



UNAM IZTACALA

Universidad Nacional Autónoma de México

---

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

## Infidelidad en el Noviazgo a partir de la Diferenciación del Yo

TESIS

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A

GÓMEZ RODRÍGUEZ CARLOS ARGENIS

Dictaminadores:

**Mtra. Edilberta Joselina Ibáñez Reyes**

**Dr. José de Jesús Vargas Flores**

**Lic. María Luisa Hernández Lira**



Los Reyes Iztacala, Edo de México,



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

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

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

Gracias

A mi madre y a mi padre, por estar todo este tiempo y ayudarme a no rendirme

A mi Sirena Radical, que ha sido un sismo en mi vida, que me ha ayudado a no perder el control, quien guarda cada secreto, a quien nada en el mundo la detiene, la que me decía "vamos a jugar"; puede que esto se lea cursi, creo que es el frenesí de este momento... nada más, simplemente por estar ahí, cada martes, todo el tiempo, en altamar.

A Diana, por darme siempre esos empujones cuando ya no podía más, esa sonrisa carismática que contagia la mía (>\*\*)> .

Erick, aunque nunca leerás esta tesis, siempre estuviste preguntando por ella (más que por mí).

A mí. Por la labor titánica de sentarme a escribir y no distraerme (tanto).

*"Qué sabe del amor quien no ha tenido que despreciar precisamente lo que más  
amaba"*

Friedrich Wilhelm Nietzsche.

# ÍNDICE

<b>Introducción</b>	5
<b>Capítulo 1</b>	7
<b>Diferenciación del yo</b>	7
1.1 Sistemas emocionales, de sentimientos e intelectuales	12
1.2 Emoción y sentimiento	15
1.3 Teoría de sistemas familiares	16
1.4 Diferenciación	23
1.5 Niveles de diferenciación	25
1.6 Nivel básico de diferenciación	25
1.7 Nivel funcional de diferenciación	26
<b>Capítulo 2</b>	28
<b>Indiferenciación: fusión y desconexión</b>	28
2.1 Indiferenciación emocional, fusión y desconexión	28
2.2 Escala de diferenciación	30
2.3 La fusión	36
2.4 Desconexión emocional	41
2.5 Familia	43
2.6 La familia, diferenciación y su influencia en la elección de pareja	47
2.7 Violencia	49
<b>CAPÍTULO TRES</b>	51
<b>Triángulos</b>	51
3.1 Triangulación	54
3.2 Características del Triángulo	58
<b>CAPÍTULO CUATRO</b>	66
<b>INFIDELIDAD</b>	66
4.1 Familia	66
4.2 Infidelidad	67

<b>Capítulo cinco</b>	71
<b>Método</b>	71
<b>Capítulo seis</b>	74
<b>Resultados</b>	74
6.1 Pareja 1	74
6.3 PAREJA 2	104
<b>Capítulo siete</b>	124
<b>Discusión</b>	124
<b>Capítulo ocho</b>	127
<b>Conclusión</b>	127
<b>Bibliografía</b>	130

# **Infidelidad en el noviazgo a partir de la diferenciación del yo**

## **INTRODUCCIÓN:**

La diferenciación del Yo, es una teoría que nos permite una aproximación a los fenómenos cotidianos. Toma como referencia a la familia, conceptualizándola como un sistema, en el cual hay aprendizaje tanto emocional como intelectual, siendo el emocional el aprendizaje que gobierna los actos de la persona. Es decir, de acuerdo a cómo fue el proceso de este aprendizaje, por medio de la diferenciación es como va a ser conducida la vida de la persona.

El sistema emocional precede a otros dos sistemas, que es el sentimental y el intelectual. Estos sistemas trabajan en función del primero, siendo común, en personas indiferenciadas, que el sistema intelectual sea completamente funcional al emocional, conforme a un mayor grado de diferenciación, este sistema tiende a cierta autonomía. Es de esta manera que las personas interactúan con sistemas externos al sistema de origen (familia); esto se debe a que el comportamiento aprendido en el sistema de origen, se reproduce en otros sistemas.

Debido a la naturaleza de la teoría de Bowen, puede explicarse el comportamiento de las personas dentro de una relación de noviazgo, entendiendo este como la formación de una pareja sentimental estable con tendencia a la formación de la familia. Dicho comportamiento, al igual que en otros sistemas, es dependiente del grado de diferenciación de los miembros de la misma, quienes, para formar pareja, buscan a una persona con un nivel de diferenciación similar. El comportamiento emocional es el que gobierna a los miembros de la pareja; como característica, gobierna al comportamiento intelectual, es decir, la lógica y el proceder de las personas estará en función de un sistema reaccionario, en otras palabras, las ideas de la pareja están en función de lo emocional.

Un concepto interesante que se desprende de la teoría de Bowen, es el "Yo pretendido", es decir, un "yo" que pertenece a un discurso, a un ideal, y que,

en el caso de las personas indiferenciadas, dista, según el grado de indiferenciación, de ser un “yo real”. Este “ideal” del “yo”, es lo que las personas muestran de manera explícita; puede deducirse a partir de los conceptos que la persona dice tener, y según el grado de indiferenciación, esta persona responderá, de manera distinta e incluso contradictoria a lo que el “yo pretendido” menciona que es.

La fidelidad es un concepto que cada pareja construye, sin embargo, lo construyen a partir del yo pretendido, lo cual está, en parejas indiferenciadas, sobre todo fusionadas, en contra del actuar real del individuo. Este concepto resulta de interés para su estudio debido a que es uno de los conflictos más constantes entre parejas. El hecho que se estudie en el noviazgo y no en el matrimonio o en algún otro momento de la vida de las personas participante, es debido a que el noviazgo se considera como un paso previo al matrimonio, matrimonio que da pie a una familia el cual es el sistema fundamental de la sociedad.

## DIFERENCIACIÓN DEL YO

En este capítulo se desglosan los conceptos básicos para entender la diferenciación del yo, con el fin de una aproximación al objetivo de la investigación. Es de gran relevancia analizar estos conceptos para delimitar la dirección de la investigación, ya que al definir conceptos y diferencias como las que existen entre emoción y sentimiento; saber a qué se refiere un sistema emocional, un sistema de sentimiento y uno intelectual; nos permitirá entender con mayor facilidad que es la diferenciación del yo y así poder dar respuesta a la principal inquietud de esta tesis.

La diferenciación del yo es el proceso en cual el niño va, lentamente, desvinculándose de su madre, si este proceso no se lleva a cabo, existiría una relación simbiótica entre la madre y el hijo. En todo sistema familia hay una tendencia a la cohesión y a la diferenciación entre sus miembros, y dichos miembros buscan una realización personal así como una diferenciación del sí mismo. Éste proceso es sumamente importante para una independencia emocional de la persona y su grupo de origen (familia). La teoría de la diferenciación de Bowen (1989), consiste en demostrar el comportamiento humano desde el punto de vista de las emociones y de las ideas y creencias que existen en la familia (Kerr, 2003).

El proceso de la diferenciación es largo, ya que empieza desde el nacimiento y está presente durante el desarrollo de la autonomía emocional de la persona, la cual pretende ser transmitida a la pareja y eventualmente a los hijos (Bowen, 1998). Puede entenderse, de alguna manera, que la persona diferenciada se reconoce como responsable de sus actos, metas y emociones, aceptando de manera objetiva la medida real de la dependencia que puede presentar con las demás personas. El fenómeno contrario se le conoce como *indiferenciación*, que no es sino la carencia del proceso de diferenciación en alguna medida. La diferenciación no sólo tiene un gran papel dentro del sistema familiar y su

desarrollo, sino, a partir de las observaciones de Bowen también tiene un papel muy importante en la selección de pareja (Kerr y Bowen, 1988). Esta teoría postula que seleccionamos compañeros que tienen más o menos el mismo nivel de diferenciación que nosotros.

El ejemplo siguiente muestra un caso de Sistema intelectual y emocional, así como la repetición de los mismos en dos generaciones de familia:

*“Miguel es un neonato, hijo de Ivonne, quien le cantaba desde que él se encontraba aún en su vientre. Ivonne siempre fue temerosa que algún suceso fatal pudiese ocurrir a Miguel. Ella con tanto miedo, siempre lo cargó para evitarle algún tipo de daño. Esto impidió que el niño caminara durante año y medio. También fue un niño que no hablaba de manera entendible a una edad considerable. Miguel creció, Ivonne no lo dejaba salir a jugar con otros niños debido al miedo que ella sentía; consideraba que dejar salir a Miguel implicaba un gran riesgo contra su integridad física, aunado a una pérdida de tiempo debido a que podría aprovechar ese tiempo en estudiar para “ser el mejor en la escuela”. Ivonne quería que Miguel estudiara medicina, carrera que ella siempre quiso estudiar, pero por la necesidad de trabajar en lugar de estudiar tuvo que abandonar el bachillerato. Entonces, Miguel debía concluir los deseos de Ivonne. Si ella tenía frío automáticamente él “también”. Cuando Miguel crece, su desarrollo social fue casi nulo, pues era un niño retraído. Durante la adolescencia Ivonne no lo dejaba asistir a fiestas que organizaban sus compañeros de la preparatoria. Ivonne aún iba a dejarlo a la puerta de la escuela para que no le fuese a pasar algo en el camino. Miguel crece, cuando logra entablar una relación afectiva, la madre se disgusta y no le permitía que se frecuentaran. La relación terminó a causa de los celos de Miguel y a diversos ataques contra su persona. Miguel mencionaba que era celoso porque no quería perderla y le daba miedo que alguna persona le hiciese daño. Después de ingresar a la universidad, a la carrera de medicina, Miguel conoce a la que sería la madre de su hijo. Cuando nace su hijo, Miguel siente un temor inexplicable a que le pase algo catastrófico y repite los pasos que aprendió de la crianza de su madre...”*

Miguel y su madre tenían un sistema que aparentemente, para los dos, marchaba bien, pero este sistema no le permitió una diferenciación a Miguel. Al ser esto lo que aprendió en casa repite este sistema trasladándolo a su propia familia, impidiéndole a su hijo un desarrollo social y emocional adecuado, así como Ivonne le provocó a él.

Kerr y Bowen (1988), desarrollaron una escala de diferenciación de los individuos que van desde un mínimo de 0 y un máximo de 100, en donde se entiende al 100 como un ideal imaginario; es imaginario porque ninguna persona puede ser 100% diferenciada, ya que los vínculos emocionales no se “pierden” por completo. Ellos lo vieron como una escala teórica, pero argumentaron que el más diferenciado que está de acuerdo con la escala, menor será la probabilidad de enfermar o irracional como resultado del estrés. Dicha escala está determinada en función de la capacidad de la persona de distinguir el sentir del proceso de pensamiento. Por lo tanto, se puede decir que el constructo de la diferenciación del yo se define entonces como “la capacidad de un individuo de mantener un equilibrio entre estas fuerzas de vida denominadas individuación y unión. La primera le permite a este individuo „hacerse a sí mismo” esto quiere decir que es una persona capaz de ser independiente de manera emocional sin descuidar otros aspectos, es decir, se encuentra en un punto medio.

En cuanto a la unión, ésta permite al individuo permanecer vinculado a las personas que le son importantes (padre, madre, hermanos, hermanas, pareja, amigos) e involucrarse de manera intensa sin perder su individualidad; ambas fuerzas en equilibrio le permiten al individuo ser uno con el equipo y uno como unidad independiente manteniendo límites flexibles entre él y los demás miembros. Este constructo también define la habilidad del individuo para distinguir entre los pensamientos y las emociones, identificar aquellos actos que están siendo guiados por uno u otro proceso, además de la capacidad de elegir aquellos actos en función de lo que es más conveniente tanto para él como para las circunstancias en las que se encuentra (Vargas, Ibáñez y Tamayo 2013; pág. 560-561).

Una persona diferenciada es aquella que actúa como un individuo tomando sus propias decisiones de tal manera que le beneficien de acuerdo a las circunstancias en las que se encuentre. La persona diferenciada reconoce éste yo individual, independiente emocionalmente y también reconoce que pertenece a un grupo en el cual puede involucrar sus emociones sin perder su individualidad, es decir, encuentra un equilibrio entre el individuo y su lugar en el grupo, reconociendo también cada uno de sus actos y bajo qué están siendo guiados, ya sea un razonamiento o una emoción y se hace responsable de las acciones que realiza. Una persona diferenciada o indiferenciada tiene como característica, según su grado de diferenciación, estar en alguno de los dos papeles en el grupo de acuerdo a la circunstancia en la que se encuentre, estamos hablando acerca de el sobre-funcionamiento y el sub-funcionamiento.

Schnarch (1997), propuso una manera de evaluar la diferenciación de la persona “dividiéndola” en cuatro aspectos, en los cuales se ve reflejado el grado de diferenciación. Puede ser estudiada no necesariamente en el contexto familiar; cabe recordar que, por la naturaleza de la teoría de Bowen, los sistemas están inmersos en otros sistemas más grandes (sistemas y subsistemas). Los cuatro aspectos de la propuesta de Schnarch son:

- 1) Habilidad de mantener el “yo” en las relaciones cercanas
- 2) Habilidad para disminuir su ansiedad así como la del próximo importante
- 3) Ser lo menos reactivo posible, es decir, controlar la ansiedad de la otra persona importante en función de la disminución de la misma.
- 4) Tolerancia para el malestar del crecimiento persona.

En teoría, una persona, entre más diferenciada se encuentre, más va a acercarse a estos cuatro puntos en todos los sistemas en los que se encuentre, siendo la ansiedad el mayor indicador de la diferenciación, es decir, la habilidad de manejar la ansiedad es proporcional al grado de diferenciación de la persona, teniendo como resultado una persona ansiosa si el proceso de diferenciación no se llevó a cabo de la mejor manera. Esto resulta importante para los fines de esta tesis, pues, como se ha mencionado, el comportamiento se reproduce en

cualquier sistema, cuando se crea una relación de pareja, estos comportamientos se verán reflejados en la misma. Bajo la perspectiva de esta teoría, las personas, al momento de formar parejas, buscan a personas con un grado de diferenciación similar al suyo. Esto puede tener diversas consecuencias, pues si las personas son en un grado considerable diferenciadas, podrán llevar una relación emocionalmente estable, sin embargo, si las personas son indiferenciadas, las consecuencias redundan en un bajo manejo de la tensión y por lo tanto una tendencia a conflictos. Hay pocas personas que logran mantener una conversación de persona a persona sin aumentar el grado de ansiedad. Cuando dos personas comienzan a sentirse ansiosos puede ser detectado porque existe un silencio, los temas se convierten en triviales u otros comienzan a ser protagonistas de la charla.

Bowen (1978), establece la hipótesis de que si el individuo pudiese tener una charla persona a persona con cada uno de los miembros de su familia extensa se podría ver beneficiado a tal grado que nada, a lo largo de su vida, podría proporcionarle tantas habilidades. Otra opción que Bowen propuso fue que el individuo tuviese conversaciones persona a persona con cada uno de los padres, pero esto debía ser con ayuda de un terapeuta, ya que sería inevitable que los padres reflejaran en las charlas los problemas que tienen desde su familia de origen. Esto podría traer como consecuencia fusión o desconexión emocional, debido a posibles críticas basadas únicamente en emociones.

Durante este proceso de diferenciación y por la necesidad natural del humano por sentir afecto, así como la necesidad de pertenecer a un grupo, se van generando nuevas relaciones interpersonales, cuando estas relaciones interpersonales son muy estrechas y el proceso de diferenciación no se ha llevado a cabo o no por “completo”, puede perderse la distinción entre lo intelectual y lo sentimental, esto como reflejo de la fuerza natural de la unión. Sin embargo, existe también la fuerza de individuación, que es, en palabras de Bowen (1978), un deseo innato por llevar una vida autónoma sin reglas ni presiones del grupo. Ambas fuerzas se encuentran, de manera instintiva, en el individuo. Debido a estas fuerzas es muy importante que sí se concrete el proceso de diferenciación,

pues, si la persona, de manera instintiva, ya cuenta con esas necesidades opuestas, la consecuencia lógica es, entonces, una lucha interna que, dependiendo el ambiente en donde se lleve a cabo este proceso, va a poder desarrollar o no las habilidades necesarias para poder manejar la tensión que esto pueda traerle durante su desarrollo y así va a reproducir estos comportamientos en otros sistemas. El grupo va construyendo una norma de comportamiento en función a un equilibrio que ya ha logrado entre ambas fuerzas, por lo tanto el comportamiento de la persona comienza a ser una expectativa, lo cual podría generar nuevamente un cuadro de tensión. Dos conceptos de vital importancia mencionar, son *unión* e *individualidad*. Kerr y Bowen (1988), estos dos conceptos se entienden como las dos fuerzas naturales que guían nuestro comportamiento. La *unión* hace referencia a la necesidad humana y natural de querer estar dentro de un grupo, y por lo contrario *individualidad* hace referencia a la necesidad natural de estar lejos del grupo. El ser humano está en constante oscilación entre estas dos fuerzas; esto ocurre no sólo a la familia, sino a cualquier actividad que implique interacción social y la conformación de un grupo, por ejemplo, escuela, trabajo, pareja, entre otros.

