, el día, etc. Al otro tipo de realidad se le llama de *segundo orden*, y se refiere o tiene que ver con la significación o el valor que se le da a las cosas (a la realidad de primer orden), en otras palabras este tipo de realidad tiene más que ver con aspectos éticos y morales y a diferencia de la de primer orden, no necesariamente es consensual, o sea que puede ser total o parcialmente diferente a la de los demás, ya que en su construcción juega un papel importante el propio individuo, dependiendo las percepciones de cada persona, como para una puede ser bueno, para otra puede ser malo.

Se les explico a las parejas que los conflictos pueden originarse a partir de que cada uno de los cónyuges consideren que su interpretación de la realidad es única y verdadera, y a partir de esto se originan malentendidos y conflictos entre la relación de los dos miembros de la pareja y hacerles notar que eso puede ser el origen o una de las razones más importantes de sus problemas.

2.- Cómo se construye la realidad. Sistemas Perceptuales Predominantes

Estos se identifican observando los movimientos oculares e identificando el tipo de palabras claves empleadas por los usuarios para referirse a sus experiencias, es decir, ciertos movimientos oculares corresponden a cierto sistema, por ejemplo, en las personas diestras, el mover los ojos hacia arriba a la izquierda, significa que está recordando visualmente, si el movimiento es hacia la derecha, está construyendo algo visualmente; si mueve los ojos hacia el lado izquierdo, está recordando algo que escuchó, si los mueve hacia la derecha, está construyendo sonidos; si los mueve hacia abajo a la izquierda la persona está hablando consigo misma (diálogo interno), si el movimiento es hacia abajo a la

derecha está experimentado sensaciones táctiles, viscerales, emotivas, además de sabores y olores. También ciertas palabras tienen que ver con cierto sistema, por ejemplo, en el visual se usan las siguientes palabras clave: mirar, imagen, foco, visualizar, perspectiva, clarificar, ojo, enfocar, ilustrar, revelar, ver, mostrar, visión, etc. En el sistema auditivo se usan: decir, acento, ritmo, tono, resonar, sonido, audible, notar, escuchar, silencio, disonante, armonioso, etc. En el cinestésico: tocar, contacto, acariciar, cálido, áspero, agarrar, presión, sensible, estrés, tensión, suave, pesadez, etc.

3.- *Reglas de convivencia*

El siguiente paso de la técnica de Reestructuración Comunicativa (RC) será el proponer algunas reglas a seguir para mejorar su comunicación y poder discutir acerca de sus problemas, haciendo hincapié en que toda conducta es comunicación, ya que ésta última incluye tanto a las palabras, como a los gestos y posturas que lo acompañan. Las reglas que deberán seguir se describen a continuación:

- “No usar argumentos del pasado al tratar de resolver algún problema, “ En esta regla se hará ver a las parejas, que no tiene caso hablar del pasado o de cosas que han pasado y al contrario hacerles notar que tienen más importancia, el presente y el futuro.

- “Tratar de comunicarse no estando alterados emocionalmente (enojados), esto no significa que no se puedan enojar, sino que deberán evitar discutir cuando identifiquen la primera respuesta fisiológica de ira o enojo, esto es, que cada miembro de la pareja deberá identificar en si mismo esta primera respuesta y decirle al otro que se posponga la comunicación hasta que se haya tranquilizado”.

- “No utilizar argumentos basados en la familia del otro compañero de la pareja.”

En este capítulo se hizo una descripción de los elementos que componen la técnica, así como de los supuestos teóricos en los cuales se fundamenta. La descripción de la metodología y resultados de la investigación se hace en el capítulo siguiente.

CAPÍTULO 6

6.1 Los efectos del uso de la Reestructuración Comunicativa (RC) en diversos problemas psicológicos de la pareja

El presente proyecto de investigación se centra en la pareja principalmente desde una línea aplicada. Se deriva del proyecto de investigación “La familia: La descripción de su estructura y su intervención psicológica desde una perspectiva sistémica” dirigido por el Dr. Jaime Montalvo Reyna, cuyo interés es el estudio de la familia desde dos líneas de investigación: una descriptiva y otra aplicada. El marco teórico general empleado es el Modelo Sistémico.

En la línea descriptiva se busca identificar la estructura de la familia considerando ciertas características o fenómenos psicológicos o sociales que ésta pueda presentar en alguno o varios de sus miembros (enfermedades, problemas educativos, cierto tipo de problemas psicológicos, etc) tomando en cuenta además las etapas del ciclo vital. En la línea aplicada se intentará probar la eficacia de algunas técnicas terapéuticas diseñadas y/o modificadas para probarse en población mexicana. Es de esta línea aplicada donde se deriva la presente investigación, al intentar probar la eficacia de la Técnica de Reestructuración Comunicativa (RC), la cual está basada en los trabajos de Paul Watzlawick y sus colaboradores sobre la concepción de la realidad, y los modelos de la Programación Neurolingüística sobre sistemas perceptuales predominantes.

Planteamiento del problema

La pregunta a la que se pretende responder en esta investigación es: ¿Será útil la RC para provocar cambios en la estructura disfuncional que presentan en un inicio las parejas cuando acuden a terapia?, ¿Provocará cambios en cuanto a las

puntuaciones reportadas por los usuarios a las escalas de Bienestar Psicológico Individual y de Pareja?, ¿Provocará alguna modificación en la queja que reporten los usuarios al inicio de las sesiones?

Justificación

A pesar de que en la actualidad se puede afirmar que existen una amplia variedad de técnicas de intervención terapéutica, esto no significa que no se puedan desarrollar otras nuevas o que no se puedan modificar las existentes con el fin de dar un mejor y más rápido servicio a las personas necesitadas de él. También cabe mencionar que muchas de estas técnicas son desarrolladas y probadas en poblaciones de otros países que no necesariamente presentan las mismas características de la población mexicana, y se han exportado y aplicado sin realizar estudios sobre su efectividad. A lo anterior además, debemos de considerar lo expuesto por Montalvo (2000) sobre que "es muy poco usual (al menos en el campo de la Terapia Familiar), que se investigue la utilidad de las técnicas de una manera más o menos controlada (p. 68)"

Es por eso que en este trabajo se plantea la posibilidad de indagar qué tan eficaz es una estrategia de intervención diseñada por Montalvo (2004) para apoyar y crear un ambiente de colaboración entre los miembros de una pareja al inicio de una intervención psicológica.

6.2 Método

6.2.1 Muestra.- 30 parejas cuyo motivo principal para acudir a un tratamiento estuviera planteado por ellas como problemas de pareja, 15 parejas del grupo experimental y 15 parejas del grupo control, en diferentes etapas del ciclo vital.

6.2.2 Objetivo General.

El objetivo principal fue el de probar la eficacia de la Reestructuración Comunicativa (RC) en cuanto a los posibles cambios en la problemática que

presentan en un inicio las parejas, y a partir de ello tratar de ayudar a resolver el problema por el que solicitaron el servicio.

6.2.2.1 Objetivos específicos.

- 1) Obtener información suficiente en relación al tipo de estructura familiar del usuario o usuarios que solicitan el servicio de Psicología Clínica, a través de una o más entrevistas semiestructuradas con la ayuda de una guía diseñada por Montalvo y Soria (1997).
- 2) Realizar un breve análisis tanto histórico como descriptivo acerca del problema por el que los usuarios solicitaron el servicio.
- 3) Identificar la etapa del ciclo vital en que se encuentran él o los usuarios, en este caso las parejas.
- 4) Formular hipótesis respecto a qué tipo de usuario será o serán los usuarios claves, en base a la clasificación propuesta por Soria y Montalvo (2000).
- 5) Identificar el sistema representacional predominante de los usuarios considerando las características propias y peculiares de cada uno de ellos en términos de su lenguaje y mirada.

6.2.2.2 Hipótesis

La RC logrará provocar cambios en la mayoría de los casos en cuanto a la estructura disfuncional que presentan los usuarios antes de la intervención terapéutica de manera que la estructura tendrá menos elementos disfuncionales que antes de la aplicación de la RC.

6.2.3 Escenario.- Cubículos del área de Psicología Clínica de la FES Iztacala.

6.2.4 Materiales.- Cuadernos, plumas, lápices, y audio grabadora.

6.2.4.1 Instrumentos.- Guía de entrevista (ver anexo 1), Escala de Bienestar Psicológico Individual y Escala de Bienestar Psicológico en la Pareja. (Anexo 2)

6.2.5 Variables Dependientes: Bienestar psicológico individual y Bienestar psicológico en la pareja, grado de disfuncionalidad familiar, y queja.

6.2.5.1 Variable independiente: Técnica de Reestructuración Comunicativa

6.2.6 Indicadores.- Problemas psicológicos, Estructura familiar (centralidad, periferia, límites, jerarquía, alianzas, coaliciones, triangulaciones), Disfuncionalidad, Etapa del ciclo vital, Sistema Perceptual predominante y Tipo de usuario.

6.2.7 Diseño

Se realizó una investigación aplicada, bajo un diseño cuasiexperimental con dos grupos (experimental y control). El grupo experimental pasó por tres fases que son:

- a) Identificación de la estructura, obtención de datos demográficos, y aplicación de las escalas de Bienestar Psicológico Individual y de Bienestar en la Pareja.
- b) Aplicación de la técnica RC.
- c) Detección de los efectos de la RC.

Para el grupo control sólo se realizaron dos entrevistas, para la aplicación de las escalas, y obtener una breve descripción de la problemática imperante en la pareja.

6.2.8 Procedimiento

Grupo Experimental

FASE A

En la primer sesión nos presentamos con las parejas, mostrando empatía hacia las mismas, se les dio a conocer nuestra forma de trabajo durante las

sesiones (duración de cada sesión, justificar la presencia de dos terapeutas con el objeto de brindar una mejor atención a los pacientes), y la utilización de aparatos durante las sesiones como una audio-grabadora con el fin de recabar datos, solicitando previamente el consentimiento de los usuarios, en caso de no obtenerlo se prescindió de su uso. Asimismo, se les garantizó la confidencialidad de toda la información durante las sesiones asegurándoles que esa información se utilizaría sólo en su beneficio, pidiéndoles a su vez que fueran lo más sinceros posibles al momento de brindarnos la información.

Una vez presentados con los usuarios, se les preguntó el motivo por el cual solicitaron el servicio, o cuál era la causa por la cual acudían al mismo.

Se utilizó una entrevista semiestructurada (anexo 1) basada en una guía de Montalvo y Soria (1997), a través de la cual se obtuvo el grado de disfuncionalidad calculando por medio de una suma de los elementos de la estructura en los que se pudieron detectar posibles interacciones problemáticas (disfuncionales), es decir, si los límites eran difusos o rígidos entre los diversos holones y/o al exterior, si la jerarquía no era compartida por ambos padres, si existían coaliciones, hijos parentales, periféricos, centralidad negativa, sobreinvolucramiento, triangulaciones, y si no había alianza parental. Con el fin de obtener la estructura familiar, se elaboró un familiograma que sirvió como un parámetro para detectar los posibles cambios que pudiera producir la técnica de intervención. Con base en la información recabada de la entrevista y del familiograma, se trató de definir la estructura de la pareja (límites, jerarquía, centralidad, periferia, alianzas, coaliciones, geografía, triangulaciones, y la presencia o no de hijos parentales, padre en funciones de hijo, sobreinvolucramiento y conflictos), con el objeto de realizar un análisis o marco de referencia sobre los posibles cambios que se pudieran presentar en la pareja.