### **1.1 Sistemas emocionales, de sentimientos e intelectuales.**

Existe un concepto para cual es necesario entender el significado de emoción, el cual, a su vez, permitirá entender con mayor facilidad el significado de diferenciación del yo propuesto por Bowen. Este autor entiende a la familia como un sistema natural, en el cual existen subsistemas que, dependiendo de la perspectiva, puede observarse cómo de diferente manera, el sistema intelectual o emocional. En primer lugar encontraremos el “sistema emocional” el cual es definido como el punto para la extensión del aprendizaje emocional a otros puntos de la sociedad, es decir, al momento de interactuar, por ejemplo, con un grupo de compañeros escolares o amigos, la persona reproduce las pautas emocionales de su familia de origen esto como el entendido de la valoración y las respuestas conductuales, fisiológicas y motivacionales aprendidas en la familia ante diversas

situaciones que, como ya se ha acotado, producen carga emocional, lo cual se convierte en un aprendizaje y esto, como en todos los sistemas, puede trasladarse a otro sistema fuera de la familia (amigos, escuela, trabajo). Esto último hace referencia a la relación entre los padres y los hijos, principalmente, de quien se aprende más por el vínculo emocional, de la madre. A estos sistemas podemos añadirles los sistemas intelectuales y sentimentales que son recién adquiridos por el humano, en términos de evolución. Debido a que estos sistemas se encuentran en constante interacción en común que se confundan los sentimientos con las emociones de acuerdo a Kerr y Bowen (1988). La evolución trajo consigo el desarrollo de la corteza cerebral la cual promovió diversas habilidades cognitivas, tales como conocer, entender y comunicar complejas ideas, este es el origen del desarrollo de lo que Bowen denominó sistema intelectual, el cual está gobernado por el sistema emocional, y es completamente natural que esto sea así, pues hay más años como especie “no pensante” que como *homo sapiens sapiens*.

El desarrollo de los sistemas sentimentales e intelectuales, al lograrse “recientemente”, pueden entenderse como complejos, pues si el sistema intelectual se desarrolla a partir de la aparición de la corteza cerebral, poco después de la aparición de los sistemas sentimentales, los cuales, para cuestiones esquemáticas podemos ubicar en el sistema límbico, el sistema intelectual ayuda a verbalizar y dar cuenta, por lo tanto, de los sentimientos (precedidos por una emoción), razón por la cual, la división de sistemas es sólo para fines esquemáticos, así como la teoría sostenida por LeDoux (1996), que debe entenderse como una forma de explicar una relación compleja entre el resultado de millones de años de evolución y no como una verdad que fragmenta, sin relación alguna, al cerebro y “sus partes”, incluso él mismo menciona que toda acción racional, está precedida por una emoción, coincidiendo con la postura de Bowen.

Es por esto que la familia constituye un sistema emocional y racional. La familia sistema es parte de la evolución y se encuentra en cualquier forma de vida; es el que le permite a cualquier organismo obtener información acerca del medio y de sí mismo, integrar dicha información y poder responder con base en

ella. Bowen manifiesta que lo emocional es algo tan básico que debe inferirse a partir de lo que otras personas hacen o no hacen, de la observación de las mismas o de otros organismos y es por ello que no podemos sentir nuestras emociones, pero sí podemos sentir nuestros afectos a partir de ello.

El sistema de sentimientos es el de mayor influencia sobre la vida humana ya que el ser humano es un organismo social y las emociones, a pesar que rigen nuestro comportamiento no son un fenómeno realmente con la cualidad de ser sentido, sino hasta después del proceso humano de valorar la situación en la que se produce. En otras palabras, los sentimientos al ser contrastados con las emociones, sí pueden sentirse. Los sentimientos, por la naturaleza que les precede, usualmente se confunden con conocimiento, pero esto no es sino una parte superficial del sistema emocional, y se confunde con conocimiento, pero no, lo que se conoce, en sí, es lo que se sabe acerca de los sentimientos, en pocas palabras no se sabe el conocimiento, se sabe lo que es, lo que lo genera, pero es imposible que el sentimiento sea una razón intelectual. “Los afectos parecen ser un „darse cuenta” intelectual o cognitivo de los aspectos más superficiales del sistema emocional” (Kerr y Bowen, 1988; p. 31). Al ser los sistemas de sentimientos lo que mayormente influye a la vida humana, la información proporcionada por otros sistemas puede ser considerada como conocimiento adicional.

Esto da pie a la explicación del sistema intelectual que es recién adquirido de manera evolutiva y que proporciona al hombre la capacidad al hombre de saber y comprender diferentes aspectos así como gobernar su vida en algunos aspectos, en función de la lógica, la razón y el intelecto. Tomando en cuenta que es un sistema relativamente recién adquirido, y que las emociones rigen en un alto porcentaje el comportamiento humano, el sistema intelectual que nos dota de lógica y razón, se ve minimizado en proporción con el sistema emocional, es por esto por lo que podemos decir, tal como Kerr y Bowen (1988), mencionan no actúa de manera individual, sino que de manera conjunta con los otros dos sistemas, puesto que de ser así la vida del humano se encontraría lejos de respuestas meramente emocionales; nuestra conducta estaría fuera de prejuicios y

sentimientos personales, porque, la emoción no tiene significado alguno, sino que es un fenómeno que principalmente nos lleva a preservar la vida sin valorar la situación. En los sistemas naturales encontramos una carencia de moral, al ser incorporados por el humano éste se sitúa en un en el ámbito del sistema afectivo y de la subjetividad humana. Esto sin hacer referencia a la superioridad de la objetividad sobre la subjetividad o de manera contraria, sino se refiere a la importancia de reconocer la diferencia entre ambas y así como de capaces de observar nuestro funcionamiento en un sistema emocional a partir de estas diferencias e influencias.

Por otra parte, la familia entendida como un sistema emocional, genera pensar que el comportamiento del individuo está emocionalmente determinado e influenciado por cada miembro de la familia. Haciendo uso del sistema intelectual, el hombre puede determinar en qué momento y en qué magnitud la influencia de cada uno de los miembros puede influenciar más. De esta manera podremos hacer mención al concepto de diferenciación del yo.

## **1.2 Emoción y sentimiento.**

Es fundamental entender, en primer lugar, el concepto de emoción, ya que es pieza clave en el entendimiento de la diferenciación del yo. Se entiende a la emoción como un conjunto de factores específicamente configurados:

- 1) el factor conductual
- 2) el factor fisiológico
- 3) el factor motivacional.

Las emociones, menciona Díaz (2010), están sujetas al ambiente y éstas se acompañan de respuestas hormonales y neuronales (orgánicas). Para Soriano, Guillazo, Redola, Torras y Vale (2007), la emoción es un estado orgánico que se manifiesta de diversas formas en el organismo. Primero hay que entender a la emoción como una activación específica del cuerpo en respuesta a cierta actividad

del sistema nervioso autónomo y del sistema neuroendocrino (factor fisiológico). La respuesta dada ante este evento es del tipo motora, activando cada uno de los músculos (factor conductual). El medio, es quien proporciona las condiciones para que estos dos factores se lleven a cabo. Existe el factor motivacional, el cual está dado precisamente por este medio, puesto que, después de una valoración de la situación y teniendo los dos factores ya mencionados “activados”, existe una respuesta adecuada a la situación y esta posibilita la supervivencia del organismo. Sin la emoción no habría capacidad adaptativa y el organismo moriría, y este es el factor emocional: “la supervivencia”.

Un ejemplo para esto es cuando una persona “corre por su vida”.

*“Juan se encuentra caminando rumbo a la escuela. Va pasando justo de un lado de un edificio en construcción, de pronto escucha ruido de gente gritando a unos metros sobre él, al voltear para arriba y observar cómo el andamio que sostenía a tres trabajadores de la construcción está a punto de caerse, esto le provoca algo, como un frío en el estómago...- Ese “algo”, estómago frío es un instante en el cual Juan no piensa, incluso realmente no es consciente de ese sentir. Sin embargo, es una forma en la que podemos identificar que el cuerpo ya responde ante un estímulo que indica peligro, preparando así a los músculos para poder realizar actividad motora de manera repentina y rápida - ... Sin pensarlo Juan corre unos cuantos metros alejándose del aparente peligro, justo puede alejarse lo necesario cuando el andamio cae...- La valoración de la situación se dio al instante permitiéndole así a Juan poder responder de la manera más adecuada ante el peligro descrito, pues dicha valoración, después de la preparación motora del cuerpo, le permitió alejarse en función de su supervivencia. En caso que no pudiese hacer más, la acción seguramente hubiese sido otra, por ejemplo, cubrir su cabeza con los brazos, asegurando de esta forma una mayor protección para el cerebro y que esto posibilita sobrevivir al impacto. En pocas palabras, las emociones son un estado con una función reguladora que fomenta la supervivencia del organismo.*

Bard (1928), quien practicó lesiones cerebrales progresivas en gatos empezando por la corteza hasta llegar a estructuras subcorticales con el fin de estudiar la conducta de los animales ante diferentes estímulos emocionales, observó que cuando lesionaba el hipotálamo había una disminución de las respuestas emocionales. Pero no fue lo único que encontró, también encontró que, cuando la lesión era únicamente en el córtex los gatos tenían respuestas emocionales desmesuradas. Cannon (1914), nombra a este fenómeno “falsa ira” ya que era muy fácil provocar reacciones emocionales en los gatos que tenían lesiones en la corteza. Este descubrimiento destaca que las emociones están formadas tanto por nuestras respuestas fisiológicas así como por la experiencia subjetiva de la emoción ante un estímulo, y, de acuerdo con lo ya mencionado, cuando este estímulo toma cierto valor y características sociales, comienza a generarse el sentimiento; podemos suponer que toda situación provoca alguna emoción, ya que ésta precede nuestro comportamiento en un alto porcentaje. Para puntualizar de manera más detallada esta explicación, puede decirse que existen situaciones que provocan ciertas emociones, pero que, como mencionan Pérez Nieto y Redondo Delgado (1997), de acuerdo a la perspectiva cognitiva en el estudio de la emoción, la cual entiende que la activación de una respuesta emocional está vinculada básicamente a los de procesos de valoración dicha situación, propicia emociones y estas al verse inmersas en este proceso, se convierten en sentimientos y es por lo cual puede fundamentarse que la tristeza, la alegría o el enojo perteneces a esta última “categoría”, ya que hay un marco de valoración y de referencia social que los identifica y da nombre. Por ejemplo: En el caso de Juan, antes mencionado, Él puede sentir miedo posterior a la caída del andamio, pero no antes, ya que él sólo reacciona en función a una emoción que le asegura su supervivencia. Cuando toma conciencia del hecho puede sentir, lo cual es característica propia de los sentimientos. Esto se da debido a un proceso de valoración a través de lo aprendido socialmente.

Cabe mencionar que existen factores como el dolor intenso, un ruido repentino, la oscuridad, una herida, el hambre o la sed, son estímulos biológicos que ponen en riesgo la integridad física del individuo colocándolo en una situación

de alerta automática que genera un conjunto de emociones que tienen como objetivo alejarse de algo considerado como nocivo y meramente la supervivencia, pero de igual manera, al pasar por un marco de valoración y de referencia social, lo generado en estas situaciones se convierten en sentimientos. Kerr y Bowen (1988), mencionan que las emociones son algo más básico que los sentimientos, lo cual refuerza lo postulado por Cannon y Bard; las emociones se encuentran en todos los animales, mientras que los sentimientos son determinados únicamente por factores propiamente humanos ya que son reconocidos por medio del aprendizaje social. Las emociones, al ser más básicas e incluso primitivas que los sentimientos, están presentes en cada uno de los comportamientos del humano en un alto porcentaje, ya sea en el trabajo, en la relación de pareja o en cualquier otra actividad, siempre están presentes. En otras palabras, como lo menciona Ponce (1987), las emociones son lo más básico, pues cuando una tendencia se manifiesta bruscamente, aparece una emoción; cuando ha sido sometida y permeada por la sociedad y elaborada por la educación de la misma se transforma en sentimiento. Esto no es un proceso fácil. Para Frijda (1993), los procesos de valoración son considerados como la llave para la comprensión de las distintas emociones en diferentes individuos y en diferentes momentos. Existen dos tipos de valoración, son la consciente y la inconsciente, las cuales suelen causar confusión aunque son realmente diferentes. La valoración consciente es un elemento más del comportamiento: el sujeto nos comenta por qué hace o siente algo. La “valoración inconsciente” es inferida por nosotros y sólo es una teoría causal sobre el comportamiento, aunque en ocasiones coincida con el informe verbal. Las valoraciones señalan algunas de las condiciones que promueven diferentes emociones en diferentes personas. Las emociones se consideran un factor motivacional pues, en el caso de poner en entredicho la integridad del organismo, este se ve motivado a modificar su comportamiento para poder preservar la vida.

### **1.3 Teoría de sistemas familiares**

La teoría de sistemas familiares de Bowen (1997), es una teoría que explica el comportamiento humano describiendo las relaciones que se establecen dentro de la familia, pues desde esta perspectiva, como ya se mencionó, la familia es considerada como una unidad emocional que influye en los pensamientos, sentimientos, emociones y, por lo tanto, en las acciones del individuo. Esta teoría da por hecho la existencia de una fuerza de vida en los humanos, como mencionan Kerr y Bowen, (1988), esta impulsa el desarrollo del niño al crecer para ser una persona emocionalmente independiente (fuerza de individualidad), un individuo con la habilidad de pensar, sentir y actuar por sí mismo. Bajo esta perspectiva, existe también fuerza de vida que impulsa al niño y a la familia a permanecer emocionalmente conectada, esta fuerza es conocida como fuerza de unión, que podría interpretarse como una fuerza de simbiosis, la cual impulsa al niño y a la familia a comportarse bajo cada uno de los sistemas mencionados dentro de este sistema. La conjunción de ambas fuerzas, que parecen repelerse por definición, y al ser inherentes al ser humano, es una tendencia a la separación emocional de la familia, la cual, por consecuencia es incompleta, depende el grado en la que esta se complete, se dice que la persona es diferenciada o indiferenciada (como tendencia del comportamiento). Desde esta perspectiva, la familia es considerada como una unidad emocional en donde se aprende cómo actuar bajo el efecto de las emociones, a conceptualizar sentimientos y a pensar, pretendiendo interactuar bajo este último sistema (intelectual). Este punto es importante, la conjunción de los tres sistemas de comportamiento, que, aunadas a las experiencias de vida que refuerzan o no esta manera de comportarse se van creando dos tendencias en la persona, el “yo real” y el “yo pretendido”.

El “Yo real” es lo que la persona es a partir de su aprendizaje, es la tendencia que tiene su comportamiento, per se. El “yo pretendido” es lo que la persona piensa ser, es el discurso del individuo, la pretensión del comportamiento en situaciones específicas, los conceptos que muestran al entorno social; el yo pretendido, en la mayoría de los casos de las personas indiferenciadas, es contrario al yo real, ya que es, en términos coloquiales, lo que la persona quiere ser. Hay considerables diferencias entre las personas en separación emocional

que ellas logran de sus familias de origen. Estas diferencias están ligadas a dos variables primarias: el grado del cual los padres lograron la separación emocional de sus propias familias, y las características de la relación de una persona con sus padres, hermanos y otros parientes importantes. El grado de la separación emocional entre el desarrollo del niño y su familia influye en la habilidad del niño para diferenciarse a sí mismo de su familia. En esta teoría no sólo se involucra la dinámica familiar, la participación y función de sus miembros, también involucra sus patrones de comunicación, y los límites y relaciones de poder que establecen. Centrándose en la tríada, es decir, la relación padres-hijo. La teoría de sistemas familiares principalmente se enfoca y trabaja con los adultos y su funcionamiento actual, funcionamiento que se fundamenta y explica desde su historia familiar.

Cabe destacar que se entiende como que para fines prácticos, para el *homo sapiens sapiens* el nombre de “diferenciación del yo” es el más adecuado, ya que debido a la diferencia que existe entre emoción y sentimiento y la relación que hay entre un sistema emocional y uno sentimental es compleja, y el segundo sistema precedido por el primero; añadiendo también que la perspectiva biologicista de Bowen lo llevó a realizar observaciones en primates y bajo la premisa que los sentimientos son un resultado de la valoración a partir del aprendizaje social, ya que si fuese “diferenciación emocional” podría extenderse a, por lo menos, todos los primates, y como nuestro objeto de estudio es el humano el término “diferenciación del yo” nos permite explicar el fenómeno de una manera más completa y precisa para el humano.

Las decisiones que toma el ser humano parece que son tomadas de manera consciente, pero, es altamente probable que éstas sean sólo verbalizadas en función de un sentimiento o una emoción. Por ejemplo, cuando tomamos agua y previo a eso decimos “*tengo sed, voy por un vaso con agua*”, a pesar de ser una decisión consciente, está precedida por la sensación de sed, que es meramente instintiva, pero ha pasado ya por un punto de análisis en donde debe de beberse agua en un recipiente porque así se ha aprendido que es la manera de saciar esta necesidad. La teoría del sistema familiar, explica cómo es que un proceso

emocional es el que dirige las relaciones, pero también hay relaciones que se mantienen únicamente en el nivel intelectual, y por lo tanto no habría emoción (aparentemente). Sin embargo, los análisis de Bowen nos han permitido saber que las emociones y los sentimientos son afectados por las familias, y por lo tanto los primeros aprendizajes se ven permeados de esta “herencia” de sentimientos y emociones, por lo que, al interactuar con un sistema externo a la familia, estos aprendizajes se encuentran implícitos en dichas interacciones. Es decir, cuando una interacción es intelectual, o pretende permanecer en ese espectro, no ya lleva de sí una intención emocional y sentimental. Por ejemplo:

*“Javier se encuentra en una comida muy importante con Alejandro, van a cerrar un negocio. Javier es el más interesado, o por lo menos él lo cree así, pues el necesita la inversión de Alejandro para poder emprender su idea. Javier debe exponer de manera clara sus ideas para que Alejandro entienda perfectamente cuál es la intención del negocio, a pesar que ya se ha hablado anteriormente del mismo, esta ocasión es especial, pues es el momento decisivo; Javier está preocupado para quedar bien con Alejandro. Javier está nervioso, porque sabe que muchas personas cercanas a él dependen del éxito de este proyecto. Él sabe que debe mantenerse tranquilo y mostrar confianza, pues, tiene claro que debe “tener la cabeza fría”...*

En este pequeño ejemplo, queda explícito el temor de Javier, pues se siente responsable de esa dependencia que los seres cercanos a él tienen (entiéndase familia). Con éste simple hecho puede ser inferido que el comportamiento de Javier, a pesar de estar consciente que necesita mantenerse “con la cabeza fría”, es decir, en lo intelectual, está precedido por las emociones y los sentimientos. Los sentimientos por la responsabilidad consciente que tiene de sus seres cercanos. Lo emocional, él no puede verbalizarlo y no está consciente de ello, pero, cuando el grupo está en cierto riesgo, la supervivencia y, por lo tanto, las emociones se encuentran latentes. Cuando se trata de un riesgo, y por

cuestión natural, la persona tiene dos opciones impuestas por las emociones, huir y enfrentar la situación, pero esta última es menos probable. La forma en la que él evitaría no poner en riesgo a las personas cercanas es convencer al 100% a Alejandro de invertir, por lo cual, el sistema intelectual ya se ve afectado y precedido por la emoción, y por muy inteligente y consciente que pueda parecer Javier, se encuentra implícito un repertorio emocional y sentimental.

En conclusión, existe una notable diferencia entre sentimiento y emoción que en pocas ocasiones se toma en cuenta. Generalmente existe una confusión entre estos dos términos debido a su naturaleza y complejidad. Hay que hacer notar la diferencia entre ambos conceptos resaltando que las emociones no se sienten y no somos conscientes de ellas; los sentimientos son una valoración de las situaciones y como tal está cruzado por el aprendizaje social. También puede existir una confusión entre el entendimiento que existe entre los conceptos de sistema de sentimientos y el sistema intelectual. La diferencia es principalmente esquemática y explicativa pero necesaria; tiene estas características debido a la relación tan estrecha que tienen estos dos sistemas pues ambos están cruzados por lo social. Mientras uno (el sistema sentimental) valora las situaciones desde una perspectiva llena de sensaciones en estados en los que la persona pretende identificar cada suceso que siente, el otro sistema (intelectual) está encargado del razonamiento. Se dice que es una explicación esquemática pues, en principio, parte de una postura evolucionista, y esta no está dada por cambios precisamente repentinos, sino que, al ser cambios paulatinos y un largo proceso, los sistemas van evolucionando, sí, de manera cronológica, pero también mezclándose entre ellos según las necesidades del medio.

Conocer estas diferencias es esencial para entender la postura de Bowen ante la explicación de la diferenciación del yo, ya que al comprender que existen diferencias entre sistemas y cuáles son, así como la relación que existe entre los mismos, puede concluirse que la diferenciación del yo es un proceso en el cual hay un desprendimiento emocional entre el hijo y la madre; es un proceso que existe entre los primates, por eso se entiende como emocional, ya que entre los

animales no humanos no existe sociedad y por lo tanto, no puede denominarse sentimental, al ocurrir esta situación en los primates, se entiende, entonces, como emocional. Este proceso es necesario y sumamente importante para la supervivencia del grupo; el ser humano tiene dos fuerzas naturales que chocan entre sí: “pertenencia a un grupo” e “individuación”. Estos procesos son necesarios y contrarios entre sí, buscan un equilibrio, y si el proceso de diferenciación no se realiza de manera adecuada se dice que la persona es indiferenciada, teniendo como extremo referencial alguna de las dos fuerzas naturales.

#### **1.4 Diferenciación.**

Es fundamental para entender la teoría de Bowen así como aplicar la misma para análisis, es el entendimiento del concepto de diferenciación, el cual hace referencia a la responsabilidad de las personas de su “Yo”. Dicha responsabilidad implica la responsabilidad por la vida de uno mismo, lo que implica el pensamiento en determinadas situaciones, toma de decisiones, así como aceptar las consecuencias de esas decisiones. Siendo el concepto central de la teoría de Bowen, la diferenciación hace referencia a la independencia o autonomía emocional que los seres humanos desarrollan desde el sistema familiar, ya que la persona enfrenta la separación emocional de los padres en primer lugar, convirtiéndose en un comportamiento que posteriormente es “transferido” a todas las relaciones interpersonales, fuera del sistema familiar, significativas. Esta autonomía se expresa como la capacidad de pensar, sentir y actuar por uno mismo, pero al mismo tiempo seguir sintiéndose parte de un grupo como lo es la familia. Este sentido de unión se explica a partir de la suposición de la existencia de las fuerzas de vida de individualidad y de la unión, el grado de

diferenciación de la persona es resultado del balance que tenga entre las dos fuerzas (Ibáñez, Guzmán y Vargas, 2010).

La diferenciación establece puntualmente la responsabilidad de sí mismo y al mismo tiempo, aclara que él no es responsable de aquellos que lo rodean, ni de las responsabilidades y problemas de éstos. Por lo que queda sobreentendido que la responsabilidad por uno mismo implica aprender a resolver sus problemas sin la intervención externa, con la finalidad de poco a poco enfrentar nuevas responsabilidades y disfrutar la independencia de pensamiento y acción (Montalvo, Nápoles, Espinosa y González, 2011).

Dos conceptos muy importantes son la independencia y la distancia emocional de la familia de origen y se deben tomar en cuenta las diferencias entre los mismos pues la diferenciación incluye el concepto de cercanía con los miembros de la familia (intimidad) y al mismo tiempo permanecer autónomo. Derivado de esto, podemos entender la intimidad como la cercanía en las relaciones, en donde se establecen distintos límites que se pueden iniciar o terminar voluntariamente manteniendo una postura individualizada. Y dicha intimidad se extiende de la relación con los padres, a los compañeros, con especial relevancia en la pareja e hijos.

Entre mayor diferenciada se encuentre una persona, mayor es su capacidad de objetividad, es decir, puede analizar y criticar con claridad lo que sucede a su alrededor con sus pares; al igual que puede hacerlo con él mismo y lo que sucede en su funcionamiento mental. Todo esto le ayuda a pensar, sentir y actuar de manera más racional y menos emocional. Pues de acuerdo con Kerr y Bowen (1988), la diferenciación desarrolla la habilidad de notar cuándo nuestros pensamientos son impulsados por los sentimientos o por la razón, permitiendo la elección y la dinámica de un comportamiento guiado por el intelecto o por los sentimientos.

Vargas e Ibáñez (2008), argumentan que la diferenciación es el poder mantener relaciones interpersonales con la intimidad necesaria, y al mismo

tiempo, con los límites de la individualidad bien establecidos. Al sentirse seguro de que puede incluirse y distanciarse de cualquier relación sin dificultades cuando lo desee o así lo necesite. Pues una persona diferenciada posee la confianza en sus habilidades para manejar cualquier relación, incluso con las emocionalmente intensas, así que no se preocupan por evitarlas ni se pone ansioso al encontrarse con ellas. Cuando las personas tienen una confianza razonable en su manera de pensar acerca de las relaciones, y pueden respetar los puntos de vista ajenos, no importa que tan divergentes sean de los suyos, ellos no se preocupan mucho por sus encuentros interpersonales. Como resultado, son individuos exitosos al mantener una red de relaciones de apoyo emocional. Y dicho éxito se debe a que poseen las herramientas para adaptarse más rápido y mejor a los cambios. La diferenciación conlleva la capacidad de descubrir y valorar los atributos que uno posee en sí mismo sin la necesidad de que éstos sean reconocidos por alguien más. Esto es a causa del bienestar psicológico que el individuo tiene consigo mismo y con las personas que le rodean, siendo más independiente en las relaciones sociales que establece y que le son significativas por ser individuos importantes en su vida (Kerr, 2003; Montalvo, Nápoles, Espinoza y González, 2011). Es claro para la persona diferenciada que relacionarse y ser parte de un grupo es necesario y satisfactorio, pero entiende que la aprobación y la aceptación de los otros no son algo indispensable.

Algo común que sucede en las personas al tratar de diferenciarse, es que quieren ser individuales, pero no todos están dispuestos a dejar la unión requerida para lograr más individualidad, esto debido a la lucha entre las dos fuerzas naturales ya mencionadas. Las personas frecuentemente están dispuestas a ser individuales en medida en que sus relaciones lo aprueben y lo permita. Esto es debido a que no se entiende que separar en mínima medida la unión no significa dejar la cercanía emocional, sino que pretende que el funcionamiento de algunos comience a ser menos dependiente del apoyo y aceptación de las demás personas que se encuentran en el sistema. La diferenciación se ve como necesaria para el desarrollo de relaciones sanas e íntimas dentro y fuera de la familia de origen, ya que este aprendizaje es “trasladado” a los demás sistemas

con los que interactúa el individuo a lo largo de su existencia. La diferenciación es el producto de una manera de pensar que se convierte en una manera de ser, por lo que no es una técnica terapéutica como tal (Lawson y Brossart, 2001).

### **1.5 Niveles de diferenciación.**

Las personas pueden funcionar en niveles más altos o bajos de diferenciación comparados con su nivel básico de diferenciación (el que logran de la separación emocional con la familia de origen). Éste nivel depende de las circunstancias del sistema de la relación en el cual se encuentren, por lo que Bowen hace una diferencia entre el nivel básico y funcional de diferenciación.

### **1.6 Nivel básico de diferenciación.**

Está conformado por los principios, creencias, y posiciones que no dependen de la influencia de la relación con el otro, y está largamente determinando por el grado de separación emocional que una persona logra de su familia de origen. Ya que una de las principales variables que influye en cuánta separación emocional (nivel básico) una persona logra, es la cantidad de separación emocional que sus padres lograron, por lo que es considerado un proceso emocional multigeneracional. Y es importante saber que la manera en que una persona se comporta en el presente, no es necesariamente equivalente a su nivel básico, ya que el nivel básico puede ser “enmascarado” por el nivel funcional (Kerr y Bowen 1988; Espinosa, 2008).

El nivel básico alcanza un buen establecimiento hasta que el niño alcanza la adolescencia, y usualmente permanece de por vida, aunque experiencias de vida inusuales o un esfuerzo estructurado para elevar el nivel básico en cierto momento posterior, puede conducir a algún cambio en él. Aunque, la experiencia clínica advierte que una persona debe ser autónoma y vivir independientemente de su familia de origen para ser exitoso en la modificación de su nivel básico de diferenciación. Existe una relación entre el nivel básico y el nivel funcional de diferenciación, entendiéndose que a mayor nivel básico, el nivel funcional es más

sólido, y hay menos diferencias en los niveles funcionales de cada persona perteneciente a un grupo. Esto es porque el funcionamiento de las personas bien diferenciadas no es muy dependiente de manera emocional a otros. Entonces, a menor nivel básico, el nivel funcional se mantendrá inconsistente, y existirán más diferencias entre los niveles funcionales de las personas en el grupo.

### **1.7 Nivel funcional de diferenciación**

El nivel funcional de diferenciación se refiere al proceso en el cual el individuo "toma prestado" o "presta Yo" al otro, y al hacerlo, o bien reacciona exageradamente o con un bajo funcionamiento. Dicho nivel puede ser modificado por las relaciones, drogas, creencias, valores culturales, dogmas religiosos, e incluso supersticiones. Puede elevarse y caer rápidamente, o ser estable a través de largos periodos, dependiendo en parte del estado en el que se encuentren las relaciones del individuo. Cuando se habla del estado de la relación, es porque el nivel funcional es influenciado por la ansiedad que se presenta en las relaciones más importantes de una persona. Cuando la ansiedad es baja, las personas son menos reactivas y más pensativas, lo que estabiliza el funcionamiento individual y disminuye la presión que las personas ejercen en alguien más, presión que puede perjudicar el funcionamiento de algunos. Sin embargo, cuando la ansiedad es alta, las personas pueden volverse más reactivas y menos pensativas, y el funcionamiento de las relaciones es propenso a decaer. Un resultado de este proceso es el funcionamiento exagerado de ciertas personas, o el bajo funcionamiento de otras (Kerr y Bowen 1988). Con un mayor nivel básico, una persona puede mantener un alto funcionamiento y no centrarse en otras personas, incluso en una situación altamente estresante. Ya que puede tolerar la ansiedad dentro de sí mismo y no es fácilmente "infectado" por la ansiedad de otros. El funcionamiento de las personas con un bajo nivel básico, en contraste, puede ser seriamente socavado si el nivel de ansiedad en sus relaciones incrementa (Williamson, 1991).

## INDIFERENCIACIÓN: FUSIÓN Y DESCONEXIÓN

En este capítulo es pertinente mencionar el rango de indiferenciación, que va desde la fusión hasta la desconexión. Así mismo se explorarán diversos ejemplos en los cuales podemos encontrar distintos escenarios en los que hay interacción entre personas indiferenciadas.

Cabe destacar que se entiende la indiferenciación como la “contraparte” de la diferenciación, esto bajo los conceptos que se han mencionado en el capítulo primero y los supuestos teóricos que los respaldan.

### 2.1 Indiferenciación emocional, fusión y desconexión

La indiferenciación es el resultado derivado de un proceso de diferenciación inconcluso, que no se llevó de manera adecuada o simplemente no se llevó a cabo. Para determinar el grado de indiferenciación Kerr y Bowen (1988), desarrollaron una escala de diferenciación de los individuos que van desde un mínimo de 0 y un máximo de 100, en donde se entiende al 100 como un ideal imaginario. Ellos lo vieron como una escala teórica, pero argumentaron que el más diferenciado que está de acuerdo con la escala, menor será la probabilidad de enfermar o reaccionar de manera irracional como resultado del estrés. La escala está determinada en función de la capacidad de la persona de distinguir el sentir del proceso de pensamiento. Bowen menciona que el grado de diferenciación determina el estilo de vida de la persona, llegado el punto de estilo de vida de la persona, el cambio del grado de diferenciación es difícil, ya que, al ser una concepción de que parte de un *sistema* familiar, la familia tiene también que mostrar cambios. También se menciona que las familias, entre más disfuncionales sean, más tendencia tienen a la indiferenciación y, a su vez, en las familias indiferenciadas el “sí mismo” se crea a partir del “sí mismo del sistema”, en donde cada uno de los miembros forma parte del sí mismo de otro, esto trae como

consecuencia que diversos aspectos de la persona sean mermados por dicha condición familiar.

Puede distinguirse a las familias indiferenciadas por ciertas características tales como:

- \* Familias rígidas
- \* No se adaptan al estrés
- \* Desequilibrio entre la proximidad y la distancia
- \* Dificultad para distinguir entre los procesos emocionales de los intelectuales y los intelectuales de los emocionales
- \* Inestabilidad emocional.

En contraste con las mencionadas características, una familia diferenciada puede distinguirse por las siguientes características:

- \* Familias flexibles
- \* Adaptación al estrés
- \* Equilibrio entre la distancia y la proximidad
- \* Facilidad para distinguir entre un proceso emocional y uno intelectual
- \* Tendencia a la estabilidad emocional.

Bowen menciona que el grado de diferenciación determina el estilo de vida de la persona, llegado el punto de estilo de vida de la persona, el cambio del grado de diferenciación es difícil, ya que, al ser una concepción de que parte de un *sistema* familiar, la familia tiene también que mostrar cambios. También se menciona que las familias, entre más disfuncionales sean, más tendencia tienen a la indiferenciación y, a su vez, en las familias indiferenciadas el “sí mismo” se crea a partir del “sí mismo del sistema”, en donde cada uno de los miembros forma parte del sí mismo de otro, esto trae como consecuencia que diversos aspectos de la persona sean mermados por dicha condición familiar.