Durante el desarrollo y al término de la entrevista, se realizaron hipótesis con respecto al tipo de usuario y su sistema perceptual predominante, mismas que se confirmaron a través de las siguientes sesiones.

Las hipótesis sobre el tipo de usuario se realizaron con base a la clasificación propuesta por Soria y Montalvo (2000) a partir de una elaborada por O'Hanlon y Weiner-Davis: Usuario tipo A: Este sería el paciente ideal, el que sigue instrucciones casi al pie de la letra, es puntual y no falta a las sesiones, es amable y respetuoso, no descalifica o contradice al terapeuta, ni digital, ni analógicamente, hace las tareas, etc. El usuario tipo B sería aquel que sigue instrucciones a medias, siempre le agrega o le quita algo a las tareas, tiene iniciativa, a veces contradice o no está de acuerdo con el terapeuta, suele ser impuntual pero no falta. Por último, el usuario tipo C sería aquel que puede tener postura de víctima (todo le pasa y él no tiene nada que ver), casi siempre está descalificando al terapeuta abierta o cubiertamente, no hace tareas, se le olvidan, no sigue instrucciones o hace exactamente lo opuesto, puede ser algo agresivo y/o quejumbroso, etc.

En esta fase también se les aplicó a los usuarios dos escalas numéricas, una de las cuales se denominó Bienestar Psicológico Individual (BPI); esta es una escala que comprende del 0 al 10, se aplicó individualmente a cada integrante, donde 0 representa nada de bienestar y 10 representa el máximo nivel de bienestar. La otra escala se llamó Bienestar Psicológico en la Pareja (BPP), la cual tiene como objetivo evaluar otros aspectos de la pareja relacionados más a la convivencia, en caso de vivir juntos, la responsabilidad en la casa y el cuidado de los hijos. Además incluye un reactivo de estado global de felicidad, sobre el que se hizo especial énfasis en esta etapa y en la fase C. Esta escala se aplicó en el mismo formato que la anterior, donde escogieron de 0 al 10 dependiendo el grado de satisfacción que percibieron en cada inciso.

FASE B.

Aplicación de la técnica de Reestructuración Comunicativa.

Durante la segunda sesión se aplicó a las parejas la técnica de Reestructuración Comunicativa, que consistió en explicar cómo se construye la realidad, cómo ésta puede ser de dos tipos (de primer y segundo orden); y cómo se construye la realidad a partir de los sistemas perceptuales predominantes. Asimismo se les proporcionó reglas a seguir para mejorar su comunicación. Para explicar lo anterior se dieron ejemplos que pudieran ayudar a la comprensión de los conceptos.

Para apoyar en la explicación de los conceptos de realidad de 1° y 2° orden se les ejemplificó mediante el uso de las palabras *hechos* (para la realidad de 1° orden) y *reflexión* (percepción, concepción, interpretación, de 2° orden) evitando el uso de tecnicismos y utilizando en su lugar palabras usuales.

Asimismo se les presentaron ejemplos o situaciones que ilustraran los términos empleados, por medio de dibujos o viñetas. Los ejemplos se describen a continuación:

Ejemplo 1:

Se les presentó por medio de las viñetas a dos personas viendo un partido de fútbol por televisión. Durante el juego, un jugador le comete una falta a un contrario dentro del área chica, por lo que él árbitro marca un tiro penal y expulsa al agresor. Éste es el *hecho*. El aficionado que ve a su equipo favorecido a su equipo con ventaja numérica y la posibilidad de marcar un gol, lo recibe gustoso y opina que se hizo justicia. Por el contrario, el aficionado del equipo que sufre la expulsión y la posibilidad de un gol en contra, se molesta por lo acontecido, e incluso acusa al árbitro de “vendido” y de favorecer al equipo contrario. Las

diferentes reacciones de estos dos aficionados ilustran la *reflexión* (realidad de 2° orden) sobre un mismo *hecho* (1° orden).

Ejemplo 2:

Estas viñetas muestran dos personas, pero en esta ocasión están bebiendo de una botella de vino, y han llegado al momento en que la botella está claramente a la mitad de su contenido. Este es el *hecho*. Para uno de ellos, la botella le parece medio vacía e insuficiente ya que su intención es seguir bebiendo. Para el otro la botella le parece medio llena, puesto que él ya está satisfecho. Estas dos versiones muestran la *reflexión* (2° orden) que cada quién hace del mismo *hecho* (1° orden).

Concepción de la Realidad de acuerdo a los Sistemas Perceptuales.

Para poder dar una explicación acerca de cómo se construye la realidad a partir de los sistemas perceptuales predominantes se les explicó a las parejas mediante unas láminas y dibujos representativos sencillos los sistemas perceptuales considerados por la PNL, que son el visual, auditivo y el cinestésico, los ejemplos son los siguientes:

Para poder ejemplificar estos tres sistemas perceptuales se utilizó un sencillo ejemplo para los tres tipos de sistemas, el cual es: Una persona está observando detalladamente su televisor en su cuarto y sale un personaje en la televisión el cual está contestando una entrevista y está dando a conocer como ha sido su vida, y la persona que está observando el televisor no pierde detalle.

Ejemplo 1.

Sistema Perceptual Visual.

Se les presentó el ejemplo anteriormente citado acerca de una persona que esta observando la entrevista en su televisor, y se percata de que los movimientos de los ojos del entrevistado al momento de contestar las preguntas se dirigen hacia arriba a la derecha e izquierda constantemente, y manteniendo en otro momento la mirada centrada hacia la persona que la esta entrevistando. Además del movimiento de los ojos, también se percata de palabras clave empleadas por la persona para referirse a sus propias experiencias, en este caso propias del sistema visual como mirar, ver, perspectiva, observar, enfocar, visión, imaginar, mostrar, etc, en este ejemplo se puede señalar que la persona tiene un sistema perceptual predominante “visual”.

Ejemplo. 2

Sistema Perceptual Auditivo.

Se les volvió a citar el ejemplo anterior, ahora el televidente se percata de los movimientos de los ojos del entrevistado se dirigen hacia los lados izquierdo o derecho al momento de hablar, su mirada se dirige ya sea a la derecha o izquierda, de un lado a otro, además de que frecuentemente utiliza palabras clave como escuchar, oír. tono, notar, oigo, sonar, resonar, etc, en este caso se trata de una persona con un sistema perceptual predominante “auditivo”.

Ejemplo 3.

Sistema Perceptual Cinestésico.

Basados en el mismo ejemplo, el televidente se percata que la persona que está contestando la entrevista presenta movimientos oculares hacia abajo a la izquierda, esto significa que esta persona está hablando consigo mismo (existe un

dialogo interno), pero también tiene movimientos hacia abajo a la derecha, lo cual se puede considerar como experimentar sensaciones táctiles, sabores y olores, además de que pronuncia palabras en su diálogo como tocar, contacto, acariciar, áspero, agarrar, presión, estrés, suave, etc. Se trata de una persona con un sistema perceptual predominante “cinestésico”.

Una vez que se les dio a conocer en qué consisten cada uno de los tres sistemas perceptuales predominantes mediante los ejemplos, se les pidió a los usuarios que se pusieran a conversar cualquier cosa entre ellos observándose el uno al otro a los ojos, tratando de no perder la mirada de su pareja mientras dialogan acerca de un tema, esto con la finalidad de que identificaran el sistema perceptual predominante de su pareja. En caso de que asistiera solo un miembro de la pareja se le pedía que recordara alguna conversación con su pareja, haciéndose énfasis en los movimientos oculares y en las palabras que utilizara con frecuencia, para hacer una hipótesis sobre el sistema perceptual de su pareja, misma que comprobaría después.

El siguiente paso de la técnica RC fue el de proponer algunas reglas a seguir para mejorar su convivencia y poder discutir acerca de sus problemas, haciendo hincapié en que toda conducta es comunicación, ya que esta última incluye tanto a las palabras, como a los gestos y posturas que lo acompañan, las reglas que debían seguir fueron las siguientes:

- “No usar argumentos del pasado al tratar de resolver algún problema “. En esta regla se hizo ver a las parejas, que no tiene caso hablar del pasado o de cosas que han pasado, y al contrario se les hizo notar que tiene más importancia el presente y el futuro.

-“Tratar de comunicarse no estando alterados emocionalmente (enojados)”, esto no significa que no se puedan enojar, sino que deberán evitar discutir cuando identifiquen la primera respuesta fisiológica de ira o enojo, esto es, que cada

miembro de la pareja deberá identificar en si mismo esta primera respuesta y decirle al otro que se posponga la comunicación hasta que se haya tranquilizado.

- “No utilizar argumentos basados en la familia del otro compañero de la pareja.”

En esta regla se les hizo notar a las parejas que no es bueno hacer comparaciones ya sea de la misma pareja o de la familia o familiar o alguien más cercano a la pareja, ya que no hay que hacer comparaciones ya que en la mayoría de los casos las hacemos en términos negativos.

Una vez que se les explico los pasos de la técnica, se les dio cita para regresar quince días después, dejándoles como tarea principal el que discutieran sobre su problemática y que llegaran a un acuerdo, siguiendo las reglas de interacción anteriormente descritas.

FASE C

En esta fase se volvió a realizar una evaluación de la pareja, para comprobar los posibles cambios obtenidos en la estructura de la pareja (nivel de disfuncionalidad). Se les volvió a aplicar las escalas anteriormente citadas, para poder comprobar si hubo o no cambios en su percepción de su relación de pareja, y comprobar si hubo cambios a raíz de la aplicación de la técnica de Reestructuración Comunicativa. De manera particular, se dio seguimiento a cada caso hasta alcanzar los objetivos propuestos por los usuarios.

Grupo Control

Fase A

De forma similar al procedimiento llevado a cabo con el grupo experimental, se recabó información sobre el problema por medio de entrevista. A su vez se aplicaron las escalas BPI y BPP, y se citaban hasta pasadas dos semanas para evaluar los posibles cambios. No se realizaron hipótesis respecto a qué tipo de

pacientes serían ni sobre sus sistemas preceptuales ni sobre su estructura familiar.

No se aplicó Fase B.

Fase C

Se realizó nuevamente la aplicación de las escalas de BPI y BPP así como una entrevista para evaluar los posibles cambios en el problema reportado inicialmente. De forma particular se les ofreció a los usuarios la posibilidad de iniciar un proceso de intervención.

6.3 RESULTADOS

Se presentan los resultados encontrados con 30 casos; 15 correspondientes al grupo experimental y 15 del grupo control. En primer lugar se describirán los resultados correspondientes al grupo experimental.

De los 15 casos 4 (26.7%) pertenecen al ciclo vital de noviazgo; otros 4 (26.7%) pertenecen al ciclo vital matrimonio con hijos pequeños; 3 casos (20%) al de matrimonio con hijos en edad escolar y 4 (26.7%) corresponden al de matrimonio con hijos adultos (ver Tabla 1).