## **2.2 Escala de diferenciación**

La indiferenciación es el resultado derivado de un proceso de diferenciación inconcluso, que no se llevó de manera adecuada o simplemente no se llevó a cabo. Para determinar el grado de indiferenciación Kerr y Bowen (1988), desarrollaron una escala de diferenciación desde un mínimo de 0 y un máximo de 100, en donde se entiende al 100 como un ideal imaginario. La escala está determinada en función de la capacidad de la persona de distinguir el sentir del proceso de pensamiento. Los autores dividieron la escala en cuatro segmentos funcionales, asimismo definieron algunas de las características de las personas en cada rango. También se consideró un margen de variación dentro de los rangos relacionados por si las personas están en el extremo alto o bajo de un rango particular.

A continuación se encuentra la escala de diferenciación y las definiciones por cada uno de los cuatro rangos de funcionamiento de la misma:

### **0 – 25**

Las personas que se localizan en este rango, viven en un mundo gobernado desde lo sentimental, en la parte más baja de este segmento, estas personas parecen ser incapaces de sentir como respuesta a la alta sensibilidad sentimental que tienen ante el mundo que les rodea. Las relaciones a largo plazo, son algo que implica mucha dificultad para las personas que se encuentran en este rango ya que son emocionalmente necesitadas y reactivas, en demasía, a los demás. Debido a esto, la priorización está en función de amar y/o ser amados, dejando de lado prioridades relacionadas con algún objetivo personal no relacionado con el amor; son personas que tienden a la comodidad, sin embargo, es una manera poco probable de vivir para este rango ya que están inmersos en un alto nivel de ansiedad. Como criterio básico para que una persona pertenezca a este segmento es que no pueda diferenciar entre los pensamientos y los sentimientos. Este factor, aunado a la vida

sentimentalmente dominante, provoca que la persona ignore que hay diversas maneras de actuar ante un problema, teniendo siempre como única alternativa, reaccionar bajo un sistema emocional. Por lo tanto, mayoría de sus decisiones en la vida están basadas en lo que sienten que es correcto y no en lo que piensan que es lo más adecuado. Son personas altamente reactivas, desde lo emocional, al ambiente, por lo que sus reacciones estarán gobernadas en función de sus reacciones emocionales respecto a que los otros hagan. Es por estas razones que el “yo” de estas personas está desarrollado en un nivel muy básico, a tal grado que pueden adaptarse al ambiente para no crear un ambiente hostil cuando se encuentran las personas que les importan. Otra característica de este segmento es que, como no se logró una separación emocional de su familia, se tiende a replicar este apego en las relaciones afectivas, creando lazos de dependencia con sus parejas. Mientras que en el sector más bajo del rango, es común observar que las personas renuncian a las relaciones tendiendo a la separación social, o bien, crean lazos afectivos, una relación, y cuando esta termina, ya sea por una separación o muerte, estas personas caen en un colapso permanente, imposibilitándolas de esta manera.

Conforme el rango avanza, la capacidad del individuo para formar relaciones es mayor, sin embargo, debido a su nivel de indiferenciación, estas relaciones serán de dependencia, ya que, sin esta dependencia, su vida no podría funcionar de manera óptima; esto implica que, cuando se encuentra en un desequilibrio emocional, caerá en disfunción, ya sea social, emocional o físicamente. Son personas altamente dependientes del ambiente, y sólo buscan que les sea favorable, es por eso que, a pesar de tener la posibilidad de cambiar esta situación, es probable que no sea modificada, aunque esto sea una evidente mejora para la persona.

### **25 - 50**

La definición del Yo en este segmento es definido de una manera poco contundente con una tendencia ligera a la diferenciación. En el rango más

bajo de este segmento, las características son muy similares a las mencionadas para la parte alta del segmento anterior, lo cual indica que entre más se avance entre los segmentos, más contundente es la concepción del yo que tiene la persona. En este caso, estas personas carecen de creencias y convicciones por sí mismos, se adaptan rápidamente a la ideología predominante, así que son altamente sugestibles y por lo tanto, su ideología está en constante comienzan a crear un “yo pretendido” a partir de las reglas que rigen el grupo en el que se encuentran, apropiándose de ellas.

La gente en el rango de 35-40 son lo suficientemente adaptables, por lo que generalmente no manifiestan la discapacidad y la parálisis que caracteriza a la mayoría de las personas bajas en la escala. Pero sí son sensibles a la desarmonía emocional, a las opiniones de otros, y a dar una buena impresión, por eso son aptos estudiantes de la expresión facial, gestos, tono de voz, y acciones que pueden significar aprobación o desaprobación. Sus sentimientos pueden elevarse con elogios o aprobación, y puede caer con la crítica o desaprobación. Como la gente baja en la escala, mucha de su *energía de vida* es dirigida hacia amar y la búsqueda del amor, y poca energía está disponible para metas autodeterminadas. Ellos están en la mayor parte, en la larga búsqueda de la relación cercana ideal.

La gente en el rango de 35-40 tiene bajos niveles de Yo sólido, un importante componente de la diferenciación básica, pero sí tiene niveles razonables de *pseudo Yo*, que es un importante componente de la diferenciación funcional. El *pseudo Yo* se refiere al conocimiento y creencias adquiridas de otros que son incorporadas por el intelecto y son negociables en las relaciones con otros, el cual es creado por la presión emocional y puede ser modificado por la misma. Los principios y las creencias del *pseudo Yo*, son rápidamente cambiantes para mejorar la imagen de uno con otros, o para oponerse a otros.

Mientras estas opiniones y creencias son incorporadas por el intelecto, están fuertemente fusionadas con los procesos sentimentales. Ésta fusión es

evidente cuando las opiniones y creencias son expresadas con el autoritarismo de saberlo todo, la conformidad de un discípulo, o la oposición de un rebelde. La creencia está tan fusionada con los sentimientos que esta se convierte en una causa.

En situaciones que no son emocionalmente intensas, el *pseudo* Yo usualmente da una dirección efectiva. Y así, una actitud o valor, incluso si incluye lo impensable, pueden ser las bases adecuadas para tomar decisiones en ambientes de baja presión. Mientras el *pseudo* Yo puede dar una guía que es efectiva en la mayoría del trabajo y situaciones sociales, las deficiencias de la guía se vuelven evidentes en las situaciones emocionalmente intensas.

El *pseudo* Yo es un “Yo pretendido”, denominado así porque en ocasiones la gente pretende ser más o menos importante, débil, atractivos, etc., de lo que se es realmente. EL grupo con el que interaccionan las personas de este segmento tiene la influencia sobre el las mismas, creando un efecto en donde se maximizan las cualidades del individuo o se minimizan; a pesar de ser el rango más alto de la escala, en este segmento, depende totalmente del grupo.

La diferencia entre el “Yo” y el “Yo pretendido” es que el “Yo” sólido está hecho de convicciones y creencias firmemente mantenidas, las cuales se formaron lentamente y pueden ser modificadas únicamente desde el mismo “Yo”. Estas creencias y convicciones no serán, nunca, cambiadas por la coacción o la persuasión del otro. Es el elemento principal que permite a algunos la individualidad, mientras están en contacto emocional con el grupo. Una persona que tiene el coraje de con la capacidad de estar firme, y no oponiéndose a los otros sin más razón que la oposición, puede tener un efecto constructivo en un grupo dominado por la ansiedad; esto se debe a que esta persona sabe que no necesariamente tiene que estar en lo “correcto” para ser benéfico en el grupo. Las personas que se encuentran en la parte más alta de este segmento, tiene un “Yo” más desarrollado; al contrario de las personas que se encuentran en un rango más bajo de esta

escala; cabe mencionar que entre más abajo se encuentren en esta escala, pueden desarrollar episodios psicóticos transitorios, problemas de delincuencia, y otros síntomas de esa intensidad.

### **50 a 75**

Arriba del 50, el sistema intelectual está suficientemente desarrollado para hacer algunas decisiones por su cuenta, y el intelecto reconoce que un poco de disciplina es necesaria para anular al sistema emocional. En éste rango, la gente tiene muy bien definidas sus opiniones y creencias en la mayoría de las cuestiones esenciales. Un criterio para distinguir a la gente que está por encima, en lugar que por debajo del 50, es que por encima de 50 está la gente que es más consciente de la diferencia entre los principios sentimentales e intelectuales.

En la parte baja de este rango (50-60), sin embargo, las personas todavía son sensibles en las relaciones y titubean para decir lo que creen, a pesar de que ellos conocen que hay una mejor manera, suelen todavía seguir un curso de vida igual a aquellos menores que 50. Las personas arriba de 60 son más libres a tener una opción entre ser gobernadas por el mundo intelectual o sentimental. Tienen menos ansiedad crónica, son menos reactivos emocionalmente, y tienen un Yo más sólido que la gente más baja en la escala. Con la individualidad mejor desarrollada, tienen más libertad para retroceder y progresar entre la cercanía emocional íntima, y la actividad dirigida a un objetivo; así que el placer y la satisfacción pueden provenir de cualquiera de las dos.

La gente es libre de participar en situaciones altamente emocionales, conociendo que pueden librarse de las mismas con razonamiento lógico cuando necesiten levantarse. Aunque también pueden haber periodos de flaqueo, en los cuales la gente en este rango permite el “piloto automático” del sistema emocional para tener el completo control, pero cuando el

problema se desarrolla, pueden retomar el control, calmar la ansiedad y evitar una crisis de vida.

Bajo suficiente estrés, la gente en el rango 50-75 puede desarrollar completamente severos síntomas físicos, emocionales y sociales, pero los síntomas tienden a ser más episódicos y la recuperación es más rápida. Un episodio psicótico transitorio es todavía posible, pero es requerido un grado inusual de estrés.

### **75 a 100**

En este segmento de la escala es poco probable encontrar un gran número de individuos. Bowen ha dejado el rango 95-100 como hipotético o para propósitos teóricos, considerando que es esencialmente imposible para cualquiera tener todas las características de 100 en la escala. Siendo lo más probable, encontrar personas en el rango 85-95, como la sección más alta en este segmento.

Una persona que funciona en el rango 85-95 está orientada por sus principios y dirigida por sus metas. Aunque siempre está convencido de sus creencias y convicciones, no es dogmático o fijo en su pensamiento, por lo que es capaz de escuchar y evaluar los puntos de vista de otros, y puede descartar creencias antiguas o poco eficientes en favor de nuevas o más eficientes ideas. Es alguien que puede escuchar sin reaccionar, y puede comunicarse sin contrariar a otros, pues es seguro de sí mismo, y su funcionamiento no es afectado por la alabanza ni la crítica. Respeta la identidad del otro sin convertirse en alguien crítico o emocionalmente envuelto en tratar de modificar el curso de vida del otro. Asume el total responsabilidad de sí mismo, pero tampoco se hace completamente responsable de otros. Es consciente de su dependencia a los otros, en la medida real y es libre de disfrutar las relaciones porque no tiene una necesidad por otros, y los otros no se sienten “usados”. Es realista en su valoración de sí mismo y otros, así como con sus expectativas de sí mismo y de los otros, y no está preocupado con su lugar en la jerarquía. Los

sentimientos intensos son bien tolerados, y por eso no actúa automáticamente para aliviarlos; a diferencia de segmentos más bajos de esta escala. El nivel de ansiedad de estas personas es bajo, puede adaptarse a un ambiente estresante sin presentar síntomas. Debido a esta responsabilidad y conocimiento del “Yo”, el “Yo pretendido” es empatado con el “Yo”, pues no hay diferencia entre el comportamiento y la apariencia.

### **2.3 La fusión**

En de la teoría de la diferenciación del yo de Bowen, la fusión es uno de los conceptos más recurridos, y refiere a las personas que, dentro de un sistema familiar, tienen una tendencia a “compartir” respuestas emocionales, lo que es una consecuencia de la carencia de límites interpersonales en tal sistema. Cuando un miembro de este sistema toma una tendencia a la autonomía emocional comienza a experimentar un “abandono” familiar, ya que no sigue el patrón del sistema en el cual, si una persona se siente ansiosa por alguna situación, todos los integrantes deberán sentir la misma ansiedad. Un ejemplo de familia indiferenciada es cuando la madre no le permite hacer actividades a su hijo, por ejemplo “jugar al hombre araña”, porque esto implica que el niño brinque en los sillones y corra mucho, la madre le prohíbe ese juego, con el argumento de “no vaya a pasarle algo” siempre temiendo que el niño se rompa alguna extremidad. A la madre le resulta estresante que el niño pueda resultar lastimado e incluso llegue al hospital. Para evitar su estrés la madre llega a la prohibición del juego, impidiéndole al niño tomar sus propias decisiones. Cuando el niño no obedece la prohibición de la madre, ella se enoja, respondiendo ante el estrés de una manera irracional. El niño llora por dicho acontecimiento y la madre le dice “no llores” a manera de orden, porque el llanto le resulta, de igual manera, estresante. El niño sigue llorando, la madre incluso llega a la agresión física. Esto ocurre con una alta frecuencia en casi la totalidad de los actos, exceptuando cuando el niño está en casa de sus abuelos maternos, en la cual, la mamá, por orden de la abuela, le permite jugar con los primos del niño. Cuando llegan a casa la madre no para de decirle que es un mal niño, desobediente y que se las pagará,

que no la respeta, la madre, en repetidas ocasiones, llora cuando esto ocurre y en algunas ocasiones agrede físicamente al niño. El niño crece con este patrón, siempre debe tener la autorización de la madre para poder realizar cualquier actividad, perdiendo así el poder de decidir por sí y para sí.

Puede notarse cómo la madre es una persona que no distingue entre lo racional y lo emocional, que eso la estresa y la convierte en una persona inflexible. Es posible que esto sea un patrón que siga, por lo menos desde su madre, ya que, ella está en casa de su mamá y le hace caso, permitiendo que el niño juegue a algo que a ella no le gusta, y posteriormente culpa al niño del hecho. Esto provoca un desequilibrio emocional al niño, de tal manera que crecerá siempre dependiente de lo que la madre decida para él. También es un claro caso de una familia indiferenciada fusionada. Kerr y Bowen (1998), sostienen una interesante idea acerca de la “poca” diferenciación que existe entre la familia, la cual propone que, entre menos diferenciada la familia, emocional y subjetivamente va a trascender a las relaciones interpersonales de los miembros con una gran fuerza. Como sabemos el proceso de la diferenciación comienza desde la infancia; si la familia tiene un alto nivel de “unión”, en este sentido podemos entenderla como indiferenciación, el infante no podrá pensar ni sentir por sí mismo, incluso tampoco relacionarse con otras personas por sus propias características ya que siempre va a expresarse en función de las características de los integrantes del grupo. En este ejemplo, la madre comienza a experimentar ansiedad por la probabilidad de algún golpe que pueda recibir el niño durante el juego; la madre por medio del regaño transmite miedo e inseguridad sobre las propias capacidades físicas y en consecuencia emocionales del niño, puesto que, si bien los juegos infantiles espontáneos, que en muchas ocasiones incluyen broncos y correr, entre algunas otras conductas, posiblemente implican riesgo alguna contusión, esto sólo como probabilidad, y la madre da por hecho que ocurrirá. Por un sentimiento de ansiedad, la madre no le permite continuar con el juego y la mejor manera que encuentra para lograrlo es regañándolo, e incluso agredándolo, y de esta forma le transmite su miedo al hijo, por lo tanto, la madre no le permite un desarrollo emocional adecuado al hijo, ya que esta comienza a convertirse en quien impone

miedos e inseguridades, empezando por un juego, pero posteriormente, y argumentando que cuando están en casa de la abuela del niño la madre hace lo que la abuela dice, ella comience a controlar la vida emocional del hijo. Como se ha mencionado, una familia indiferenciada que presenta fusión, mantienen un “lazo” emocional sumamente dependiente, de tal manera que si una persona de este sistema tiene miedo los demás integrantes deben sentir miedo, al igual que otras emociones, creando ciertos conflictos si es que alguno sienten algo diferente.

La fusión, dicha en palabras de Flores, Ibañez y Hernández (2012), es una metáfora de una masa del yo con el grupo (familia), en donde la persona demanda atención y exige que las cosas se hagan de tal forma como él las piensa, esto con el fin de reducir su constante grado de ansiedad. Cabe destacar que no es la única persona del grupo que tiene el mismo fin, ya que cada miembro de la familia tiene un grado similar de indiferenciación y por lo tanto de ansiedad. Por ejemplo:

*Consuelo, madre de Raúl, esposa de Iván, está cansada de siempre hacer todas las labores domésticas, y ella desea que Raúl e Iván le ayuden, Raúl siempre está estudiando e Iván siempre está trabajando. Cuando Consuelo decide decirle a Iván que necesita su ayuda en casa se lo dice reprochándole que nunca está, que siempre trabaja e incluso lo acusa de infidelidad. Iván le contesta que no debe quejarse, que él es el que trabaja y todo el día se la pasa fuera para conseguir qué comer, que ella debe cooperar haciendo las labores domésticas y si no le gusta que se ponga a trabajar, porque él se casa mucho. Ambos exigen bajo su visión. Cuando Raúl llega de la Universidad, Consuelo lo insulta y le exige que llegue menos tarde para así poder colaborar en las labores domésticas, porque él nunca hace nada y siempre está en su habitación “disque estudiando”, Raúl molesto le dice que no lo hará porque tiene un horario en la escuela que cumplir y tareas que hacer, que entonces él hacía todo de la casa y que ella hiciera sus tareas. Consuelo comienza a recriminarle a los dos la falta de atención que tienen en su casa; ante los reclamos Raúl e Iván comienzan a marcarle todos los errores que ella tiene, poniéndose ellos en una posición en la cual no comenten errores,*

*sin embargo, con el progreso de la discusión, Iván comienza a reprocharle a su papá que realmente no hace nada en su trabajo, que sólo se la pasa en redes sociales mientras “atiende” la tienda y que la tiene sucia y no presta atención a los clientes. Iván le responde que si no fuese por él no tendría escuela, que dejara de molestarlo, que una más y ya no le daba dinero para sus gastos, que finalmente iba reprobando y no se merecía ya ni comer en casa. Raúl le responde que no es tan fácil aprobar materias cuando tiene problemas en sus equipos porque nadie hace las cosas que le corresponden. Iván le responde que no es así, que el que no hace las cosas es él. Consuelo comienza a gritarles que dejen de estar peleando. Una llamada telefónica por parte de la madre de Consuelo logra, de manera inadvertida, parar la discusión. Mientras Consuelo hablaba con su mamá, Iván le dijo en voz baja “siempre tu madre metiéndose”...*

Gilbert (1992), define el sobre-funcionamiento como una actitud de la persona diferenciada en la cual tiene la habilidad de dar consejos, hacer cosas por los demás; aun cuando pueden hacerlo por sí mismos y sentirse responsable por los demás. El otro papel que juega, el sub-funcionamiento, como la serie de habilidades de la persona de poder pedir un consejo cuando se es necesario pensar; actuar irresponsablemente, conseguir ayuda a pesar de no ser necesaria, estar físicamente o mentalmente enfermo, flotar sin metas y una tendencia a la adicción a sustancia. Ambos papeles perteneces a las personas que se encuentran en los segmentos más bajos de la escala. Son características de personas fusionadas.

Otra característica de las personas fusionadas es la lenta y mínima habilidad para la adaptación a los cambios, problemas y estrés o ansiedad, generada por las situaciones que viven cotidianamente. Por eso, ante una situación de ansiedad dentro de un grupo en el cual tienen interacción, las personas que tienen un “Yo” pobremente desarrollado, se convierten en los miembros más vulnerables del sistema. Kerr y Bowen (1998), mencionan que aunque sean menos tolerantes a los demás, y más irritables ante las diferencias, no siendo capaces de permitir que cada quien sea como quiera ser, debido a la dependencia y la necesidad de pertenecer al grupo, suelen modificar su forma de actuar y pensar para complacer

a los miembros y así no ser excluidos del grupo.

La persona fusionada siempre busca ser querida, reconocida y sentirse acompañada, ya que no puede cubrir sus necesidades emocionales y tenderá a buscar a alguien que lo haga, en otras palabras, la fusión significa la dependencia o adherencia hacia otras personas, convirtiéndose en la búsqueda continua y esforzada de la aceptación, aprobación y cariño de las personas significativas; también es reflejo de autonomía disminuida en las relaciones, lo cual aumenta la reactividad emocional y decrementa la responsabilidad en las acciones propias (Valdez, Maya, Aguilar, González y Bastida, 2012). El concepto de dependencia para Montalvo, Nápoles, Espinosa y González (2011), es un síntoma que se manifiesta en la incapacidad para lograr participar en forma positiva en una relación, se caracteriza por el temor al abandono, a la descalificación y por girar en torno a las otras personas; el dependiente está sujeta emocional, física, espiritual, psicológica y económicamente a otra persona o personas. La fusión, en este sentido, es manifestada como un deseo intenso de establecer una relación de intimidad con los seres cercanos, siempre con el temor latente a ser rechazado o distanciado de esas personas, esta concepción es insoportable para la persona fusionada.

Estas son las razones por las que las personas fusionadas son más susceptibles a cambios bruscos en el día al día y esto pueda afectarles. La razón es que, al contrario de las personas que están diferenciadas (los segmentos más altos de la escala), los fusionados se sienten responsables de todo lo que les rodea, incluyendo personas, lo cual los orilla a sobre-funcionar con las responsabilidades de otras personas, así como sentir ansiedad por los problemas de terceros, haciéndolos propios, como característica ante esta situación, anteponen su bienestar ante el bienestar de los demás miembros del grupo, para cuidarlos y hacerlos felices, así como también, satisfacer sus necesidades, necesidades, por consecuencias, ya propias de la persona fusionada. Esta tendencia también es aplicable a situaciones en las cuales los miembros del grupo están felices o satisfecho, el fusionado adopta ese sentir, dejando de lado la

responsabilidad de su “Yo”, por consecuencia, sintiendo a través de los demás. Esto implica que la persona otorgue la responsabilidad de sus sentimientos a terceros, disminuyendo así la auto responsabilidad, cayendo, de esta manera, en una situación de comodidad.

Bowen (1997), puntualiza que cuando existe la fusión, las personas son gobernadas por el sistema emocional y, por lo tanto, sus pensamientos y acciones son dirigidos por dicho sistema, lo que provoca un manejo completamente subjetivo en los distintos grupos en los que interactúa; lo cual deriva en una capacidad pobre de mantener relaciones interpersonales duraderas. Cuando un individuo crece dentro de una familia pobremente diferenciada, la emocionalidad y subjetividad tienen una fuerte influencia en las relaciones de la familia. La alta intensidad de la emocionalidad o la presión de unión, no permite al niño crecer, pensar, sentir y actuar por sí mismo, encontrándose el niño siempre en función a la reacción a otros. Por lo que en contraste con la gente diferenciada, los fusionados creen que la aprobación, reconocimiento y cariño de los otros es indispensable. Así es como la fusión pasa a ser un indicativo de vínculos emocionales no resueltos con la familia de origen (Bowen, 1998). Entonces, resulta irónico cómo la gente con muy poca diferenciación tiene una mayor necesidad de relaciones de apoyo emocional, sin embargo, tienen menos capacidad para mantener una red emocional intacta.

## **2.4 Desconexión emocional**

El proceso de desconexión emocional, resulta ser en parte lo contrario a la fusión, ya que el hombre prefiere alejarse de los demás con el fin de reducir la intensidad de la relación, convirtiéndose así en personas muy aisladas, esto no quiere decir que las personas de las que se alejan no les importen. Cuando el hijo se aleja de la familia, yéndose a vivir a otro lado o dejar de hablar con sus padres de temas personales o delicados, se considera que está en este proceso, ya que consideran estar mejor así (Kerr, 2003).

Gilbert (1992), afirmó que “la desconexión era una postura distante llevaba al extremo y un intento a adaptarse a la ansiedad intensa y crónica en el sistema” (p. 61). Las características que mejor describen la diferencia entre las personas en varios puntos de la escala, es el grado en el cual ellas son capaces de distinguir entre el proceso sentimental y el proceso intelectual. Asociado a ésta capacidad de distinción, está la habilidad para escoger entre tener un funcionamiento guiado por los sentimientos o los pensamientos. Como ya se ha dicho, las personas que han logrado la menor cantidad de separación emocional de sus familias, tienen menos capacidad de diferenciar los pensamientos de los sentimientos. Mientras que las personas que han logrado una mayor separación emocional de sus familias, tienen la mayor habilidad para esto. Como el otro extremo de la diferenciación, y completamente opuesta a la fusión, la desconexión emocional es el distanciamiento que un individuo establece con aquellos que le rodean a causa de la ansiedad, e incluso miedo, que le produce el relacionarse con ellos. Ésta distancia puede llevarse a cabo por medio de mecanismos internos emocionales, como el no comunicarse con otros o el aislamiento psicológico. O también por mecanismos físicos como en el caso de la familia, decidir dejar el hogar, o simplemente evitando convivir con las personas. Y en algunos casos, la combinación de ambos mecanismos (Vargas e Ibáñez, 2007).

La desconexión emocional caracteriza a las personas con pensamientos de autosuficiencia, convenciéndolos de que no necesitan de los demás, no deben confiar en nadie y que deben de buscar su independencia. Los individuos desconectados, por lo regular son quienes no han tenido resueltos sus conflictos con la familia de origen de una manera funcional, y piensan que dejando atrás su pasado, desarrollarán la independencia que tanto anhelan. Pero lo que sucede es que la etapa de pretensión es traicionada por la cantidad de ansiedad asociada con el tratar de ser un adulto responsable.

Para Wile (2013), una persona desconectada emocionalmente tiene límites de intimidad demasiado estrechos, ante la mínima muestra de intimidad que otra persona tenga con ella, inmediatamente sentirá la invasión a su espacio personal y privacidad, y automáticamente reaccionará negando relación alguna y

alejándose. Actuando de igual manera cuando el estrés y los problemas aparecen. La ansiedad generada por la indiferenciación es ligada a la distancia. Por ejemplo, en un compromiso la gente se retira físicamente o se retira por medio de mecanismos psicológicos, y la ansiedad es señalada en ese sentido.

Mientras que Mikulincer, Florian, Cowan y Cowan (2002), explican que la desconexión entre un descendiente y los padres, es siempre una expresión de apego no resuelto entre el niño y éstos. En el contexto del niño que crece lejos emocionalmente del padre, y el padre promueve ése proceso, la desconexión se desarrolla en respuesta al grado de intensidad de fusión en el triángulo de los padres. Mientras menos indiferenciación, o fusión dentro de la familia nuclear, y menos fijo el triángulo padres-hijo, más suave será el proceso de separación emocional entre hijos y padres. Será más un proceso de crecimiento alejado, en lugar de un desgarramiento alejado.

En cada sistema en la que el individuo se desarrolle se repetirá esta tendencia. El infante indiferenciado reaccionará en función de lo que ocurre en su familia de manera directa o inversamente proporcional. Cuando la persona se va desarrollando en otros sistemas va trasladando esta forma de relacionarse. En la adolescencia es muy notorio este comportamiento, ya que es cuando se convive con un grupo de personas mayor al que normalmente se estaba acostumbrado. Lo predecible es que una persona indiferenciada sea fácilmente influenciada, o en otros términos, manipulada; el adolescente se convierte en un chico rebelde, sin convicciones y puede caer fácilmente en adicciones. Esto traerá consigo problemas con la familia.

## **2.5 Familia**

Bowen entiende a la familia humana como un sistema natural, lo que significa que lo que ocurre en una familia tiene que ver con lo que ocurre en la naturaleza, más que con otras variables a las cuales los profesionales de la salud suelen dar más importancia. Cuando Bowen afirma que la familia es un sistema *natural*, quiere decir que está ligada directamente a lo emocional, haciendo referencia no a sentimientos, de amor, odio, envidia, etc., sino al

concepto derivado de *motion*, que quiere decir motor, lo que funciona para estar vivo.

El origen de la familia está en el establecimiento de una alianza entre dos o más grupos de descendencia por lo que es el grupo social primario formado por individuos unidos por lazos sanguíneos, de afinidad o de matrimonio, que interactúan y conviven en forma permanente y que, comparten, generalmente, factores biológicos, psicológicos y sociales. La familia puede ser considerada como la mejor opción para vivir en asociación ya que, en condiciones ordinarias, tiene una función primordial en la formación de la identidad del individuo (Membrillo y Rodríguez, 2008; Cobb, Larson y Watson, 2003).

La familia es un ente inmerso en la sociedad, considerando, en muchos casos, como pilar de la misma, por lo cual recae un peso significativo en los acontecimientos que en ella ocurren; por ejemplo, Medalie (1987), menciona que la familia colabora de manera original y profunda en la construcción del mundo, esta hace una vida propiamente humana, protegiendo y transmitiendo las virtudes y valores. En este sistema los padres transmiten enseñanzas a los hijos, las cuales están rodeadas de emociones, sentimientos y pensamientos, es decir, facilitan el aprendizaje de conocimientos y habilidades. Para que exista un funcionamiento realmente eficaz de la familia, los hijos tienen que aceptar que existen niveles de autoridad (Estrada, 2003).

La familia no sólo tiene efectos en los hijos, sino en los padres también representa realización personal del adulto, en la cual, menciona Williamson (1991), es distinta la dependencia que se tenía cuando los miembros de la pareja vivían con sus padres a la independencia que este nuevo grupo implica. Bowen (1997), plantea, a partir de su teoría, que la es importante en diferentes periodos del desarrollo, por lo cual, la familia debe ser flexible para tener diversos cambios lo largo de las exigencia y dificultades que ocurren en la vida, esto mientras mantiene la continuidad, el apoyo y el estímulo al crecimiento de cada uno de los miembros del grupo.

Parte de esta flexibilidad se ve refleja en que, a través de la historia, las

estructuras familiares se han diversificado, es por eso que existen distintos tipos de organización de familias:

- La familia nuclear o elemental: se entiende como la unidad familiar básica en la cual existe el esposo, que a la vez tiene el papel de padre, esposa quien es la madre; y los hijos, quienes pueden ser sanguíneos o adoptados.
- La familia extensa o consanguínea: compuesta por más de una unidad nuclear, se extiende más allá de dos generaciones, y está basada en los vínculos de sangre de una gran cantidad de personas, incluyendo a los padres, niños, abuelos, tíos, tías, sobrinos, primos, etc.
- La familia monoparental: está formada por uno de los padres y sus hijos. Puede tener diversos orígenes, ya sea porque los padres se han divorciado y los hijos quedan viviendo con uno de los padres, por lo general la madre. Existen otras razones para la conformación de una familia de este tipo de organización; puede ser motivo de esto, un embarazo precoz donde se realiza una configuración necesariamente de este o el fallecimiento de uno de los cónyuges.
- La familia de padres separados: Es aquella familia en la que los padres se encuentran separados, ya sea porque se niegan a vivir juntos, o porque no son pareja pero deben seguir cumpliendo su rol de padres ante los hijos por muy distantes que éstos se encuentren. La relación de pareja está negada entre estas dos personas, pero no a la paternidad y maternidad.

Existen, dentro de estas familias, ciertos estilos que, Omaña (2011), ha definido como características generales:

- Familia sobreprotectora: Presenta preocupación por sobreproteger a los hijos. Los padres no permiten el desarrollo y autonomía de los hijos, y por lo tanto no saben ganarse la vida; es una familia indiferenciada que tiende

a la fusión, por lo tanto no es responsable de su yo y tienen excusas para todo. Por consecuencia, la madurez de los hijos se ve retrasada y al mismo tiempo hacen que éstos dependan extremadamente de sus decisiones.

- Familia rígida: los límites y roles en esta familia, son inflexibles, no se aceptan los cambios de los hijos con facilidad; al negar los cambios, los padres tratan a los niños como adultos, y al mismo tiempo, no admiten el crecimiento de los hijos. Esto convierte a los hijos en personas autoritarias.
- Familia permisiva: La disciplina de los hijos no son la principal característica de este tipo de familia, debido a que los padres no son capaces de establecer dicha disciplina, esto, bajo el pretexto de no ser autoritarios y de pretender razonarlo todo, se les permite a los hijos hacer todo lo que quieran. En estas familias los padres no funcionan como padres ni los hijos como hijos, cambiando, incluso, algunos roles de comportamientos.
- Familia centrada en los hijos: En ésta frecuentemente hay conflictos en el subsistema conyugal y por ello centran su atención en los hijos y en vez de tratar temas de la pareja, traen siempre a la conversación temas acerca de los hijos, como si entre ellos fuera el único tema de conversación. Éste tipo de padres busca la compañía de los hijos y depende de éstos para su satisfacción. En otras palabras, es una familia indiferenciada, con alta ansiedad en los padres, por lo que se triangula a los hijos.
- Familia estable: Es una familia diferenciada en donde se muestra claridad en los roles, metas y sueños, así mismo, se les muestra, a los hijos, el panorama de vida que los padres quieren para ellos. La unión es una característica de estas familias y por lo tanto, los hijos crecen estables,

seguros, confiados, resultándoles fácil dar y recibir afecto. En la etapa adulta, son personas diferenciadas, como consecuencia de esto son activos, autónomos, capaces de expresar sus necesidades, por lo tanto, se sienten felices y con altos grados de madurez e independencia.

- Familia inestable: En éste tipo de familia los límites son difusos, es contraria a la establea no alcanza a ser unida debido a que los padres están confusos acerca del mundo que quieren mostrar a sus hijos por falta de metas comunes, y como resultado de su inestabilidad, los hijos crecen inseguros, desconfiados y temerosos, con gran dificultad para dar y recibir afecto. Se vuelven adultos pasivos y dependientes, incapaces de expresar sus necesidades, y por lo tanto, frustrados y llenos de culpa y rencor por las hostilidades que no expresan y que interiorizan.