TABLA 1: ETAPAS DEL CICLO VITAL

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Noviazgo	4	26.7
Matrimonio con hijos pequeños	4	26.7
Matrimonio con hijos en edad escolar	3	20
Matrimonio con hijos adultos	4	26.7

En el grupo experimental se encontró que el paciente identificado en 2 de los casos era el padre, en 10 la madre, en 2 el hijo mayor y en 1 caso el hijo de en medio. Quien solicitó el servicio en la mayoría de los casos fue la mujer y sólo en dos lo hizo el hombre.

TABLA 2: PACIENTE IDENTIFICADO

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Padre	2	13.3

Madre	10	66.6
Hijo mayor	2	13.3
Hijo intermedio	1	6.7

Las familias estuvieron conformadas de la siguiente forma: 5 familias por 4 integrantes (33.3); 4 familias (26.7%) por 5 integrantes; 4 familias (26.7%) por 2 integrantes; y 2 (13.3%) por 3 integrantes (ver Tabla 3).

TABLA 3: NÚMERO DE INTEGRANTES DE LA FAMILIA

Número de integrantes	Frecuencia	Porcentaje
2	4	26.7
3	2	13.3
4	5	33.3
5	4	26.7

El sistema perceptual predominante que se encontró en los usuarios con mayor frecuencia, 8 casos (53.3%) fue el visual, mientras que el menor, con 3 casos (20%) fue el Visual-Cinestésico, 4 casos (26.7%) la mezcla de visual-auditivo (ver Tabla 4).

TABLA 4: SISTEMA PERCEPTUAL PREDOMINANTE DEL USUARIO

Sistema perceptual predominante	Frecuencia	Porcentaje
Visual	8	53.3
Visual- Cinestésico	3	20
Visual-auditivo	4	26.7

Por otro lado, el tipo de usuario que predominó fue el tipo A, con 11 casos (73.3%), el tipo B tuvo una frecuencia de 2 casos (13.3%) y el tipo C, 2 casos (13.3%), (ver Tabla 5).

TABLA 5: CLASIFICACIÓN DE LOS TIPOS DE USUARIO

Tipos de usuario	Frecuencia	Porcentaje
A	11	73.3
B	2	13.3
C	2	13.3

CLASIFICACIÓN DE QUEJAS

En base a las quejas reportadas en las primeras sesiones se hizo una pequeña clasificación de ellas. Cabe señalar que algunas parejas reportaron más de una queja.

TABLA 6: CLASIFICACIÓN DE LOS TIPOS DE QUEJA

Tipo de queja	Frecuencia
Problemas de comunicación	8
Celos	4
Diferencias en educación de los hijos	3
Separación	2
Adicciones	1

6.3.1 RESULTADOS FASE A (IDENTIFICACIÓN DE LA ESTRUCTURA FAMILIAR)

LÍMITES EN EL SUBSISTEMA CONYUGAL

En 11 de los casos (73.3%), los límites en el subsistema conyugal fueron difusos, en 4 (26.7%) fueron límites rígidos (ver Tabla 7).

TABLA 7: LÍMITES EN EL SUBSISTEMA CONYUGAL

Tipos de límites	Frecuencia	Porcentaje
Difusos	11	73.3
Rígidos	4	26.7

LÍMITES EN EL SUBSISTEMA PARENTAL

En el subsistema parental, 8 casos (53.3%) tuvieron límites difusos, en 4 casos (26.7%) no hubo hijos y en 3 casos (20%) se presentaron límites claros (ver Tabla 8).

TABLA 8: LÍMITES EN EL SUBSISTEMA PARENTAL

Tipos de límites	Frecuencia	Porcentaje
Claros y/o flexibles	3	20
Difusos	8	53.3
No hubo hijos	4	26.7

LÍMITES EN EL SUBSISTEMA FRATERNO

En el subsistema fraterno en 3 casos (20%) hubieron límites difusos, en 6 (40%) fueron claros, y en 6 (40%) no había hermanos (ver Tabla 9).

TABLA 9: LÍMITES EN EL SUBSISTEMA FRATERNO

Tipos de límites	Frecuencia	Porcentaje
Claros y/o flexibles	6	40
Difusos	3	20
No hay hermanos	6	40

LÍMITES AL EXTERIOR

Al exterior se encontró que en 8 casos (53.3%) hubieron límites claros y en los 7 casos restantes (46.7%) límites difusos (ver Tabla 10).

TABLA 10: LÍMITES AL EXTERIOR

Tipos de límites	Frecuencia	Porcentaje
Claros	8	53.3
Difusos	7	46.7

JERARQUÍA

En 6 casos (40%) la madre tuvo la jerarquía, en 2 casos (13.3%) sólo el padre, y en 7 (46.7%) ambos padres, (ver Tabla 11).

TABLA 11: MIEMBROS DE LA FAMILIA EN QUIENES RECAÍA LA JERARQUÍA

Miembros de la familia	Frecuencia	Porcentaje
Padre	2	13.3
Madre	6	40
Ambos	7	46.7

COALICIONES

Se encontró 1 caso que presentó coaliciones madre-hijos contra el padre (6.7%), y el resto (14 casos) no se detectaron coaliciones (93.3%) (ver Tabla 12).

TABLA 12: TIPOS DE COALICIONES ENCONTRADAS

Miembros de la familia	Frecuencia	Porcentaje
Madre - hijo(s) vs padre	1	6.7
No hay	14	93.3

HIJO PARENTAL

En 14 casos (93.3%) no hubo hijo parental, mientras que en 1 caso (6.7%) fue el hijo mayor (ver Tabla 13).

TABLA 13: HIJO PARENTAL

Miembros de la familia	Frecuencia	Porcentaje
Hijo mayor	1	6.7
No hay	14	93.3

PADRE EN FUNCIÓN DE HIJO

No hubo en ningún caso.

CENTRALIDAD POSITIVA

En 9 de los casos (60%) no hubo, en 2 (13.3%) fue el hijo mayor, en 1 (6.7%) el hijo de en medio (2%), en 1 (6.7%) fue la madre, en 1 (6.7%) fue el padre, y en otro (6.7%) fue el padre e hijo de en medio (ver Tabla 14).

TABLA 14: CENTRALIDAD POSITIVA

Integrantes de la familia	Frecuencia	Porcentaje
Padre	1	6.7
Madre	1	6.7
Hijo mayor	2	13.3
Hijo de en medio	1	6.7
Padre e hijo menor	1	6.7
No hay	9	60

CENTRALIDAD NEGATIVA

Con una frecuencia de 6 casos (40%) se encontró que la centralidad negativa correspondía al padre, con una frecuencia de 3 (20%) al hijo mayor, con 3 (20%) ambos miembros, en un caso (6.7%) se ubicó a la madre como central negativo (ver Tabla 15).

TABLA 15: CENTRALIDAD NEGATIVA

Integrantes de la familia	Frecuencia	Porcentaje
Padre	6	40
Madre	1	6.7
Hijo mayor	3	20
Ambos miembros de la pareja	3	20
No hay	2	13.3

PERIFERIA

En 6 casos (40%) el padre fue periférico, en 1 (6.7%) la madre, en un caso (6.7%) fueron el padre e hijo mayor (6.7%), y en 7 casos (46.7%) no se encontró periferia (ver Tabla 16).

TABLA 16: PERIFERIA

Integrantes de la familia	Frecuencia	Porcentaje
Padre	6	40
Madre	1	6.7
Padre e Hijo Mayor	1	6.7
No hay	7	46.7

ALIANZAS

En dos casos (13.3%) se observó la alianza de padre-madre, en otros 2 casos (13.3%) se observó entre hermanos, y en los 11 restantes (73.3%) no hubo alianzas (ver Tabla 17).

TABLA 17:ALIANZAS

Integrantes de la familia	Frecuencia	Porcentaje
Padre-madre	2	13.3
Hermanos	2	13.3
No hay	11	73.3

TRIANGULACIONES

Sólo en 1 caso (6.7%) se presentó entre padre-madre-hijo y en los 14 restantes (93.3%) no se observó (ver Tabla 18).

TABLA 18: TRIANGULACIONES

Integrantes de la familia	Frecuencia	Porcentaje
Padre - hijo – madre	1	6.7
No hay	14	93.3

CONFLICTOS

De los 15 casos todos los conflictos que se encontraron fueron entre el padre y la madre.

SOBREINVOLUCRAMIENTO

En 12 de los casos (80%) esta variable no se presentó, en 2 (13.3%) fue entre la madre y el hijo(a) y en un caso (6.7%) entre la madre, el padre y el hijo(a) (ver Tabla 19).

TABLA: 19 SOBREINVOLUCRAMIENTO

Miembros de la familia	Frecuencia	Porcentaje
No se presentó	12	80
Madre – hijo(a)	2	13.3
Madre - hijo(a), padre – hijo(a)	1	6.7

RESULTADOS FASE C

6.3.2 (IDENTIFICACIÓN DE LOS EFECTOS DE LA TÉCNICA RC)

Grupo Experimental

En 12 casos (80%) se halló al menos un cambio positivo en la estructura, mientras que en los 3 casos restantes (20%) no se halló ninguno (ver Tabla 20).

TABLA: 20 CAMBIOS PRESENTADOS CON LA TÉCNICA RC.

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Núm. de casos que cambiaron	12	80
Núm. de casos que no cambiaron	3	20

CAMBIOS EN LÍMITES EN EL SUBSISTEMA CONYUGAL

De 15 casos que había con límites difusos o rígidos, 11 cambiaron a límites claros (73.3%), y en un caso (6.7 %) se observó el cambio de rígidos a flexibles parcialmente, es decir; en 12 de estos casos (80%) se observó algún tipo de cambio, mientras que en los 3 casos restantes (20%) no se halló cambio alguno (ver Tabla 21).

TABLA 21: CAMBIOS EN LOS LÍMITES EN EL SUBSISTEMA CONYUGAL

Tipos de límites	Frecuencia	Porcentaje
Límites disfuncionales	15	100
De difusos a claros	11	73.3
De rígidos a flexibles parcialmente	1	6.7
No cambios	3	20

CAMBIOS EN LÍMITES EN EL SUBSISTEMA PARENTAL

De los 15 casos, 4 no tenían hijos y en 8 casos (100%) que tenían límites disfuncionales 3 de ellos (37.5%) cambiaron a límites claros, y en 5 (62.5%) no se hallaron cambios (ver Tabla 22).

TABLA 22: CAMBIOS EN LOS LÍMITES EN EL SUBSISTEMA PARENTAL

Tipos de límites	Frecuencia	Porcentaje
Límites disfuncionales	8	100
De difusos a claros	3	37.5
No cambios	5	62.5

CAMBIOS EN LÍMITES EN EL SUBSISTEMA FRATERO

De 3 casos (20%) que habían con límites disfuncionales no hubo cambios. En el resto de los casos los límites eran claros o no había hermanos

TABLA 23: CAMBIOS EN LOS LÍMITES EN EL SUBSISTEMA FRATERO

Tipos de límites	Frecuencia	Porcentaje
No hay cambios	3	20
Claros y/o flexibles	6	40

No hay hermanos	6	40
-----------------	---	----

CAMBIOS EN LÍMITES AL EXTERIOR

De los 7 casos (100%) en los cuales se detectaron límites difusos 1 de ellos (14.28%) cambiaron a límites claros, 3 (42.85%) cambiaron de difusos a claros parcialmente y en los 3 casos restantes (42.85%) no se encontraron cambios (ver Tabla 24).