## **2.6 La familia, diferenciación y su influencia en la elección de pareja.**

Para Ibáñez, Vargas, Hernández y Archundia (2012), familia es el núcleo básico de los procesos tanto de mantenimiento, como de cambio cultural de los patrones sociales, ya que ella se cimientan los sistemas de creencias y valores que se van transmitiendo de una generación a otra. Estos sistemas son fundamentales para la convivencia social, y así mismo, la sociedad genera un ideal de familia. Por lo tanto, se afirma que la familia es el lugar que genera la estabilidad emocional, y al mismo tiempo, influye en el control moral en el individuo para la sociedad.

Por otro lado, parte fundamental de esta tesis es la relación entre la diferenciación y la decisión de elección de pareja, para lo que Montoya (2000), nos dice que la selección de pareja conyugal, al contrario de lo que comúnmente se entiende, no es una decisión promovida por los elementos de estímulo de orden físico y sensorial de base endógena, sino por el extenso cortejo de notificaciones entre las que el componente instintivo no tiene una prevalencia exclusiva tal y como ocurre en el mundo animal, es decir, no sólo depende de los factores biológicos, sino también de los sociales. Por ejemplo, los estilos de pareja de los

padres tienen una fuerte influencia en la selección de pareja en los adolescentes (Lacey, Reifman, Scott, Harris y Fitzpatrick, 2004; Lazar y Guttman, 2004). Por otro lado, otros factores importantes pueden ser los niveles de ansiedad (Wenzel y Emerson, 2009), la ansiedad y el estrés (Koehler y Chisholm, 2009; Wenzel y Emerson, 2009), que están ligados directamente con la diferenciación del “yo” propuesta por Bowen. También la atracción de las mujeres hacia el hombre puede verse influenciado por las mujeres que rodean al hombre (Berecskei y Gyuris, 2010). Bowen (1978), plantea que en una relación de pareja las personas poseen distintos modos de diferenciación: Los bajos niveles de diferenciación se ven en sujetos con una falta del “Yo” desarrollado; que tiende a establecer relaciones dependientes emocionalmente; con ansiedad ante la distancia o separación; temor a la cercanía y llegan a ser ambivalentes ante los vínculos profundos. Se debaten entre las necesidades de dependencia para construir un sí mismo desde el otro, y el temor al abandono por un lado y la fusión y control por el otro. Las relaciones de pareja establecidas serán ambivalentes, fusionadas y dependientes. Las personas con un alto nivel de diferenciación, por el contrario, podrán integrar sus necesidades de individualización y conexión emocional. Son autónomos y con una profunda conexión emocional a partir de la intimidad donde la apertura del sí mismo está centrada en la posibilidad de conocerse a sí mismo en presencia del otro, en un vínculo de confianza y legitimidad. La autonomía no será vivida como abandono y habrá movilidad y flexibilidad en los roles de contención emocional en el nivel recursivo superior a la diferenciación sin que estas características sean percibidas como negativas. La relación de pareja estará basada en el crecimiento del sí mismo y en la generosidad más que en la dependencia y la equidad

Por otro lado, Kerr y Bowen (1988) e Ibáñez, Guzmán y Vargas (2010), han descrito como una persona fusionada, optará por actuar de manera dependiente, dándole una excesiva importancia a todas sus relaciones. Las personas fusionadas no conocen el término de individualidad cuando se encuentran sumergidas en cualquier relación, por lo que se caracterizan por ser personas que no pueden tomar decisiones propias ni resolver problemas por sí mismas. La familia es el primer punto en donde se da el desarrollo del niño, rodeada de

aprendizajes, de este desarrollo dependerá su nivel de socialización, e incluso, como se menciona, el tipo de pareja que elegirá para formar su propio grupo familiar, también dependerá el tipo de familia que haga, así como las enseñanzas que otorgará a sus hijos.

## **2.7 Violencia**

La Organización Mundial de la Salud define la violencia como:

El uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones. Tipos de violencia La clasificación de la OMS, divide la violencia en tres categorías generales, según las características de los que cometen el acto de violencia: – la violencia autoinfligida (comportamiento suicida y autolesiones), – la violencia interpersonal (violencia familiar, que incluye menores, pareja y ancianos; así como violencia entre personas sin parentesco), – la violencia colectiva (social, política y económica). La naturaleza de los actos de violencia puede ser: física, sexual, psíquica, lo anteriores incluyen privaciones o descuido.

Para fines de esta tesis se retoma la concepción de Corsi (1999), quien considera que la dinámica de la violencia tiene dos características:

**a)** su carácter cíclico

**b)** su intensidad creciente; identificando 3 fases de violencia en la pareja:

\*Fase de la acumulación de la tensión

\*Fase de episodio agudo

\*Luna de miel a partir de la cual se reinicia el ciclo.

Autores Bowen (1960), Haley (1988), Minuchin (1989), sostienen que cuando existen conflictos en la interacción familiar se generan triángulos atóxicos, definido como triangulación (Bowen 1988). Este proceso que implica la formación de parejas (díada) con exclusión de un tercero, o contra éste. Bowen

tiene un gran impacto con su teoría respecto a los triángulos y su función en la dinámica familiar ya que introduce el concepto de diferenciación, lo cual sustenta una explicación natural del fenómeno de la triangulación. La cual, de manera resumida y como se ha mencionado anteriormente postula que las familias muestran altos grados de ansiedad cuando presentan una baja diferenciación, es decir, que la familia carece de individuos y en lugar de ellos se encuentran que los miembros tiene una permanente necesidad de estar juntos, a lo que se conoce como familias indiferenciadas – fusionadas; cuando este grado de ansiedad supera los límites de algún miembro puede desconectarse ese miembro, lo cual, como se ha mencionado, es una respuesta al alto grado de fusión que existe. Una de las características de las familias indiferenciadas es la rigidez en las normas de la misma, así como comunicación pobre o caso contrario, la comunicación impide el desarrollo personal de los individuos, las reglas son superadas con facilidad y con consentimiento de los padres. Este tipo de familias tienden, además de la indiferenciación, a la violencia, conocida como violencia familiar.

Este tipo de violencia puede ser abordada desde diferentes perspectivas teóricas, al tomar como referencia las fases que determina Corsi (1999), puede notarse que es un ciclo, tal como postula la visión los sistemas naturales de Bowen y la característica multigeneracional, debido al grado de indiferenciación, un patrón de violencia puede reproducirse, de acuerdo al contexto, por la siguientes generaciones, es decir, si una generación vivió violencia física, la próximas generaciones vivirán algún tipo de violencia, sea verbal, física, económica, o también física.

Las familias que tienden a episodios de violencia, como se ha mencionado, son familias con bajo grado de diferenciación, aunque no es una regla, sí puede marcarse como tendencia. Esto se debe a una respuesta conductual del alto grado de ansiedad y la poca capacidad de manejarla canalizándola en actividades y/u otras personas, a lo cual se le conoce como triangulación.

## TRIÁNGULOS

Para poder definir qué es la triangulación, se debe definir qué son los triángulos. Los triángulos podrían ser considerados como el pilar que dará pie a la formación de todos los sistemas emocionales a los cuales formará parte cualquier individuo, pilar que se inicia en la familia de origen. Esto es porque los roles asignados y la ansiedad absorbida, desembocarán en la dinámica del individuo dentro del triángulo, la cual se desarrolla, repite y hereda. Y así será como el individuo se manifieste cuando la tensión incrementa en cualquier sistema emocional al que pertenezca.

Bowen (1997) y Titelman (2008), afirman que casi todas las relaciones se dan de esta forma, cuando la tensión incrementa, la pareja tiende a incluir dentro de su relación a otra persona, que puede ser un hijo, o alguien más. Si la tensión es poca, entonces la relación triangular se establece de tal forma que la tercera persona es considerada como un extraño, pero cuando esta tensión se incrementa, entonces se tiende a incluir cada vez más personas y a establecer triángulos cada vez más complejos con la finalidad de manejar la tensión.

El concepto de triángulo se centra en las innumerables manifestaciones de fusión y distancia que significan el grado de integración entre las fuerzas de la individualidad y la unión. Éste concepto puede ocuparse de la relación entre todos los miembros de una familia a lo largo de su vida, tanto dentro de la familia nuclear y la familia extensa a través de múltiples generaciones. Dicho proceso sucede de la siguiente manera: la calma estable del sistema de dos personas se altera, disminuyendo, por ejemplo, la capacidad de una pareja para tratar directamente entre ellos.

La ansiedad en relación con los niveles funcionales de diferenciación de la pareja, puede conducir a la participación de un miembro vulnerable de la familia o externo a la familia en un triángulo. Cuando el proceso emocional no puede ser

contenido dentro de un triángulo, triángulos entrelazados se forman dentro y entre los múltiples núcleos familiares en el sistema emocional de la familia extensa multigeneracional. Los triángulos y triángulos entrelazados, expresan los movimientos predecibles de los procesos emocionales en el espacio interior, físico o geográfico. El enfoque de la teoría de Bowen es si se expresa interna y externamente en el espacio emocional (Kerr y Bowen 1988).

Los triángulos son el mecanismo utilizado cuando la tensión entre dos personas es demasiada que no la puede tolerar, y es donde una tercera persona entra a formar el triángulo, para absorber parte de la tensión y aminorar la carga de los otros dos. Un triángulo está conformado por dos personas que se encuentran en cercanía emocional, y un tercero (o extraño) que en su deseos de querer ser parte del dúo, intentará varias veces ser parte de éste. Tomando en cuenta que sólo se recurre al extraño cuando la tensión entre el dúo incrementa (Kerr, 2003). Lo que quiere decir, que la diada se regula a expensas del tercero, y hay que considerar que cuando la tensión disminuya, el dúo vuelve a tener la cercanía emocional deseada y el tercero es excluido. La triangulación es comúnmente estresante para al menos uno de los tres participantes, e indica una falta de individuación en la familia nuclear. La incapacidad para resolver la triangulación aumenta el nivel de dificultad para funcionar en las relaciones íntimas exigentes

Como ya se ha mencionado, la tensión entre dos personas puede incrementar cuando los parámetros de intimidad e individualidad dejan de estar en equilibrio dentro de la relación. Y es por eso que el más incómodo del dúo recurre al tercero, para de alguna manera reafirmar sus relaciones de apego con alguien. Cuando es el caso de una tensión alta, la posición del externo será la más cómoda, y por tanto, la más deseable:

*“En períodos de calma, el triángulo está formado por un cómodo dúo cercano y un forastero menos cómodo. La pareja trabaja para preservar la unión, para que no llegue a ser incómoda y formar una mejor convivencia en otra parte. El forastero busca formar una unión*

*con uno de la pareja, y hay numerosos movimientos para lograr esto”*  
(Titelman, 2008, pág.35).

El autor refiere al triángulo como la participación de tres personas. Esto es consecuencia lógica de la noción de que el triángulo es un sistema vivo y biológico, en el que existe ya sea el movimiento alternativo o el movimiento potencial recíproco entre los tres. Según Kerr (2003) la visión más congruente con la teoría de Bowen, es la siguiente:

- Un triángulo emocional se compone de tres personas vivas. Es un sistema biológico viviente (una mascota, que es un ser vivo, se puede calificar como un potencial tercer miembro de un triángulo emocional). Los tres son participantes emocionales, y son capaces de actuar y reaccionar a los otros dos miembros del triángulo.
- Una persona fallecida, idea, fantasía, institución, religión, u otro concepto o un objeto inanimado no se considera parte de un triángulo emocional.

Aunque posteriormente se hace una distinción entre el sistema multigeneracional de la familia, que incluye a todos los miembros vivos y muertos de una familia, y el sistema emocional de la familia multigeneracional, que consiste solamente en miembros vivos de la familia.

Bowen describe el triángulo como un fenómeno que se caracteriza por un proceso emocional en constante movimiento, que consiste en las fuerzas emocionales instintivas y las fuerzas opuestas:

*“Las fuerzas emocionales dentro del triángulo están en constante movimiento de un momento a otro, incluso en períodos de calma. En estados de tensión moderada en la pareja, éstas fuerzas son sentidas característicamente por un miembro, mientras que en el otro son inconscientes. Es el único que se siente incómodo, quién inicia un nuevo equilibrio hacia una unión más cómoda para él mismo”* (Titelman, 2008, pág. 42).

Argumentando que las fuerzas emocionales dentro de un triángulo están en

constante movimiento todo el tiempo, siendo una especie de reacción en cadena, moviéndose tan automáticamente como reflejos emocionales. El proceso de los triángulos está estrechamente relacionado con todos los demás conceptos, y también los vincula entre sí. Y cada uno, está conectado de forma fluida a los impactos y el funcionamiento del sistema emocional familiar multigeneracional o unidad.

### 3.1 Triangulación

De acuerdo con Bowen (1978), los triángulos son la estructura más pequeña de un sistema emocional y puede estar presente en la familia o cualquier otro sistema. Este proceso es completamente natural entre primates. Si existe en otras formas de vida es preciso estudiarse, sin embargo, el hecho que se encuentre en los primates comparte perfectamente la idea evolucionista que prevalece en la postura de Bowen.

La función básica de un triángulo es liberar tensión emocional entre dos miembros de un sistema. La importancia biológica de este fenómeno radica en la supervivencia del grupo, ya que, si no hubiese una manera de liberar dicha tensión puede derivar en situaciones que atenten contra el individuo o individuos del grupo haciendo al mismo menos unido y vulnerable.

En la siguiente figura se muestra cómo se desarrolla la triangulación:



Figura 1. La línea recta representa una relación emocional

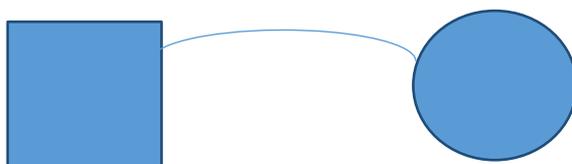


Figura 2. La línea curva representa tensión emocional en la relación

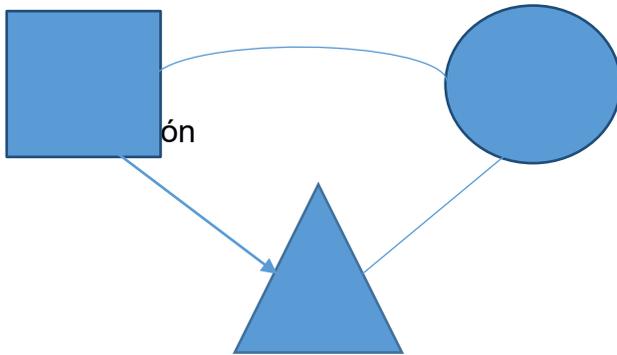


Figura 3. Este es el proceso de representado con una línea y una flecha

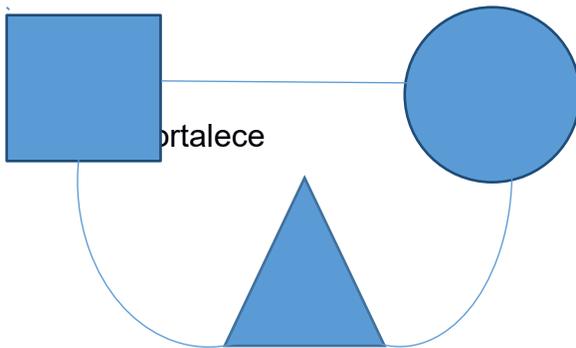


Figura 4. La triangulación libera el vínculo emocional.

Dependiendo del grado de tensión emocional es el tipo de triángulo que se ve involucrado; si la tensión emocional es baja el triángulo estará dentro del sistema familiar, pero, si por el contrario, es alta, la triangulación va a tender a un miembro externo. Ejemplo de esta situación es:

*Pablo, esposo de Sandra, encuentra que en repetidas ocasiones ella no realiza las labores domésticas que le corresponden. Pablo se encuentra muy molesto ya que él argumenta que trabaja todo el día, y Sandra no, y aun así*

*dividen las labores del hogar y Sandra no las realiza. Sandra dice que siempre tiene que hacer todo y está harta. Existe ya tensión emocional, y Lucero, hija mayor de ambos, comienza a verse involucrada en las discusiones, pues Pablo le pide siempre ayuda para que Sandra realice sus labores y así no tengan riñas entre ellos. Sandra a su vez, en cada oportunidad que tiene se queja de Pablo con Sandra. Esto ha evitado más conflictos entre Sandra y Pablo, pero ahora existe un conflicto entre los tres, pues la tensión, a pesar que ya es menor entre dos de los miembros, ahora se encuentra presente en tres.*

En este caso hay una triangulación dentro del mismo sistema, que es la familia. Puede disminuir la tensión entre los miembros del conflicto, sin embargo se suma un tercero, el cuál actúa como “amortiguador” emocional, y esto ayuda a que el grupo siga unido. El triángulo puede cambiar cuando el problema aumenta y así mismo la tensión.

*Sandra está muy preocupada por la situación económica por la que atraviesan, pues con lo que Pablo “trae a casa” ya no alcanza. Ella no sabe cómo afrontar la situación y la única respuesta es dejar de hacer sus tareas correspondientes del hogar, pensando que así sería más justo. Para ocupar su tiempo en algo que no sea el hogar ha tenido la costumbre de “ir por el café” con las mamás de las compañeras de Lucero. En ese momento todas comentan los problemas que tienen con su familia y se sienten bien después de comentarlo.*

*Pablo se queja porque ya no alcanza lo que él “lleva a casa” y le pide a Sandra que ya no vaya por el café con las amigas, ya que eso implica un gasto que, por el momento, no puede sostener. Sandra se molesta porque “es lo único que hace fuera de casa”, Pablo dice que no hace lo que le corresponde en casa. La triangulación con Lucero ya no es suficiente, pues ha llegado a tal grado el conflicto que han dejado de tener relaciones sexuales. Pablo se encuentra molesto e invita a salir a la nueva chica de la oficina. Al inicio solamente le comentaba su situación marital, posteriormente, comenzaron las insinuaciones sexuales por parte de Pablo, culminando así en el acto sexual. Pablo ha logrado, de esta manera, poder liberar parte de la tensión que la situación en casa ha provocado.*

En esta parte de la historia se encuentra de manera implícita una triangulación por

parte de ambos hacia el exterior, involucrando a un tercero fuera del sistema familiar a la relación.

En síntesis, puede entenderse un “triángulo” cuando hay en un sistema de dos, un tercero. Pero, no necesariamente un triángulo se compone de sólo tres personas.

Aunque posteriormente se hace una distinción entre el sistema multigeneracional de la familia, que incluye a todos los miembros vivos y muertos de una familia, y el sistema emocional de la familia multigeneracional, que consiste solamente en miembros vivos de la familia. Argumentando que las fuerzas emocionales dentro de un triángulo están en constante movimiento todo el tiempo, siendo una especie de reacción en cadena, moviéndose tan automáticamente como reflejos emocionales. El proceso de los triángulos está estrechamente relacionado con todos los demás conceptos, y también los vincula entre sí. Y cada uno, está conectado de forma fluida a los impactos y el funcionamiento del sistema emocional familiar multigeneracional o unidad.

En síntesis, puede definirse que un triángulo es un sistema de relación entre tres personas o dos personas y una actividad. Se le considera la piedra angular o la “molécula” de los sistemas emocionales más grandes porque el triángulo es el sistema de relación estable más pequeño. Un sistema de dos personas es inestable porque no tolera mucha tensión antes de involucrar a una tercera persona. Un triángulo puede contener mucha más tensión antes de involucrar a otra persona porque la tensión se puede desplazar entre las tres personas. Si la tensión se vuelve demasiado alta para ser contenida dentro de un triángulo, se esparce a una serie de triángulos “interconectados”. El disipar la tensión puede estabilizar un sistema, pero no se resuelve el conflicto central.

Las acciones de las personas dentro de un triángulo reflejan sus esfuerzos para asegurar sus apegos emocionales con otras personas de importancia para ellos, sus reacciones de demasiada intensidad en sus apegos, y el hecho de tomar partido en los conflictos de los demás. Paradójicamente, un triángulo es más estable que un par, pero un triángulo crea un mal tercio, la cual es una posición muy difícil de tolerar para los individuos. La ansiedad generada por el anticipar ser o el ser el mal tercio es una fuerza de gran potencia en los triángulos. Los

patrones en un triángulo cambian al incrementarse la tensión. En períodos de calma, dos de las personas son los “internos” y gozan de cercanía y confianza y la tercera persona es un “externo” incómodo. Los internos excluyen laboriosamente al externo, y el externo intenta acercarse a uno de ellos. Siempre hay alguien incómodo buscando el cambio dentro de un triángulo. Los internos solidifican su vínculo al elegirse el uno al otro en lugar del externo menos deseable. Cuando alguien elige a otra persona en lugar de a uno mismo, se crean sentimientos muy intensos de rechazo.

Si se desarrolla tensión media o moderada entre los internos, el más incómodo de ellos se acercará al externo. Uno de los internos originales se convierte ahora en el nuevo externo y el externo original es ahora uno de los internos. El nuevo externo tomará medidas predecibles para restaurar su cercanía con uno de los internos. A niveles moderados de tensión, los triángulos normalmente tienen un lado en conflicto y dos lados armoniosos. El conflicto no es inherente en la relación en la cual existe, pero sí refleja el funcionamiento del triángulo en general. A un alto nivel de tensión, la posición del externo se convierte en la más deseable. Si se desarrolla un conflicto severo entre los internos, uno de los internos se cambia a la posición de externo al conseguir que el externo actual se pelee con el otro interno. Si el interno que está maniobrando de esta manera tiene éxito, se apodera de la posición más agradable al estar observando a los otros dos pelearse. Cuando la tensión y el conflicto disminuyen, el externo intentará volver a convertirse en interno.

Los triángulos contribuyen de manera significativa al desarrollo de problemas clínicos. Por ejemplo, el hecho de ser movido de una posición de interno a la posición de externo podría traer consigo una depresión o incluso una enfermedad física, o el hecho de que dos padres se enfoquen con intensidad en los problemas de un hijo puede traer consigo una rebelión seria en el hijo.

### 3.2 Características del Triángulo

Los triángulos emocionales, bajo la concepción de Bowen (1978), se componen de tres personas. Esto es debido a la concepción del triángulo como un ente viviente dentro de un sistema, sin embargo, Fay, y Kauto (1997), postulan la teoría de que un miembro muerto de la familia así como personas con tiempo prolongado de ausencia; una idea, una actividad, un proceso o una institución, pueden ocupar el tercer punto de un triángulo. Así mismo, Bowen (1978), reconoce que muchas personas, y bajo la concepción mencionada, actividades, ideas, etc., pueden ser parte de una o más posiciones dentro el triángulo. Esto es conocido como “sistema múltiple”.

Las personas con bajos grados de indiferenciación, como se ha visto, son propensas que tienden a las adicciones, sobre todo, a sustancias enervantes, lo cual es una actividad que les permite disminuir la ansiedad de manera momentánea, sin embargo, se liga a una dependencia a las sustancias. Esta es una característica de los triángulos, disminuir la ansiedad, es por ello que no sólo las personas pueden ser partícipes de la triangulación. Por ejemplo:

*Raúl, quien trabaja 10 horas al día con una paga que no es suficiente para la manutención de su hogar, llega a casa, Frida, su esposa, le da las cuentas por pagar y le exige pagarlas cuanto antes. Esta situación ha creado un nivel de ansiedad muy alto entre la pareja. Raúl, opta por ir a una cantina a beber después del trabajo y previo a llegar a casa, esto lo realiza de manera constante porque, por este medio, se siente “menos estresado” por la situación, y de esta manera es como evita conflictos con Frida.*

Este es un ejemplo en donde hay una triangulación hacia una actividad; cabe destacar que dicha pareja es una pareja indiferenciada, ya que, en el caso de Raúl, comienza a beber alcohol para poder disminuir la ansiedad que siente, y Frida, por su parte, exige el pago de las cuentas por parte de Raúl dejando de lado aspectos que pueden ser importantes para el desarrollo de la pareja.

La teoría de Bowen (1977), nos permite apuntar que la triangulación puede darse en dos tipos de sistemas triangulares:

1. Un triángulo emocional se compone de tres personas vivas. Se trata de un sistema vivo, biológica (una mascota, siendo un ser vivo, puede calificar como un tercer miembro potencial de un triángulo emocional). Los tres son los participantes emocionales y son capaces de actuar y reaccionar a los otros dos miembros del triángulo.

2. Una persona muerta, idea, fantasía, institución, religión, algún u objeto no vivos no pueden ser considerados como parte de un triángulo emocional. Smith (2003), hace una distinción entre el sistema familiar multigeneracional (todos sus miembros que están vivos y los miembros que están muertos), y el sistema emocional de la familia multigeneracional (únicamente los miembros vivos de la familia). Existe una controversia clínica, ya que muchos profesionales capacitados han utilizado la idea de que un miembro de la familia muerta es una parte del sistema de la familia multigeneracional.

Sistemas tripersonales: este sistema es una red de vínculos entre individuos, de un espacio relacional formado por tres personas, sin importar las relaciones en las que estén inmersos cada uno de los miembros. Se trata de un sistema compuesto de tres díadas. El número de integrantes de este sistema pueden encontrarse dos figuras posibles “el triángulo” y “la triada”, esta última consiste en un sistema abierto compuesto por de tres personas, donde cada una de las díadas corresponde a una relación de uno a uno, donde cada persona puede actuar frente a la otra sin limitarse por lo que el tercer individuo haga o diga frente a lo que se dice. De acuerdo a Kerr y Bowen (1988), estas son características de personas que suelen presentar altos niveles de diferenciación del yo y es lo que les da la cualidad de funcionamiento individual en esta triada. El Triángulo es el caso contrario al comportamiento de las personas dentro de una triada, lo cual, no necesariamente lo convierte en algo negativo; en este triángulo

cada participante presenta un bajo nivel de diferenciación del yo y, como característica de estas personas, no son capaces de formar relaciones uno a uno; para suplir esta interacción, forman coaliciones, como mencionan McGooldrick y Gerson (1987), en las cuales las acciones estarán en función de lo que posiblemente el otro responderá. Debido al bajo nivel de diferenciación que existe en los triángulos, la reactividad es mayor como respuesta a la ansiedad. Este triángulo es una contención de ansiedad que podrá activarse en cualquier momento por razones que incrementan la ansiedad y el estrés.

La disipación de la ansiedad está en función de la composición del triángulo, la cual es conformada por la relación entre los individuos que se encuentran en el mismo, esta estructura comprende posiciones, que pueden ser la persona que triangula y la que es triangulada. Es por esta razón que los triángulos son una estructura dinámica, cuyo movimiento es motivado por la necesidad de ocupar la posición más cómoda dentro de los mismos. Esta es una de las razones por las cuales es una contención de ansiedad y reactividad, ya que habrá una lucha constante por la posición más cómoda.

Kerr y Bowen (1988), proponen un modelo para explicar esta situación llamado “Insider – Outsider”, que es el triangulador y el triangulado, respectivamente. Sin embargo, Guerin et al (1996), incluye una tercera posición dentro del triángulo, esta posición es el “atrapado”, que es la persona presionada por la tensión de los miembros del triángulo. Normalmente, los esfuerzos de quien ocupa la posición del “atrapado” apuntan hacia la conciliación entre las posiciones de los otros dos, lo cual suele ser infructuoso. Es un esfuerzo explícito pero también puede ser implícito en los actos que realiza; por ejemplo:

*David es padre de María y esposo de Alejandra. Entre Alejandra y David, la relación ha resultado conflictiva a tal grado que ya es presenta la violencia física. María, quien tiene 15 años, comienza a percibir esta problemática, con el pasar de las semanas presenta, de manera cada vez más recurrente, episodios en los cuales su alimentación es mínima, incrementando la duración de estos episodios a lo largo del tiempo. La violencia entre Alejandra y David incrementa su*

*frecuencia e intensidad, María comienza a hacer más evidente su trastorno alimenticio debido a que ahora entra en un episodio de bulimia. Al percatarse de esto, David y María disminuyen considerablemente el conflicto, centrando la atención en la situación de María.*

Este ejemplo, retrata como una persona es atrapada entre los conflictos de otras dos personas, y, de manera implícita atrae la tensión hacia ella y esto disminuye la ansiedad de la pareja, sin embargo esto no ha arreglado la problemática inicial, ya que ahora podría derivar en un incremento de los conflictos debido a que David y Alejandra comienzan a hacer al otro con la responsabilidad (culpa) de lo ocurrido a María. En algunos triángulos la estructura es dinámica, cambiando así la función y posición de cada uno de los participantes del mismo. Esto es en un triángulo flexible, sin embargo, en triángulos con alta rigidez e inflexibles, la estructura es rígida, lo que implica una disfuncionalidad extrema de sus miembros. Según Guerin (1996), La posición en un triángulo, así como su dinámica, puede darse de diversas maneras.

\*En primer lugar, el posicionamiento reactivo describe una reacción irreflexiva ante el comportamiento de los otros miembros del Triángulo.

\*En segundo lugar se encuentra el posicionamiento adaptativo, que no es del todo adaptativo, sino que es suplir, de manera obligada el lugar de un miembro ausente en el triángulo, esto, en una persona fusionada, comienza a tener el efecto de apropiación del rol, siendo esta persona quien interioriza la responsabilidad e ese papel como propia.

\*En tercer lugar está el posicionamiento experimental, es quien modifica la estructura del triángulo y por lo tanto también modifica el proceso.

\*En cuarto lugar está el posicionamiento funcional, que es un individuo que adopta una posición personal segura y diferenciada, siendo sí mismo y dejando ser sí mismos a los otros, mediante la disposición física y emocional tanto en el encuentro como en el desencuentro.

De acuerdo a esta idea, cuando uno de los miembros del triángulo logra estar en la posición funcional, el Triángulo es desactivado. Otro aspecto implicado en la estructura de un Triángulo es el que se refiere a la distribución de la incomodidad y la localización del síntoma. El dolor en una formación triangular va a manifestarse distribuido de uno u otro modo de acuerdo a la interacción entre factores como, por ejemplo, la predominancia distanciador-persecutor en cada uno de los participantes o los niveles básicos o funcionales de diferenciación. Así, de acuerdo a lo expuesto más arriba, mientras en un Triángulo donde el outsider aparezca como distanciador, es muy probable que esa posición haya sido asumida activamente y, por tanto, sea una posición relativamente cómoda, en otro Triángulo donde el outsider se muestre como persecutor la incomodidad puede estar siendo vivida fundamentalmente por él, lo cual le mueve hacia la insiderización. De acuerdo a lo anterior, el síntoma no tiene porqué emerger, necesariamente, en el outsider, sino que su localización ha de depender de cómo se reparte la ansiedad. Así, es posible observar sintomatología tanto en individuos atrapados en el medio –como el ejemplo ya mencionado de la niña que desarrolla un trastorno alimentario para conciliar a sus padres-, como en insiders –el ejemplo descrito por Guerin (1996) de un niño insiderizado junto a su madre soltera que, en ese operar, ha terminado excluyendo y alejando a todas las parejas de ella y que sufre la pérdida en su falta de ganas de levantarse en la mañana- y en outsiders –el clásico padre ausente o „forzado a ausentarse“ que desarrolla alcoholismo.

Proceso emocional interpersonal de un Triángulo Relacional En la estructura del Triángulo ocurren movimientos y cambios a partir del flujo una „energía emocional“ que Guerin (1996) denomina proceso. El proceso emocional interno de cada participante de un Triángulo se manifiesta en la relación con los otros y, en esa unión e interacción, emerge un dominio emergente que constituye el proceso emocional interpersonal, el cual „da vida“ a una estructura que es, más bien, descriptiva de la dinámica relacional. El proceso emocional interpersonal de un Triángulo es observable, en primer lugar, en el estado individual de excitación emocional de cada uno de los participantes y cómo estos ocurren simultáneamente; así, un participante puede sentirse enojado, feliz, triste o de otro

modo, en forma más o menos intensa y coincidiendo o no con el estado de los otros dos miembros. Como se indica más arriba, la interacción entre estos estados hará emerger un proceso interpersonal particular. En segundo lugar, se encuentran las diferencias entre los individuos respecto a la posibilidad de acción que cada uno tiene respecto a su excitación emocional. Así, se describe un continuo entre una interacción reactiva y una interacción reflexiva. Este aspecto está directamente relacionado con los niveles básico y funcional de diferenciación. En tercer lugar, es preciso atender a la variación entre la importancia atribuida a cada uno de los vínculos diádicos y al nivel de apego particular que muestran. Ello influye en la intensidad que el proceso tendrá; en ese sentido, dado que las relaciones dentro del sistema familiar 25 suelen ser más relevantes para los individuos, se espera que su proceso sea más intenso que el que se da en las múltiples triangulaciones breves que pueden ocurrir en un viaje en metro. En cuarto lugar, finalmente, el proceso también implica la diferencia entre los individuos en la sensibilidad frente a la expresión emocional de otros; el proceso emocional interpersonal no se compone, de acuerdo a lo anterior, sólo de la suma e interacción de los procesos emocionales individuales, sino que también, de hecho, de la calidad y cantidad de la percepción y respuesta que cada uno de los participantes muestra frente a los procesos de los otros y, por cierto, a las respuestas mismas de estos (Guerin, 1996). La sobrecarga de intensidad en el proceso correspondiente a una díada se transfiere parcialmente a otra díada interconectada, inaugurando el proceso de triangulación. Este excedente de tensión, en una estructura cerrada como la triangular, fluye continuamente dentro de las díadas y puede aparecer tanto como conflicto en una de ellas o en un síntoma en un participante en tanto aumenta el estrés en el sistema. Es justamente, en ese momento, en que se activa un Triángulo, limitando el movimiento individual y la libertad de decisión de cada individuo. Modos de formación y activación de Triángulos Relacionales Kerr y Bowen (1988; en Luna et al, 2003), así como Guerin (1996), describen distintas situaciones que pueden conllevar, directa o indirectamente, a la formación, consolidación o activación de un Triángulo, a saber:

a) Una díada estable puede ser desestabilizada por la adición de un tercero. Puede tratarse, por ejemplo, de un tercer participante que se posiciona como un outsider persecutor frente a una díada tensa y de baja diferenciación que, por cierto, da lugar a la formación del Triángulo. A partir de los intentos de insiderización del outsider por medio de uno de los insiders, el otro participante de la díada interior presenta un principio de outsiderización;

b) Una díada estable puede ser desestabilizada por la sustracción de un tercero. Puede ser el caso de una díada que acapara la comodidad relativa mediante la exclusión controlada del outsider y que, frente al alejamiento efectivo de este, vuelve a su inestabilidad definitoria hasta que ocurra algo como lo siguiente; 26

c) Una díada inestable puede ser estabilizada por la adición de un tercero. Se trata de lo que Guerin et al (1996), llama “proceso reactivo del pacificador” y constituye la definición básica propuesta por Kerr y Bowen (1988), del proceso de triangulación y que se explica más arriba; y

d) Una díada inestable puede ser estabilizada por la sustracción de una persona. En este caso, puede corresponder a un outsider persecutor que afecta la proximidad-distancia de los insiders que se retira por una u otra razón, o bien, por un insider muy potente a la hora de instar al otro insider a excluir al tercero y que desaparece del espacio relacional próximo.