TABLA 24: CAMBIOS EN LÍMITES AL EXTERIOR

Tipos de límites	Frecuencia	Porcentaje
Límites disfuncionales	7	100
De difusos a claros	1	14.28
De difusos a claros parcialmente	3	42.85
No cambios	3	42.85

CAMBIOS EN JERARQUÍA

De 8 casos (100%) donde la jerarquía no la tenían ambos padres, en 2 casos (25%) la jerarquía pasó de uno a ambos padres, mientras que en los 6 casos restantes (75%) no se presentaron cambios (ver Tabla 25).

TABLA 25: CAMBIOS EN JERARQUÍA

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Jerarquías disfuncionales	8	100
De uno a ambos padres	2	25
No cambios	6	75

CAMBIOS EN COALICIONES

De 1 caso (100%) en el que se hallaron coaliciones, no hubo cambios.

CAMBIOS EN HIJO PARENTAL.

De 1 caso (100%) en el que se halló hijo parental, no hubo cambios.

CAMBIOS EN CENTRALIDAD NEGATIVA

Se había detectado en 13 casos (100%) centralidad negativa, en 8 de ellos (61.53%) desapareció y en los 5 casos restantes (38.47%) permaneció sin cambios (ver Tabla 26).

TABLA 26: CAMBIOS EN CENTRALIDAD NEGATIVA

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Casos de centralidad negativa	13	100
Desaparecieron	8	61.53
No cambios	5	38.47

CAMBIOS EN PERIFERIA

De 8 casos (100%) en los cuales se detectó periferia por parte de alguno de los integrantes de la familia, en 4 de ellos (50%) desapareció la periferia, mientras que en los 4 casos restantes (50%) no se hallaron cambios (ver Tabla 27).

TABLA 27: CAMBIOS EN PERIFERIA

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Casos de periferia	8	100
Desaparecieron	4	50
No cambios	4	50

CAMBIOS EN ALIANZA

De los 11 casos (100%) en que no se detectaron alianzas, en 2 casos (18.19%) se formaron nuevas alianzas parentales, mientras que en los 9 restantes (81.81%) no se presentaron cambios (ver Tabla 28).

TABLA 28: CAMBIOS EN ALIANZAS

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Casos sin alianzas	11	100
Nueva alianza parental	2	18.19
No cambios	9	81.81

CAMBIOS EN SOBREENVOLUCRAMIENTO

De los 3 casos (100%) en los cuales se presentó el sobreinvolucramiento, en uno de ellos (33.3%) desapareció esta categoría, mientras que en los 2 restantes (66.6%) no se presentaron cambios (ver Tabla 29).

TABLA 29: CAMBIOS EN SOBREENVOLUCRAMIENTO

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Casos de sobreinvolucramiento	3	100
Desapareció	1	33.3
No cambios	2	66.6

CAMBIOS EN TRIANGULACIONES

De 1 caso (100%) en el que se encontraron triangulaciones, hubo desaparición del mismo.

CAMBIOS EN CONFLICTOS

De los 15 casos (100%) en los que se halló al menos un conflicto, en 6 de ellos (40%) desaparecieron en su totalidad, en 6 casos (40%) al menos desapareció uno de esos conflictos y en los 3 casos restantes (20%) no se hallaron cambios (ver Tabla 30).

TABLA 30: CAMBIOS EN CONFLICTOS

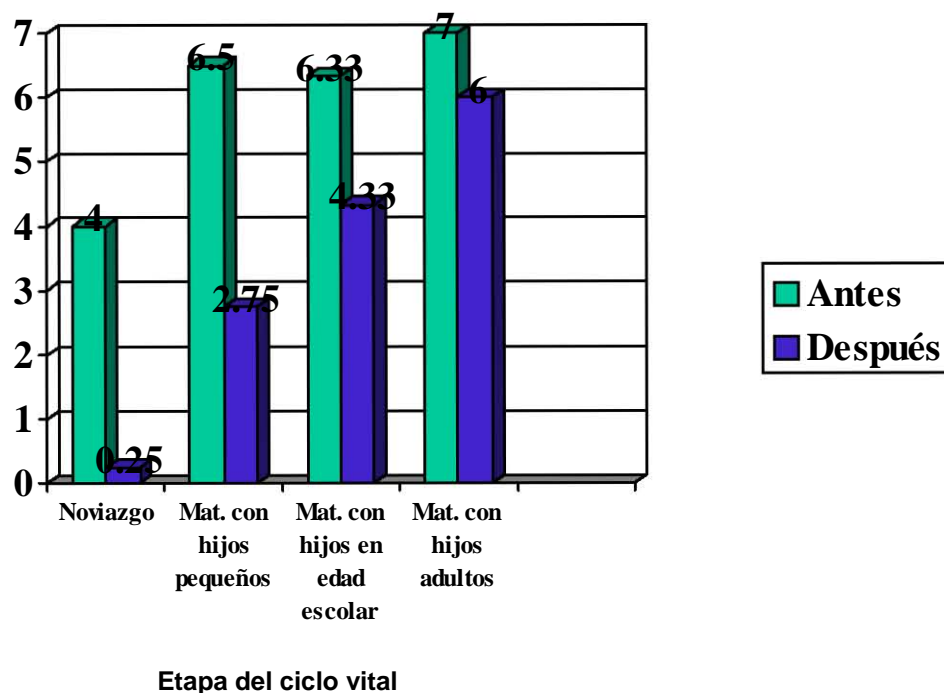
Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Casos que presentaban conflictos	15	100
Desaparecieron todos	6	40
Desapareció uno	6	40
No cambios	3	20

ETAPAS DEL CICLO VITAL DE LA FAMILIA

Analizado la variable etapas del ciclo vital de la familia con relación a la disfuncionalidad de la estructura antes y después de la aplicación de la RC se puede observar en la Figura 1 que en la etapa de matrimonio con hijos adultos es

donde se detecta un mayor grado de disfuncionalidad (de 7), siguiéndole la de matrimonio con hijos pequeños (6.5), la de matrimonio con hijos en edad escolar (6.33) y en última instancia la etapa de noviazgo (4); después de la aplicación de la técnica la etapa que mostró una mayor disminución en el nivel de disfuncionalidad fue la de noviazgo, ya que descendió a 0.25 con una diferencia entre las medias de 3.75; junto con la etapa de matrimonio con hijos pequeños descendiendo a 2.75 con una diferencia de 3.75; la etapa de matrimonio con hijos en edad escolar descendió a 4.33 con una diferencia entre medias de 2; finalmente la etapa en la que se observó menor disminución del grado de disfuncionalidad fue la de matrimonio con hijos adultos ya que descendió a 6 con una diferencia de 1.

Fig. 1 Disfuncionalidad antes y después de la RC por etapa del ciclo vital



TIPO DE USUARIO.

En base a la variable tipo de usuario se compararon las medias en cuanto a disfuncionalidad antes y después de la aplicación de la técnica RC, encontrándose

mayor diferencia (de 3.09) entre los usuarios de tipo A, seguido por los usuarios tipo C con 2 de diferencia, y los de tipo B con 1 de diferencia después de la aplicación de la técnica. Cabe señalar que la muestra es pequeña, y más del 70% de ella fueron usuarios tipo A.

TABLA 31. MEDIAS DEL NIVEL DE DISFUNCIONALIDAD POR TIPO DE USUARIO ANTES Y DESPUÉS DE LA APLICACIÓN DE LA RC.

TIPO DE USUARIO	DISFUNCIONALIDAD ANTES	DISFUNCIONALIDAD DESPUÉS	DIFERENCIA
A (N = 11)	5.73	2.64	3.09
B (N = 2)	7.5	6.5	1
C (N = 2)	5.5	3.5	2

CAMBIOS EN LA QUEJA

En 10 casos (66.6%) se modificó positivamente, en 2 (13.4%) desapareció, y en los 3 restantes (20%) no se presentaron cambios (ver Tabla 32).

TABLA 32: CAMBIOS EN LA QUEJA

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Modificación positiva	10	66.6
Desapareció	2	13.4
No cambios	3	20

ESTADO ACTUAL DE LOS USUARIOS

Se dieron de alta a 10 usuarios (66.6%), y desertaron 5 usuarios (33.3%). (Ver tabla 33).

TABLA 33: ESTADO ACTUAL DE LOS USUARIOS

Categorías	Frecuencia	Porcentaje
Alta	10	66.6
Deserción	5	33.3

NÚMERO DE SESIONES

El número promedio de sesiones por caso fue de 6.2, el menor fue de 3 sesiones y el mayor de 16 sesiones.

PASOS DE LA TÉCNICA RC

En las sesiones posteriores a la aplicación de la técnica RC se les preguntó a los usuarios sobre cuál o cuáles de los componentes de la técnica a su juicio le había resultado más útil. Esto fue para evaluar los pasos de la técnica, y ver cuál a juicio de los usuarios les resultó más útil para su situación particular. Por otro lado, no se considera que por sí misma la sola aplicación haya solucionado los problemas de los usuarios. Los resultados se describen en la tabla siguiente, tomando en cuenta que una misma pareja pudo haber mencionado más de uno.

Tabla 34: Componentes de la técnica RC

Componente técnica RC	Frecuencia
Concepción de la realidad	4
Sistemas preceptuales	1
Reglas de convivencia	11

ESCALAS DE BIENESTAR PSICOLÓGICO INDIVIDUAL Y DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LA PAREJA

Las escalas se aplicaron en los 15 casos (100%) antes y después de la aplicación de la técnica RC. El promedio en la escala de Bienestar Psicológico Individual antes de la aplicación para los hombres fue de 6.89 y para las mujeres 5.69. Después de la aplicación de la técnica RC el promedio para los hombres fue de 7.56 y para las mujeres de 7.38. En el caso de la escala de Bienestar Psicológico en la Pareja, el promedio antes de la aplicación para los hombres fue

de 5.56 y para las mujeres 4.92, después de la aplicación de la técnica la media para los hombres fue de 6.44 y de 6.77 para las mujeres (ver tabla 35).

TABLA 35. RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO INDIVIDUAL Y EN LA PAREJA.

Escala	Promedio Antes		Promedio Después	
	Él	Ella	Él	Ella
Bienestar Psic. Individual	6.89	5.69	7.56	7.38
Bienestar Psic. En Pareja	5.56	4.92	6.44	6.77

Resultados del Grupo control

De los 15 casos 4 (26.7%) pertenecen al ciclo vital de noviazgo; otros 2 (13.3%) pertenecen al ciclo vital matrimonio con hijos pequeños; 3 casos (20%) al de matrimonio con hijos en edad escolar y 6 (40%) corresponden al de matrimonio con hijos adultos (ver Tabla 36).

TABLA 36: ETAPAS DEL CICLO VITAL

Categoría	Frecuencia	Porcentaje
Noviazgo	4	26.7
Matrimonio con hijos pequeños	2	13.3
Matrimonio con hijos en edad escolar	3	20
Matrimonio con hijos adultos	6	40

ESCALAS DE BIENESTAR PSICOLÓGICO INDIVIDUAL Y DE BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LA PAREJA

Las escalas se aplicaron en los 15 casos (100%) con período de quince días entre la primera y la segunda aplicación. Como se recordará el grupo control no se le aplicó la técnica RC. El promedio en la escala de Bienestar Psicológico Individual en la primer aplicación para los hombres fue de 7 y para las mujeres

6.71. En la segunda aplicación de la escala el promedio para los hombres fue de 6.78 y para las mujeres de 6.14. En el caso de la escala de Bienestar Psicológico en la Pareja, el promedio de la primera aplicación para los hombres fue de 6.56 y para las mujeres 5, en la segunda aplicación la media para los hombres fue de 6.56 y de 4.86 para las mujeres (ver tabla 37).

TABLA 37. RESULTADOS DE LA APLICACIÓN DE LA ESCALA DE BIENESTAR PSICOLÓGICO INDIVIDUAL Y EN LA PAREJA.

Escala	Promedio Antes		Promedio Después	
	Él	Ella	Él	Ella
Bienestar Psic. Individual	7	6.71	6.78	6.14
Bienestar Psic. En Pareja	6.56	5	6.56	4.86

ANÁLISIS INFERENCIAL PARA PRUEBA DE HIPÓTESIS

Disfuncionalidad.- Con base en la variable disfuncionalidad, la cual fue medida antes y después de la aplicación de la RC, se evalúa estadísticamente la eficacia de la aplicación de dicha técnica, para ello se aplicó la prueba de rangos señalados de Wilcoxon encontrándose que existen diferencias estadísticamente significativas entre ambas mediciones en cuanto al grado de disfuncionalidad, ya que la probabilidad asociada es 0.003, la cual es menor que el nivel de significancia de .05 (Ver Tabla 38).

Rangos

		N	Media Rango	Suma de Rangos
disfuncionalidad después de la RC - grado de disfuncionalidad	Rangos negativos	11(a)	6.00	66.00
	Rangos positivos	0(b)	.00	.00
	Empates	4(c)		
	Total	15		

a disfuncionalidad después de la RC < grado de disfuncionalidad

- b disfuncionalidad después de la RC > grado de disfuncionalidad
 c grado de disfuncionalidad = disfuncionalidad después de la RC

Prueba estadística

	disfuncionalidad después de la RC - grado de disfuncionalidad
Z	-2.952(a)
Asintota. Sig. (2- colas)	.003

- a Basada en rangos positivos.
 b Prueba de rangos señalados de Wilcoxon

TABLA 38. Se muestran los resultados de la aplicación de la prueba de rangos de Wilcoxon a la variable disfuncionalidad antes y después de la aplicación de la RC.

Puntajes totales a las Escalas de Bienestar Psicológico Individual y de Pareja.- Al analizar la variable de los puntajes totales reportados por los usuarios (sin importar si fueron hombres o mujeres) se observan diferencias significativas en el bienestar psicológico individual entre antes y después de la aplicación de la técnica RC ya que la probabilidad asociada es de 0.004, así como en el bienestar psicológico de pareja con una probabilidad asociada de 0.001, ambas inferiores al nivel de significancia de .05 (Ver Tabla 39).

Rangos

		N	Media Rango	Suma de Rangos
bienestar psic. ind. desp - bienestar psic. ind. antes	Rangos negativos	1(a)	7.50	7.50
	Rangos positivos	13(b)	7.50	97.50
	Empates	8(c)		
	Total	22		
bienestar psic. de pareja desp. - bienestar psic. de pareja antes	Rangos negativos	1(d)	4.50	4.50
	Rangos positivos	14(e)	8.25	115.50
	Empates	7(f)		
	Total	22		

- a bienestar psic. ind. desp < bienestar psic. ind. antes

- b bienestar psic. ind. desp > bienestar psic. ind. antes
- c bienestar psic. ind. desp = bienestar psic. ind. antes
- d bienestar psic. de pareja desp. < bienestar psic. de pareja antes
- e bienestar psic. de pareja desp. > bienestar psic. de pareja antes
- f bienestar psic. de pareja desp. = bienestar psic. de pareja antes

Prueba estadística

	bienestar psic. ind. desp - bienestar psic. ind. antes	bienestar psic. de pareja desp. - bienestar psic. de pareja antes
Z	-2.847(a)	-3.210(a)
Asymp. Sig. (2-tailed)	.004	.001

a Basada en rangos positivos.

b Prueba de rangos señalados de Wilcoxon

Tabla 39. Resultados de la prueba de Wilcoxon para probar la efectividad de la RC en relación a los puntajes totales a la escala de bienestar psicológico individual y a la escala de bienestar psicológico de pareja.

Bienestar Psicológico Individual.- Otra variable que al ser analizada estadísticamente da indicios (al menos en las mujeres) de que la técnica RC tuvo efectos positivos es el bienestar psicológico reportado por los usuarios antes y después de la aplicación de dicha estrategia, ya que como se puede observar en la Tabla 40, se aplicó la Prueba de Wilcoxon y los resultados demuestran que en el caso de las mujeres existen diferencias estadísticamente significativas entre los puntajes obtenidos antes de la aplicación y los obtenidos después, ya que la probabilidad asociada fue 0.011, la cual es menor al nivel de significación de .05; no así en los hombres al tener una probabilidad asociada de 0.202.

Rangos

		N	Media Rango	Suma de Rangos

escala de bienestar psic. después él -	Rangos Negativos	1(a)	4.50	4.50
escala de bienestar psic. antes él	Rangos Positivos	5(b)	3.30	16.50
	Empates	3(c)		
	Total	9		
escala de bienestar psic. después ella -	Rangos Negativos	0(d)	.00	.00
escala de bienestar psic. antes ella	Rangos Positivos	8(e)	4.50	36.00
	Empates	5(f)		
	Total	13		

a escala de bienestar psic. después él < escala de bienestar psic. antes él

b escala de bienestar psic. después él > escala de bienestar psic. antes él

c escala de bienestar psic. después él = escala de bienestar psic. antes él

d escala de bienestar psic. después ella < escala de bienestar psic. antes ella

e escala de bienestar psic. después ella > escala de bienestar psic. antes ella

f escala de bienestar psic. después ella = escala de bienestar psic. antes ella

Prueba estadística

	escala de bienestar psic. después él - escala de bienestar psic. antes él	escala de bienestar psic. después ella - escala de bienestar psic. antes ella
Z	-1.276(a)	-2.530(a)
Asíntota. Sig. (2-colas)	.202	.011

a Basada en rangos negativos.

b Prueba de rangos señalados de Wilcoxon

Tabla 40. Resultados de la prueba de Wilcoxon para probar la efectividad de la RC en relación a la escala de bienestar psicológico individual.

Bienestar Psicológico en la Pareja. Esta variable al ser analizada estadísticamente también da indicios de que la técnica RC tuvo efectos positivos reportados por los usuarios antes y después de la aplicación de dicha estrategia,

ya que como se puede observar en la Tabla 41, de igual modo se aplicó la Prueba de Wilcoxon y los resultados demuestran que en el caso de las mujeres existen diferencias estadísticamente significativas entre los puntajes obtenidos antes de la aplicación y los obtenidos después, ya que la probabilidad asociada fue 0.007, la cual es menor al nivel de significación de .05; no así en los hombres al tener una probabilidad asociada de 0.096

Rangos

		N	Media Rango	Suma de Rangos
escala de bienestar pareja después él - escala de bienestar pareja antes él	Rangos Negativos	1(a)	3.00	3.00
escala de bienestar pareja después ella - escala de bienestar pareja antes ella	Rangos Positivos	5(b)	3.60	18.00
	Empates	3(c)		
	Total	9		
escala de bienestar pareja después él < escala de bienestar pareja antes él	Rangos Negativos	0(d)	.00	.00
escala de bienestar pareja después ella < escala de bienestar pareja antes ella	Rangos Positivos	9(e)	5.00	45.00
	Empates	4(f)		
	Total	13		

a escala de bienestar pareja después él < escala de bienestar pareja antes él

b escala de bienestar pareja después él > escala de bienestar pareja antes él

c escala de bienestar pareja después él = escala de bienestar pareja antes él

d escala de bienestar pareja después ella < escala de bienestar pareja antes ella

e escala de bienestar pareja después ella > escala de bienestar pareja antes ella

f escala de bienestar pareja después ella = escala de bienestar pareja antes ella

Prueba estadística

	escala de bienestar pareja después él - escala de bienestar pareja antes él	escala de bienestar pareja después ella - escala de bienestar pareja antes ella
--	---	---

Z	-1.667(a)	-2.680(a)
Asíntota. Sig. (2- colas)	.096	.007

a Basada en rangos negativos.

b Prueba de rangos señalados de Wilcoxon

Tabla 41. Resultados de la prueba de Wilcoxon para probar la efectividad de la RC en relación a la escala de bienestar psicológico en la pareja.

rupo Control

Bienestar Psicológico Individual.-Esta variable al ser analizada estadísticamente da indicios en las mujeres de cambios en el bienestar psicológico, ya que como se puede observar en la Tabla 42, se aplicó la Prueba de Wilcoxon y los resultados demuestran que en el caso de las mujeres existen diferencias estadísticamente significativas entre los puntajes obtenidos antes y después, ya que la probabilidad asociada fue 0.039, la cual es menor al nivel de significación de .05. Cabe señalar que este cambio puede considerarse como negativo en el sentido de que el bienestar Psicológico individual disminuyó con el paso del tiempo, si tomamos en cuenta las medias obtenidas de la escala descrita en la tabla 35. En los hombres no hubieron cambios estadísticamente significativos al presentar una probabilidad asociada de 0.480.

Rangos

		N	Mean Rank	Sum of Ranks
escala de bienestar psic. después él -	Rangos Negativos	3(a)	3.33	10.00
escala de bienestar psic. antes él	Rangos Positivos	2(b)	2.50	5.00
	Empates	4(c)		
	Total	9		
escala de bienestar psic. después ella -	Rangos Negativos	5(d)	3.00	15.00
escala de	Rangos Positivos	0(e)	.00	.00
	Empates	9(f)		

bienestar psic. antes ella	Total	14	
----------------------------	-------	----	--

- a escala de bienestar psic. después él < escala de bienestar psic. antes él
 b escala de bienestar psic. después él > escala de bienestar psic. antes él
 c escala de bienestar psic. después él = escala de bienestar psic. antes él
 d escala de bienestar psic. después ella < escala de bienestar psic. antes ella
 e escala de bienestar psic. después ella > escala de bienestar psic. antes ella
 f escala de bienestar psic. después ella = escala de bienestar psic. antes ella

Prueba estadística

	escala de bienestar psic. después él - escala de bienestar psic. antes él	escala de bienestar psic. después ella - escala de bienestar psic. antes ella
Z	-.707(a)	-2.060(a)
Asíntota. Sig. (2- colas)	.480	.039

- a Basada en rangos negativos.
 b Prueba de rangos señalados de Wilcoxon

Tabla 42. Resultados de la prueba de Wilcoxon en relación a la escala de bienestar psicológico individual.

Bienestar Psicológico en la Pareja. Esta variable al ser analizada estadísticamente indica que no hubo cambios ya que como se puede observar en la Tabla 43, se aplicó la Prueba de Wilcoxon y los resultados demuestran que no existen diferencias estadísticamente significativas entre los puntajes obtenidos antes de la aplicación y los obtenidos después, ya que la probabilidad asociada fue 0.750 en el caso de las mujeres, la cual es mayor al nivel de significación de .05; y en los hombres al tener una probabilidad asociada de 1.000

Rangos

		N	Media Rango	Suma de Rangos
escala de bienestar pareja después él - escala de bienestar pareja antes él	Rangos Negativos	1(a)	1.50	1.50
escala de bienestar pareja después ella - escala de bienestar pareja antes ella	Rangos Positivos	1(b)	1.50	1.50
	Empates	7(c)		
	Total	9		
escala de bienestar pareja después él < escala de bienestar pareja antes él	Rangos Negativos	4(d)	3.00	12.00
escala de bienestar pareja después ella < escala de bienestar pareja antes ella	Rangos Positivos	2(e)	4.50	9.00
	Empates	8(f)		
	Total	14		

a escala de bienestar pareja después él < escala de bienestar pareja antes él

b escala de bienestar pareja después él > escala de bienestar pareja antes él

c escala de bienestar pareja después él = escala de bienestar pareja antes él

d escala de bienestar pareja después ella < escala de bienestar pareja antes ella

e escala de bienestar pareja después ella > escala de bienestar pareja antes ella

f escala de bienestar pareja después ella = escala de bienestar pareja antes ella

Prueba estadística

	escala de bienestar pareja después él - escala de bienestar pareja antes él	escala de bienestar pareja después ella - escala de bienestar pareja antes ella
Z	.000(a)	-.318(b)
Asíntota. Sig. (2-colas)	1.000	.750

a Basada en rangos negativos.

b Prueba de rangos señalados de Wilcoxon

Tabla 43. Resultados de la prueba de Wilcoxon en relación a la escala de bienestar psicológico en la pareja.

Comparación entre grupos. Al hacer este tipo de análisis mediante la prueba U de Mann-Whitney se observa que en la primera aplicación de las escalas no hubo diferencias significativas entre los grupos experimental y control para las puntuaciones en las escalas de bienestar psicológico individual y de pareja, ya que en general la probabilidad asociada es mayor al nivel de significación de .05. En cuanto a la segunda aplicación de las escalas, sólo en el caso de las mujeres se hallaron diferencias significativas en las puntuaciones a la escala de Bienestar Psicológico Individual después de la aplicación de la RC, con una probabilidad de .015; e igual en la escala de Bienestar Psicológico en la Pareja, con una probabilidad de .019.

Rangos

	grupo control y experimental	N	Media rangos	Suma de rangos
escala de bienestar pareja antes él	Grupo experimental	9	9.94	89.50
	grupo control	9	9.06	81.50
	Total	18		
escala de bienestar psic. después él	Grupo experimental	9	11.44	103.00
	grupo control	9	7.56	68.00
	Total	18		
escala de bienestar pareja antes ella	grupo experimental	13	14.46	188.00
	grupo control	14	13.57	190.00
	Total	27		
escala de bienestar psic. después ella	grupo experimental	13	17.73	230.50
	grupo control	14	10.54	147.50
	Total	27		
escala de bienestar pareja después él	grupo experimental	9	10.22	92.00
	grupo control	9	8.78	79.00
	Total	18		
escala de bienestar pareja después ella	grupo experimental	13	17.69	230.00
	grupo control	14	10.57	148.00
	Total	27		

escala de bienestar psic. antes él	grupo experimental	9	9.83	88.50
	grupo control	9	9.17	82.50
	Total	18		
escala de bienestar psic. Antes ella	grupo experimental	13	12.00	156.00
	grupo control	14	15.86	222.00
	Total	27		

Test Statistics(b)

	escala de bienestar pareja antes él	escala de bienestar psic. después él	escala de bienestar pareja antes ella	escala de bienestar psic. después ella	escala de bienestar pareja después él	escala de bienestar pareja después ella	escala de bienestar psic. antes él	escala de bienestar psic. antes ella
Mann-Whitney U	36.500	23.000	85.000	42.500	34.000	43.000	37.500	65.000
Wilcoxon W	81.500	68.000	190.000	147.500	79.000	148.000	82.500	156.000
Z	-.362	-1.580	-.296	-2.433	-.586	-2.355	-.276	-1.317
Asíntota. Sig. (2-colas)	.717	.114	.767	.015	.558	.019	.783	.188
Exact Sig. [2*(1-tailed Sig.)]	.730(a)	.136(a)	.793(a)	.017(a)	.605(a)	.019(a)	.796(a)	.220(a)

a No corregido para empates.

b Variable de grupo: grupo control y experimental

Tabla 44. Resultados de la prueba de U de Mann-Whitney en relación a las escalas de bienestar psicológico individual y bienestar psicológico en la pareja en los grupos experimental y control.

6.3.3 RESULTADOS CUALITATIVOS

Después de la aplicación de la técnica RC se identificaron los siguientes cambios:

En un inicio se observó que las parejas presentaban un semblante con mucha tensión, tristes; el cual cambió a menos tenso, más relajados, tranquilos. Al inicio de la primera sesión algunos de los usuarios se encontraban nerviosos, un poco temerosos, y ansiosos (esto es por su forma de expresarse, de hablar y de los movimientos de su mirada, manos y piernas) algunos usuarios no mantenían mucho contacto, en cambio otros pacientes se encontraban más relajados, más tranquilos y mantenían una mirada fija hacia nosotros en la primera sesión, también hubo algunos usuarios que su tono de voz era bajo cuando se comunicaban, algunos su voz era quebrante, e incluso desde la primera hasta las posteriores sesiones lloraron constantemente, principalmente las mujeres.

La mayoría de los usuarios reportaron diversos problemas familiares, por ejemplo: problemas entre los padres o uno de ellos con alguno o algunos de los hijos, problemas con algún otro elemento de la familia como papás, hermanos de uno de la pareja (terceras personas) , y específicamente problemas entre la pareja.

Cabe mencionar que en las primeras sesiones algunas parejas comenzaban a discutir o tener mal entendidos durante el transcurso de las sesiones aunque fueron muy pocas las que presentaron inicios de discusión o a levantar su tono de voz durante las sesiones.

Posteriormente de la aplicación de la técnica RC las actitudes que se notaron por parte de los usuarios fueron: se notaban más tranquilos, adoptando una postura más cómoda al momento de sentarse, no presentaban movimientos frecuentes con las manos y los pies, cambiaron a una postura más abierta hacia

con los psicólogos, su mirada cambió de ser perdida a centrarse un poco más en nosotros al momento de hablar, además, en comparación al principio que se reservaban para hablar, ahora lo hacían de una forma más fluida, e incluso su comportamiento entre ellos cambió, algunos se tocaban las manos en señal de perdón o amor e inclusive hacían comentarios en broma, y cuando comentaban algo relacionado a su problemática lo hacían sin llorar, así como también los usuarios se enfocaban más a resolver su problemática hacia nuevas alternativas de solución.

Cabe mencionar que en general fueron las mujeres quienes establecieron el primer contacto y manifestaban más interés en acudir a las sesiones y participar en ellas. En algunos casos se contó con la asistencia de los hombres, pero algunos iban con desgano, comentando incluso que no veían problema alguno entre su pareja y ellos, y en ocasiones atribuían la causa de los conflictos a alguien externo.

En las primeras sesiones algunas mujeres no se arreglaban tanto, descuidaban su persona, pero después de la técnica algunas empezaron a peinarse, arreglarse, maquillarse y a vestirse de una forma más formal, especialmente en 3 parejas las mujeres asistieron a las sesiones más arregladas, mejor maquilladas, con ropa más casual y usando accesorios que resaltaban más su persona.

Con respecto a lo anterior hubo 6 parejas en donde se notaron más los cambios. Las usuarias al principio se notaron apáticas, tristes con sus parejas, molestas de la situación que estaban enfrentando en ese momento. Con el paso de las sesiones dicha actitud se fue modificando: una de ellas salió de viaje con su pareja, otra nos invito varias veces a ver un espectáculo de entretenimiento además de que presentaban un semblante más relajado y tranquilo.

DISCUSIÓN

*Teniendo como objetivo de la presente investigación probar la eficacia que tiene la técnica de Reestructuración Comunicativa (RC), se encontró que dicha técnica favoreció el cambio en la estructura familiar; promoviendo el establecimiento de nuevos patrones de conducta que mantienen una estructura funcional. Por lo regular se encontró que las personas que solicitaban atención psicológica, eran las mujeres quienes reportaron sentirse inestables en su relación conyugal, lo cual a su vez consideraban que afectaba la relación con sus hijos, cuando los había.

*Por otro lado se halló que un indicador de cambios en los usuarios fue la comunicación analógica, ya que la expresión del rostro, la postura corporal, tono y volumen de voz, secuencia, ritmo y cadencia de las palabras se fueron modificando positivamente a lo largo de las sesiones.

*En base a las medias de los puntajes obtenidos a las escalas de bienestar psicológico individual y de pareja se observa un incremento tanto en hombres como en mujeres (ver tabla 35), aunque solo se observan diferencias significativas en los puntajes reportados por las mujeres antes y después de la aplicación de la técnica RC, tanto a la escala de bienestar psicológico individual como en la escala de bienestar en la pareja, como se observa en las tablas 40 y 41. Incluso en la comparación entre los grupos experimental y control solo se observan diferencias significativas en los puntajes correspondientes a las mujeres (tabla 42), no así en el caso de los hombres.

Lo anterior parece indicar que la técnica es más efectiva en el caso de las mujeres. Se realizó una revisión bibliográfica tratando de corroborar estos datos con algunos reportados por otros autores, pero hay pocos estudios donde se validen técnicas de intervención, y en los que existen no se considera la variable de género al momento de analizar los datos.

*Sin embargo no se puede afirmar que no haya habido efectos sobre los hombres, ya que como se observa en la tabla 35 si hay un ligero incremento en los puntajes reportados por los mismos tras la aplicación de la técnica. De igual modo se pueden observar cambios en cuanto a estructura familiar como: de límites difusos a límites claros en el sistema conyugal, compartir la jerarquía, límites claros al exterior, la búsqueda de una alianza parental, etc.

*Además se deben considerar los cambios presentados en cuanto a la queja principal, ya que de los 15 casos, 10 reportaron tras la aplicación de la técnica RC una modificación positiva, en 2 casos desapareció la queja y en 3 de ellos no se presentaron cambios.

*Por modificación positiva se consideró aquellos casos en los cuales después de la técnica RC los usuarios reportaban que si bien la queja o el problema principal no se podía considerar como resuelto, si había una mejoría en cuanto a que había disposición para discutir el problema (en los mejores términos) y buscar una solución, así como hacer lo necesario para conseguir la resolución del problema. Es decir, si bien parte de los problemas seguían presentes, las parejas trataban de buscar una solución de común acuerdo y de llevar a cabo las acciones necesarias para ello.

*Por desaparición de la queja se consideró cuando los usuarios reportaban que después de la aplicación de la técnica RC la queja que los había llevado a solicitar el servicio había sido resuelta en su totalidad, o estaban muy cerca de ello. En estos casos lo que se trabajó fue la manera en que podrían hacer ellos para mantener esa solución.

En los casos que se señala que no hubo cambios, se consideró aquellos donde los usuarios reportaron que después de la técnica la situación se mantenía igual o peor, no veían cambio alguno. Cabe señalar que en dos de estos casos los

usuarios mencionaron que no habían podido aplicar los pasos de la técnica con sus parejas.

*En cuanto a que parte de la técnica resultó más útil para los usuarios, gran parte de ellos reportó que la adopción de reglas de convivencia les fue de gran ayuda para modificar positivamente su situación, en segundo lugar mencionaron la concepción de la realidad, y en un caso los sistemas perceptuales predominantes.

*Haciendo referencia a la estructura familiar que se encontró con mayor frecuencia antes de la aplicación de la técnica RC se observa que el tipo de límites que predominó entre los subsistemas fue el de difusos, esto de igual manera a lo que encontró en la investigación de Montalvo (2000), así como en los estudios que él reporta. Estos hallazgos se podrían atribuir a una comunicación inadecuada en la pareja, esto es, al no poner límites o ser difusas las reglas y decisiones tomadas entre la pareja, así como de las reglas que atañen a los hijos, lo cual genera un desconcierto en ellos y posibilita conductas disfuncionales tales como, problemas escolares, de conducta, conflictos entre hermanos etc. Con respecto a los límites difusos al exterior se pudo observar que al aplicar la técnica RC solo una de las familias logró independizarse en la solución de los problemas o el establecimiento de reglas. En la muestra estudiada se encontró que la jerarquía recaía con mayor frecuencia en la madre, lo cual concuerda con lo reportado por Montalvo (2000), y que pudiera deberse a la ausencia del padre a quien se le suele considerar como periférico puesto que casi no se involucra en las relaciones familiares.

*La etapa del ciclo vital de la familia en la que se observó un nivel más alto de disfuncionalidad fue la de matrimonio con hijos adultos, aunque las diferencias con las otras dos etapas en las que hay hijos presentes no fueron estadísticamente significativas, tal vez se debe a lo pequeño de la muestra o en todo caso sería una línea a investigar en el futuro.

En lo que respecta a las tres parejas en las que no se presentaron los cambios esperados después de la aplicación de la técnica, cabe considerar que en

uno de estos casos la mujer reportó que tenía muchos problemas con su pareja, y siempre lloraba cuando platicaba su caso, pero no hubo cooperación de parte de su pareja ya que no asistió a ninguna sesión ni estuvo de acuerdo en seguir los pasos de la técnica.

También hay que señalar que una pareja asistió solamente 2 sesiones, en las cuales se les aplicó la entrevista y la técnica, reportando problemas de comunicación, pero dejaron de asistir debido a que presentaron un problema de fuerte violencia intrafamiliar que motivó la separación de la pareja. Lo anterior puede ser indicador de que si hay evidencia de violencia intrafamiliar el uso de la técnica puede no tener los efectos deseados sin el tratamiento directo de ésta.

Al momento de reunir la información para la redacción de resultados, se realizó un seguimiento telefónico con las parejas que se había trabajado, a fin de explorar si los cambios se habían mantenido, lo cual se describe a continuación. El tiempo transcurrido entre la última sesión y este contacto es variable, en un rango de 2 a 12 meses.

En la pareja 1 se mantienen los cambios e incluso han cambiado en más cosas como ya no enojarse y hablarlo después, ya no han discutido desde la aplicación de la técnica hasta la fecha, ya mantienen más comunicación y se mantienen los cambios en ellos.

En la pareja 2 también se mantienen los cambios positivos en su relación de pareja, ya casi no discuten y cuando lo hacen tratan de comentar más sobre su problemática y como llegar a un acuerdo mutuo.

En la pareja 3 también se mantienen los cambios positivos en la comunicación.

En la pareja 4 los cambios positivos siguen aunque en menor grado que desde la aplicación de la técnica, siguen las discusiones, pero ahora no de ellos sino de terceras personas pero ahora lo tratan de resolver juntos.

En la pareja 5 los cambios permanecen hasta la fecha e inclusive se sienten más seguros como pareja, han superado sus discusiones, ya casi no discuten, e inclusive otras o terceras personas han notado sus cambios de pareja.

En la pareja 6 los cambios permanecen, e inclusive la queja desapareció por completo ya que casi no discuten y ha superado sus celos.

En la pareja 7 los cambios se han modificado un poco ya que posteriormente de la aplicación técnica ya no discutían tanto. Comentan que actualmente vuelven a discutir con más frecuencia, pero tratan de platicar en lugar de enojarse, cosa que pasaba más seguido anteriormente.

En la pareja 8 los cambios han permanecido hasta la fecha.

La pareja 11 no presentó cambios tras la aplicación de la técnica y continúa igual.

En la pareja 15 los cambios se han mantenido en cuanto a que han podido mantener un espacio de discusión de sus problemas, y han procurado mantener límites claros con respecto a familiares que intervenían entre ellos.

No se pudo contactar a las parejas 9, 10, 13 y 14.

*Por último, cabe señalar que la técnica RC se propone como la base para una intervención posterior y no como la solución a todas las disfunciones de la estructura familiar, de manera que sirva para crear y fortalecer un ambiente propicio donde la pareja pueda discutir y buscar soluciones a sus problemas.

CONCLUSIONES

A partir de los resultados obtenidos en el presente trabajo, consideramos conveniente señalar algunas consideraciones de importancia.

Aún cuando en esta investigación se trabajó con parejas que pertenecen a tres ciclos vitales distintos, las problemáticas encontradas en términos estructurales fueron muy similares, es decir, se observaron conflictos, límites difusos en los diferentes subsistemas, jerarquías inadecuadas, periféricos, centralidad negativa, sobreinvolucramiento, coaliciones y triangulaciones, aunque como se señala arriba la que mostró mayor grado de disfuncionalidad, es decir un mayor número de elementos estructurales problemáticos, fue la de matrimonio con hijos adultos. De las coaliciones y las triangulaciones se puede decir que al identificar la estructura familiar antes de la aplicación de la técnica no fueron perceptibles, sin embargo, con el transcurso de las sesiones, se hicieron evidentes. Lo cual nos llevaría a plantear que un factor que favorecería la detección inicial de las coaliciones y las triangulaciones, sería que acudiera la mayor parte de los integrantes de la familia y se observaran sus interacciones durante un período más largo.

Otro aspecto importante, es la jerarquía que asume la madre en la mayoría de las familias, independientemente de la ausencia o presencia del padre, (ya que aún estando presente era periférico en la mayoría de los casos), de su nivel socioeconómico, de la etapa del ciclo vital, del número de integrantes de la familia, de las conductas disfuncionales dentro de la misma. Estos hallazgos hacen evidente que el lugar donde la mujer sí tiene algo de poder es al interior de la familia.

Con respecto al proceso, un aspecto que probablemente lo favoreció fue el establecimiento de la sintonía entre el terapeuta y el usuario, ya que al identificar

su sistema perceptual predominante, permitió una comunicación fluida, reflejando la postura, los gestos y el contacto visual.

Haciendo referencia a los cambios que probablemente se suscitaron a partir de la técnica RC se pudo observar que en algunos casos, si bien los límites no cambiaron a claros totalmente, el usuario (madre o padre) inició algún tipo de acercamiento con el otro padre o algún otro miembro de la familia clarificando parcialmente los límites.

En cuanto a los cambios que hubieron en la jerarquía, se observó que se buscó una alianza parental en algunos de los casos, con lo cual la jerarquía sería compartida. De la coalición que se había detectado, esta no se modificó. En lo referente a una triangulación, desapareció. En lo que se refiere a los conflictos en la mayoría de los casos desapareció al menos uno de ellos.

En la mayoría de los usuarios la queja por la cual llegaron a solicitar el servicio, se modificó positivamente, esto se refiere a que el usuario cambió su actitud ante la problemática planteada, mostrándose optimista y con alternativas a futuro. Por ejemplo, algunas personas que lloraron casi toda la primer sesión, en las posteriores lo hacían únicamente en algunos episodios. Otras personas que reportaban en un inicio no saber qué hacer con su problemática, posteriormente buscaban alternativas de solución a sus problemas.

Con base en lo anterior, la técnica de Reestructuración Comunicativa (RC) sirvió entonces, como un punto de partida para poder crear un ambiente más propicio para que los integrantes de la pareja tuvieran mayores probabilidades de discutir y resolver sus conflictos, en tanto establecieran las condiciones más propicias para ello. Si bien la técnica no es la solución para todos los posibles conflictos que puedan suscitarse en una relación de pareja, bien puede servir como una intervención inicial. Ya que la persona que acudió al servicio llegó con una realidad respecto a su relación de pareja y con la aplicación de la técnica se

logró una reestructuración de esta realidad, fomentando formas de comunicación diferentes y más funcionales con su pareja. En el presente estudio la técnica RC fue aplicada de forma sistemática, y por los resultados encontrados podemos recomendar a otros psicólogos clínicos que la utilicen como una estrategia sencilla y clara al iniciar una intervención, útil para muchos casos y problemas aparentemente distintos.

Tomando en cuenta que en la Clínica Universitaria de Salud Integral (CUSI) hay un alto índice de demanda en el área de psicología y considerando que los alumnos sólo tienen un semestre de práctica y por lo mismo no es posible dar una terapia de larga duración, se puede decir que con el uso de la técnica, el servicio puede ser más rápido y por lo mismo se podría atender a más gente en menos tiempo.

Asimismo, la técnica RC puede servir como una alternativa de prevención, debido a que al identificar las disfunciones en su relación de pareja, los integrantes pueden darse cuenta del papel que juega cada uno en dicha relación, y a partir de ello buscar mejorarla o estar más conscientes de lo que puede perjudicarla. Consideramos que cumple con lo expuesto por Christensen, & Heavey (1999) sobre los elementos propios de los programas de prevención, como son el enseñarles algún juego de habilidades a las parejas encaminado a mantener una relación saludable a través de la comunicación y las habilidades de resolución de conflictos.

Sobre los datos obtenidos en efectividad de la técnica RC en cuanto a género, no fue posible establecer correspondencias con otros estudios, ya que dicha variable no suele considerarse en el análisis de los resultados, por lo que podría ser una línea de investigación a considerar en estudios similares al presente.

En lo relativo a la efectividad de la técnica dependiendo del tipo de paciente (A, B o C) no se pueden hacer conclusiones debido a que hubo muy pocos usuarios del tipo B y C, por lo que se puede considerar como una posible línea de investigación.

Por último, algunas de las limitaciones que tuvo esta investigación fueron el número de casos que debió ser mayor, así como el incluir problemáticas de pareja en otras etapas del ciclo vital de manera que se pudiera discutir o tomar en cuenta de una forma más amplia esta variable en el análisis de los resultados.

BIBLIOGRAFÍA

Beck, A. T. (1993) **Con el amor no basta, Cómo superar malentendidos, resolver conflictos y enfrentarse a los problemas de la pareja.** México: Paidós.

Bertalanffy, L. V. (2002) **Teoría general de los sistemas.** México: Fondo de Cultura Económica.

Bornstein, P. H. & Bornstein, M. T. (1998) **Terapia de pareja. Enfoque conductual-sistémico.** España, Madrid: Ediciones Pirámide.

Christensen, A. & Heavey, CL. (1999) Interventions for couples. Annual Review of Psychology. 50 , 165-190.

Díaz, J. (1998) **Prevención de los conflictos de pareja.** Madrid: Ediciones Olalla.

Döring, M. T. (2000) Elección de pareja. En: M. T. Döring,. (Comp.) **La pareja: ¿Un sueño imposible?.** México: Distribuciones Fontamara.

Eguiluz, L. (2001) **La teoría sistémica. Alternativas para investigar el sistema familiar.** México: Universidad Nacional Autónoma de México y Universidad Autónoma de Tlaxcala.

Eguiluz, L. (2003). La familia. En: L. Eguiluz, (Comp.) **Dinámica de la familia. Un enfoque psicológico sistémico.** México: Editorial Pax.

Glaserfeld, E. V. (1985) Introducción al constructivismo radical. En: P. Watzlawick, (Comp.) **La realidad inventada.** Barcelona, España: Gedisa.

Glaserfeld, E. V. (2000) El constructivismo radical o la construcción del conocimiento. En: G. Nardone & P. Watzlawick, (Comp.) **Terapia Breve estratégica.** Barcelona, España: Piados.

Gurman, A. S. & Fraenkel, P. (2002) The history of couple therapy: a millennial review Family Process. 41, 2,

Haley, J. (1983) **Terapia no convencional. .Las técnicas psiquiátricas de Milton H. Erickson.** Argentina: Amorrortu.

Kershaw, C. J. (1994) **La danza hipnótica de la pareja.** Argentina, Buenos Aires: Amorrortu.

Krieg, P. (1995) Puntos ciegos y agujeros negros. Los medios como intermediarios de las realidades. En: P. Watzlawick. & P. Krieg, P. (Comps.) **El ojo del observador. Contribuciones al constructivismo.** Barcelona:Gedisa.

Lebow, J. L & Gurman, A. S. (1995) Research assessing couple and family therapy. Annual Review of Psychology. 46, 27-57.

Macías, R. (1995) **La familia.** México: Consejo Nacional de Población.

Minuchin, S. (1986) **Familias y Terapia Familiar.** México: Gedisa.

Minuchin, S. y Fishman, H. Ch. (1992) **Técnicas de Terapia Familiar.** México: Paidós.

Montalvo, R. J. (2000) **Los efectos del uso de la retroalimentación estructural familiar en varias etapas del ciclo vital.** Tesis de Doctorado. Universidad Iberoamericana.

Montalvo, R. J. (2004) Proyecto de investigación. La familia: La descripción de su estructura y su intervención psicológica desde una perspectiva sistémica. UNAM, FES Iztacala

Montalvo, R. J.; Soria T. M. R. (1997) Estructura familiar y problemas psicológicos. Psicología y Ciencia Social, 1, 32-37.

Nardone, G & Watzlawick, P. (Comp.) (1992) **Terapia Breve estratégica**. Barcelona, España: Piados.

O'Connor, J.; Seymour, J. (1995) **Introducción a la Programación Neurolingüística**. Barcelona: Urano.

Ortiz, P. (2000) La pareja. Sus Mitos. En: M. T. Döring (Comp.) **La pareja: ¿Un sueño imposible?**. México: Distribuciones Fontamara.

Rage, E. (1996) **La pareja. Elección, problemática y desarrollo**. México: Plaza y Valdés y Universidad Iberoamericana.

Rage, E. (1997) **Ciclo vital de la pareja y la familia**. México: Plaza y Valdés y Universidad Iberoamericana.

Rosales, J. C. (2003) Comunicación y familia. En: L. Eguiluz (Comp.) **Dinámica de la familia. Un enfoque psicológico sistémico**. México: Editorial Pax.

Simon, F. B.; Stierlin, H. & Wynne, L. C. (1993). **Vocabulario de Terapia Familiar**. España: Gedisa.

Soria T. M. R., Montalvo R. J. (2000) Terapia Familiar Sistémica: El reto terapéutico en un estudio de caso. *Psicología y Ciencia Social*. 4. 97-103

Souza y Machorro, M. (1996) **Dinámica y evolución de la vida en pareja**. México: Manual Moderno.

Umbarger, C. (1987) **Terapia Familiar Estructural**. Argentina: Paidós.

Vilchez, L. F. (1985) **Conflictos matrimoniales y comunicación**. España: Ediciones Madrid.

Watzlawick, P. (1994) **El lenguaje del cambio**. Barcelona, España: Herder.

Watzlawick, P. (2000) La construcción de "realidades"clínicas. En: G. Nardone & P. Watzlawick, (Comp.) **Terapia Breve estratégica**. Barcelona, España: Piados.

Watzlawick, P.; Beavin, J. H.; Jackson, D. D. (1995) **Teoría de la comunicación humana**. Barcelona: Herder.

Watzlawick, P.; Weakland, J. H.; Fisch, R. (1989) **Cambio**. Barcelona: Herder.

Willi, J. (1993) **La pareja humana: Relación y conflicto**. España, Madrid: Ediciones Morata.

ANEXOS

ANEXO 1

GUÍA DE ENTREVISTA PARA IDENTIFICAR LA ESTRUCTURA FAMILIAR (Montalvo y Soria)

DATOS DEMOGRAFICOS:

ENTREVISTADO (S): _____

Edad: _____ Ocupación: _____

Escolaridad: _____

Edo. Civil: _____

Religión: _____

QUEJA _____

CON QUIÉNES VIVE:

PARENTESCO	NOMBRE	EDAD	OCUPACION	ESCOLARIDAD	EDO. CIVIL
------------	--------	------	-----------	-------------	------------

-----	-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----	-----
-----	-----	-----	-----	-----	-----

I.- JERARQUÍA

- 1) ¿Quién toma la mayoría de las decisiones en casa?
- 2) ¿Quién pone las reglas sobre lo que se debe y no hacer en casa?
- 3) ¿Quién las hace respetar?
- 4) ¿Quién decide lo que se premia y/o se castiga?
- 5) ¿Quién premia y/o castiga?

6) No estando los padres ¿quién toma las decisiones, premia, castiga, etc.?

CONCLUSIÓN _____

II- CENTRALIDAD

1) ¿Hay algún miembro de la familia de quien se tienen más quejas?

2) ¿Quién?

3) ¿Por qué?

4) ¿Hay algún miembro de la familia de quien se hable más positivamente?

5) ¿Quién?

6) ¿Por qué?

7) ¿Hay algún miembro de la familia de quien se hable negativamente?

8) ¿Quién?

9) ¿Por qué?

10) ¿Hay algún miembro de la familia que destaque más en algún aspecto en relación con los otros?

11) ¿Quién y en qué?

12) ¿Hay algún miembro de la familia alrededor del cual giren la mayoría de las relaciones familiares?

13) ¿Quién y por qué?

CONCLUSION: _____

III- PERIFERIA

1) ¿Hay algún miembro de la familia que casi nunca está en casa?

2) ¿Quién y por qué?

3) ¿Existe alguien que casi no participa en las relaciones familiares?

4) ¿Quién y por qué?

5) ¿Existe alguien que no se involucra en la resolución de los problemas familiares?

6) ¿Quién y por qué?

7) ¿Existe alguien que nunca o casi nunca da opiniones respecto a los asuntos de la familia?

8) ¿Quién y por qué?

CONCLUSION _____

IV- LIMITES Y GEOGRAFIA

-Subsistema Conyugal.

- 1) ¿Mamá está siempre interesada en conocer y participar en casi todas las actividades que realiza papá y viceversa?
- 2) ¿Cómo demuestran lo anterior?
- 3) ¿Papá y mamá tienen amistades en común?
- 4) ¿Papá y mamá tienen amistades personales por separado?
- 5) ¿Existe algún problema con relación a lo anterior? ¿Cuál?

-Subsistema parental-hijos.

- 1) ¿Papá y mamá discuten en presencia de los hijos?
- 2) ¿Alguno de los padres comenta con algún (os) hijo (s) sus problemas conyugales?
- 3) ¿Los hijos saben lo que deben y no hacer la mayoría de las veces?
- 4) ¿Los hijos saben, la mayoría de las veces, por cuáles comportamientos pueden ser premiados o castigados?
- 5) ¿Las reglas con relación a lo que se debe hacer y no son explicadas verbalmente a los hijos?
- 6) ¿Cada hijo sabe o no cuáles son sus actividades o funciones en la familia?
- 7) ¿Ambos padres saben o no cuáles son las actividades o funciones que deben desempeñar cada uno de sus hijos?
- 8) ¿Se acostumbra que los hijos tengan que contar a uno o a ambos padres todo lo relacionado con sus vidas?
- 9) ¿Hay diferencias o no con relación a los premios, castigos y reglas según la edad de los hijos?
- 10) ¿Se acostumbra que algún hijo premie, castigue, llame la atención, etc., a sus hermanos?

-*Al exterior.*

- 1) ¿Existe alguna persona fuera de los padres que tenga que ver con la implantación de reglas, premios, castigos, etc.?
- 2) ¿Existe alguna persona a quien algún miembro de la familia consulte para la toma de decisiones? ¿a quién? ¿sobre qué?
- 3) ¿Existe alguna persona a la que algún miembro de la familia siempre le esté contando lo que ocurre en la misma? ¿Quién? ¿Qué le cuenta?
- 4) ¿Existe alguna persona fuera de la familia nuclear que intervenga en los problemas conyugales? ¿Quién?
- 5) ¿Qué tipo de relación tienen los miembros de la familia con: parientes, amigos, vecinos, etc.?

-*Geografía:*

- 1) ¿Cada miembro de la familia tiene su espacio personal? ¿cuál? ¿es respetado? ¿quién no respeta el espacio de quién y como (ejemplos)?
- 2) ¿Hay espacios compartidos? ¿cuáles y de quién?
- 3) ¿Se respetan las propiedades individuales?
- 4) ¿Quién no las respeta y cómo (ejemplos)?

CONCLUSION: LIMITES S. CONY. _____

“ ” S. PARENT.-HIJOS _____

“ ” S. FRATERNAL _____

“ ” AL EXTERIOR _____

V- **ALIANZAS**

- 1) ¿Quiénes suelen unirse para obtener permisos, favores, dinero, que se haga algo, etc.? Ejemplos.

CONCLUSIONES _____

VI- COALICIONES

1) ¿Quiénes suelen unirse para castigar, dañar, atacar, perjudicar, descalificar, etc., a otro? ¿a quién o a quiénes? Ejemplos.

CONCLUSIONES_____

VII- CONFLICTOS

1) ¿Existen problemas, discusiones, enojos, frecuentes entre papá y mamá ? Ejemplos.

2) ¿Existen problemas, discusiones, enojos, frecuentes entre papá y/o mamá y algún hijo? ¿quién? Ejemplos.

3) ¿Existen problemas, discusiones, enojos, frecuentes entre hermanos? ¿quiénes? Ejemplos.

4) ¿Existen problemas, discusiones, enojos, frecuentes entre algún miembro de la familia y otras personas? ¿quiénes? Ejemplos.

CONCLUSIONES_____

VII- SOBREINVOLUCRAMIENTO

1.- ¿Existen miembros de la familia que se “necesitan” mutuamente para casi todo, todo se lo cuentan entre sí, uno es el “preferido” del otro y viceversa, se “protegen” y “cuidan” en exceso mutuamente, se pelean y están en competencia muy frecuentemente?

¿quiénes? Ejemplos.

CONCLUSIONES_____

VIII- PADRE EN FUNCIONES DE HIJO

1.- ¿Un padre se comporta frecuentemente como si fuera un niño o un adolescente, se la pasa peleando y/o jugando con sus hijos, éstos no le obedecen, hace todo lo que le manda su cónyuge?

¿quién? Ejemplos.

CONCLUSIÓN_____

ANEXO 2**Escala de Bienestar Psicológico Individual****0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10****Escala de Bienestar Psicológico en la Pareja****0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10**