## CAPÍTULO CUATRO

### INFIDELIDAD

#### 4.1 Familia

La familia es la conjunción de dos o más grupos de descendencia, dicha conjunción se establecen por medio de lazos sanguíneos, de afinidad o por la figura social llamada “matrimonio”; es el grupo social primario que generalmente comparte aspectos biológicos, psicológicos y sociales. Esta familia tiene una función importante en la formación de la identidad del individuo, como mencionan Membrillo y Rodríguez (2008), esta es la razón por la cual la familia es el mejor lugar para vivir en asociación con otros individuos. Para formar una familia existe un proceso de selección de pareja, ya que, al compartir por un tiempo prolongado aspectos biopsicosociales, estos aspectos deben coincidir en ambas personas en diversos niveles.

La selección de pareja conyugal, muy al contrario de lo que el comúnmente se entiende, no es sólo una decisión promovida por los elementos de estímulo de orden físico y sensorial de base endógena, sino por el extenso cortejo de notificaciones entre las que el componente instintivo no tiene una prevalencia exclusiva tal y como ocurre en el mundo animal (Montoya, 2000). Los estilos de pareja de los padres tienen una fuerte influencia en la selección de pareja en los adolescentes (Lacey, Reifman, Scott, Harris y Fitzpatrick, 2004; Lazar y Guttman, 2004). Por otro lado, otros factores importantes pueden ser los niveles de ansiedad (Wenzel y Emerson, 2009), la ansiedad y el estrés (Koehler y Chisholm, 2009; Wenzel y Emerson, 2009), así como la atracción de las mujeres hacia el hombre puede verse influenciado por las mujeres que rodean al hombre (Berecskei y Gyuris, 2010).

Como se mencionó, Bowen (1978), plantea que en las relaciones de pareja las personas poseen distintos niveles de diferenciación.

Existen personas que forman parejas con bajos niveles de diferenciación se ven en sujetos a una falta de un “yo” propio y desarrollado, tienden a establecer relaciones dependientes emocionalmente con ansiedad ante la distancia o separación, temor a la cercanía y con cierta polaridad emocional ante los vínculos profundos; estas relaciones serán fusionadas y tendientes a la dependencia.

Están las parejas integradas por personas con un nivel de diferenciación alto, las cuales establecen una relación de integración de sus necesidades de individualización y conexión emocional. Podrán tener autonomía y profunda conexión emocional a partir de la intimidad donde la apertura del “yo” está centrado en la posibilidad de conocerse a sí mismo en presencia del otro, en un vínculo de confianza y legitimidad. La autonomía no será vivida como abandono, caso contrario a la percepción que tiene, acerca de esto, el indiferenciado. También hay movilidad y flexibilidad en los roles de contención emocional en el nivel recursivo superior a la diferenciación sin que estas características en sean percibidas como negativas.

## **4.2 Infidelidad**

El concepto de infidelidad varía según el nivel de estructuración psíquica individual y de la cultura a la que se refiera. Es representacional en tanto tiene bases en la relación objetal, lo que lo ubica en el espacio intrasubjetivo. Es colusivo cuando el infiel es el vínculo, lo que le da un carácter intersubjetivo y también tiene carácter transubjetivo por los mitos y las creencias culturales. En la cultura occidental hay una fuerte exigencia de exclusividad en las relaciones de pareja, especialmente en el terreno sexual. Cualquier pérdida de esa exclusividad es considerada como una terrible deslealtad. Todo vínculo de pareja se tensiona con los desacuerdos, las crisis, los sentimientos de invasión, etc. Se distiende gracias a la comunicación funcional de la pareja y con los encuentros sexuales satisfactorios. El circuito relacional se tensiona cada vez más y uno de los dos triangula la díada. Por ello, el interrogante terapéutico está dirigido a develar las

motivaciones conscientes e inconscientes para la triangulación y que se hallan en el intercambio histórico de la pareja. Los significados de la infidelidad en las relaciones de pareja a considerar son: La infidelidad para escapar del objeto invasivo: el deseo erótico, constitutivo de la relación amorosa, es vehemente por la fusión íntima, por el deseo de ser cuidado, protegido y acogido; pero a la vez es una amenaza de pérdida del self, lo que genera una poderosa ansiedad y la necesidad de escapar del objeto invasivo a través de la misma vía: las relaciones sexuales con un tercero. En este caso, lo que lleva a la infidelidad no es la necesidad de satisfacción sexual con un tercero, sino el carácter imperativo de la ansiedad que le produce el sentirse dependiente y absorbido por su pareja. La dependencia expone al peligro de ser explotado, maltratado y frustrado. La infidelidad para obligar a la reparación: el establecimiento de la pareja implica un acuerdo inconsciente sobre la mutua satisfacción de deseos infantiles, la satisfacción de las necesidades y la reafirmación narcisista. El modo como se cohesione este acuerdo le otorga una particularidad a la pareja. La infidelidad aparece, en este caso, para vengarse del compañero a quien se le acusa de traicionar el acuerdo tácito de la pareja. Por ejemplo, la disposición y la atención de ella debían compensarse con la atención y disponibilidad sexual de él. La búsqueda erótica del tercero sirve como protesta ante la indiferencia sexual de su pareja (Mitchell, 1993). El infiel busca la manera de ser descubierto por su cónyuge para que el reclamo sea tenido en cuenta y así, obligarlo a reparar la falla al acuerdo inconsciente inicial. La infidelidad para negar la desidealización del objeto de amor: la conservación de la individualidad de un miembro de la pareja y la lucha por lograr la distancia óptima entre ambos pueden ser experimentadas como amenaza de pérdida y desengaño. El infiel se defiende, con su infidelidad, de la angustia que le produce verse obligado a renunciar al objeto totalmente satisfactorio del enamoramiento y busca perpetuar las ilusiones narcisistas, que en última instancia impiden que el sujeto establezca un verdadero compromiso con otras personas y con las gratificaciones que estas proporcionan.

La infidelidad para salvaguardarse del abandono: una sola relación profunda y duradera es vivida como una amenaza, el sujeto asume la infidelidad

como una medida de precaución frente a la angustia intolerable de la pérdida del objeto de Amor. “Disponer de varias parejas con las cuales el sujeto establece modos muy distintos de relación, con límites estrictos, permite hacer frente más fácilmente a la pérdida de uno de ellos” (Lemaire, 1995, p. 92).

Buss, Larsen, Westen y Semmelroth (1992); Pittman (1994), determinan la infidelidad como la primera causa de divorcio a nivel mundial. Williamson (1977), define la infidelidad como el hecho de engañar a la pareja violando una “cláusula” del contrato inicial en la cual se involucra a un tercero, ya que la fidelidad es siempre una muestra de propiedad de la persona. La infidelidad, según menciona Fisher (1992), no en todas las partes del mundo es considerada únicamente al coito, ya que puede ser percibida a partir de un apego excesivo a una persona fuera del dúo, a juegos sexuales (sin la necesidad de coito) o enamoramiento. Es en este punto en donde Buss y Shakelford (1997), hacen una distinción y determinan dos tipos de infidelidad, que son la sexual (involucra coito) y la emocional (entendida como enamoramiento). Existe cierta polémica entre las definiciones de la infidelidad, por ejemplo, Afifi, Falato y Weiner (2001), mencionan que sólo el acto sexual, independientemente de las emociones, es infidelidad, mientras que, Pittman (1994), menciona que la infidelidad se centra en la transgresión de la exclusividad sexual, el engaño y los secretos, más que en el sólo acto sexual.

Por otra parte Salmerón (2005), nos menciona que la infidelidad es un síntoma de problemas dentro de la pareja. Streaan (1986), menciona que para tener parejas felices se necesitan individuos felices, considerando que la felicidad del individuo se logra sin la necesidad de involucrarse sexualmente con terceros, pero que, las relaciones de pareja pueden llegar a un punto de tensión en que un tercero alivia dicha tensión, en lo que, en todo sentido, el hecho de triangular dentro de la pareja, beneficia al dúo lejos de dañarlo. La infidelidad puede o no llevarse al acto con una relación sexual, ya que esta es independiente de la infidelidad. Para referirse a la infidelidad, en términos coloquiales, se utilizan

muchas palabras, pero estas denotan a la vez distintas cosas. Menciona Kreuz (2007), que la fidelidad en una pareja puede responder a la lealtad de una idea, a la exclusividad sexual o a un compromiso a cuidar o proteger. Se entiende como infidelidad a una relación extramarital (ya sea emocional o sexual), pero esta idea limita la infidelidad y no explica a lo que ocurre en relaciones no maritales.

La infidelidad, al ser una manera de triangular, permite liberar tensión dentro de la pareja, una persona diferenciada podría entender que el ser infiel no es un acto de deslealtad, pues una persona diferenciada reconoce que es decisión de la otra persona el serlo y que eso no implica el fin de la relación. Cabe destacar, como se ha mencionado, que la infidelidad es el incumplimiento de un trato de monogamia. Si dicho trato no existe no hay infidelidad. Al existir, no necesariamente, hay un acto de deslealtad. Para la persona indiferenciada que presenta desconexión emocional, cuando su pareja le es infiel simplemente se aleja, mientras que la fusionada sufre la infidelidad e incluso se culpa de ella.

## MÉTODO

Con la finalidad de analizar y describir cómo influye en nivel de diferenciación en la conceptualización de la infidelidad de pareja de noviazgo y a su vez cómo es que cada uno de los miembros de la pareja afronta dicho fenómeno, y siendo el caso, si es que tienen conocimiento acerca de si su pareja fue infiel en alguna ocasión anterior o en la relación actual, cómo esto impacta en el desarrollo de la misma, se llevará a cabo una investigación de tipo cualitativo. Se realizará este tipo de estudio para obtener información que ayude a profundizar en cada uno de los casos, ya que se caracteriza por reconocer la diversidad de casos, contextos y situaciones, de tal manera que esto permite obtener la información necesaria y pertinente para el análisis requerido de acuerdo al objetivo principal así como los objetivos particulares.

### **Participantes:**

2 parejas de novios en el rango de edad de 20 a 25 años, de clase media. La característica principal en dichas parejas han vivido infidelidad dentro de la relación actual o en relaciones previas. Ambos miembros saben que ha existido infidelidad por parte de alguno de los dos o por ambos en algún momento de sus vidas, ya sea en la relación actual o en relaciones anteriores.

**Escenario:** Cubículo de psicología ubicado en la Clínica Universitaria de Salud Integral (CUSI) en la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, ubicada en Los Reyes Iztacala dentro del municipio Tlalnepantla de Baz, Estado de México.

**Método de recolección de datos:** Entrevista semiestructurada, ya que, de acuerdo con el objetivo se pretende saber cómo influye la diferenciación en la conceptualización de la infidelidad y en la manera en la que se afronta.

Para ello y con el fin de obtener la mayor información posible, la entrevista

fue estructurada de tal manera que el participante hizo mención al primer momento que recuerde de su vida, haciendo hincapié en aspectos descriptivos del ambiente que lo rodea, cómo eran sus padres, hermanos y demás integrantes de su círculo familiar. Posteriormente se recorrieron otras etapas de su vida en las cuales se le preguntarán, igualmente, aspectos de su contexto, indagando qué personas cercanas a él han sido infieles, el cómo repercutió eso en su vida y las ideas que fueron formadas a partir de ese acontecimiento, de tal manera que la información que otorgada permita conocer el concepto que actualmente tienen de infidelidad y cómo es que influye en la construcción del concepto de fidelidad e infidelidad dentro de la relación actual.

El temario de la entrevista fue constituido por la historia de vida del participante; los momentos en los que ha tenido contacto con la infidelidad, el concepto y la valoración que tiene de la misma y cómo ha afrontado dicha situación en su actual relación de pareja.

### **Análisis de datos**

Con el análisis de los datos se pretende encontrar la relación existente entre el nivel de diferenciación y la conceptualización de infidelidad así como el afrontamiento, siendo que entre mayor nivel de diferenciación se encuentre menos afecta la infidelidad en la vida cotidiana y de pareja de los participantes.

Dicho análisis se realizará con el programa de análisis cualitativo “Atlas ti V.6”. Este programa permite codificar el texto de la entrevista para posteriormente aglutinar los mismos alrededor de familias o categorías y llevar a cabo un análisis detallado. También permite hacer esquemas para conceptualizar y comprender el fenómeno observado.

### **Objetivo general**

El objetivo general es analizar cómo se relaciona el nivel de la diferenciación y el concepto de infidelidad y cómo el contacto con dicho fenómeno ha afectado sus vidas, esperando encontrar que entre más diferenciada sea la persona menos

impacto tendrá la infidelidad en su vida.

### **Objetivos específicos**

Cómo el concepto de infidelidad influye en la construcción de la relación actual.

Analizar el nivel de diferenciación de los integrantes de cada una de las parejas.

Describir cuál ha sido la forma de actuar de los participantes cuando enfrentaron la infidelidad dentro de su familia, amigos, o parejas anteriores.

Describir cómo se ha construido el concepto de infidelidad de manera individual así como la construcción del mismo en la pareja.

Cómo han afrontado la infidelidad con la pareja actual.

Describir y analizar cuáles han sido los motivos por los que han sido infieles.

Describir cuáles son los acuerdos que delimitan la fidelidad en la pareja y a partir de qué se han construido.



desconexión. El primer recuerdo que tiene Pedro respecto a su padre es a los seis años, en su cumpleaños, pues lo llevó a desayunar a Sanborns y le regaló un muñeco que comercialmente es conocido como Max Steel. Pero sólo estuvo unas horas con él, pues el resto del día se la pasó en su casa. Para el día de reyes le regaló otro Max Steel. Este juguete era deseado por Pedro, sin embargo, tiene mucho más importancia por el significado, ya que se lo dio su padre, con quien pocas veces convivía. El padre de Pedro es una figura presente en su vida, pero con un protagonismo de ausencia, esto indica cierto grado de indiferenciación con él. Tiene la figura de "un pase de dinero cada quincena". Lo ve una vez al año. En una ocasión lo buscó, pero él estaba con su esposa y lo único que hizo fue levantar la mano en forma de saludo. Esto es un rasgo de desconexión por parte del padre.

A partir de las vivencias que ha tenido, Pedro, genera una idea de lo que debe ser un padre "...tu papá debe vivir contigo y a la chingada..." así, tiene la idea, podría obtener más apoyo moral. Para Pedro, su padre representa dinero y lo que no desea. A partir de esto, él entiende la infidelidad con algo malo, ya que él es producto de una situación de triangulación como esta.

La desconexión es el primer rasgo de indiferenciación notable en el discurso de Pedro, puesto que, acepta que su padre es importante y que, debido a la ausencia del mismo "...*nunca ha estado ahí...*", le gustaría poder negarlo. La indiferenciación de Pedro con su padre es de fusión, pero con un yo pretendido de indiferenciación. Acepta que la ausencia de su padre le ha afectado y que desea estar con él, sin embargo, lo sucedido con la esposa de su padre, fue lo suficientemente fuerte como para no volver a buscarlo. Un evento de tensión fue el causante de la desconexión. Pedro está consciente de que ha hecho cosas en su vida que lo han afectado, y que le gustaría que su papá le dijera "échale ganas"; es rasgo de los indiferenciados realizar actos que van en contra de la integridad del sujeto, por ejemplo, las adicciones o someterse a situaciones dañinas para poder ser vistos por alguien, en este caso su padre. Existe una confusión de sentimientos, pues le da pena decir que necesita a alguien que no ha estado. Se encuentra en un juego entre la desconexión y la fusión con la misma persona.

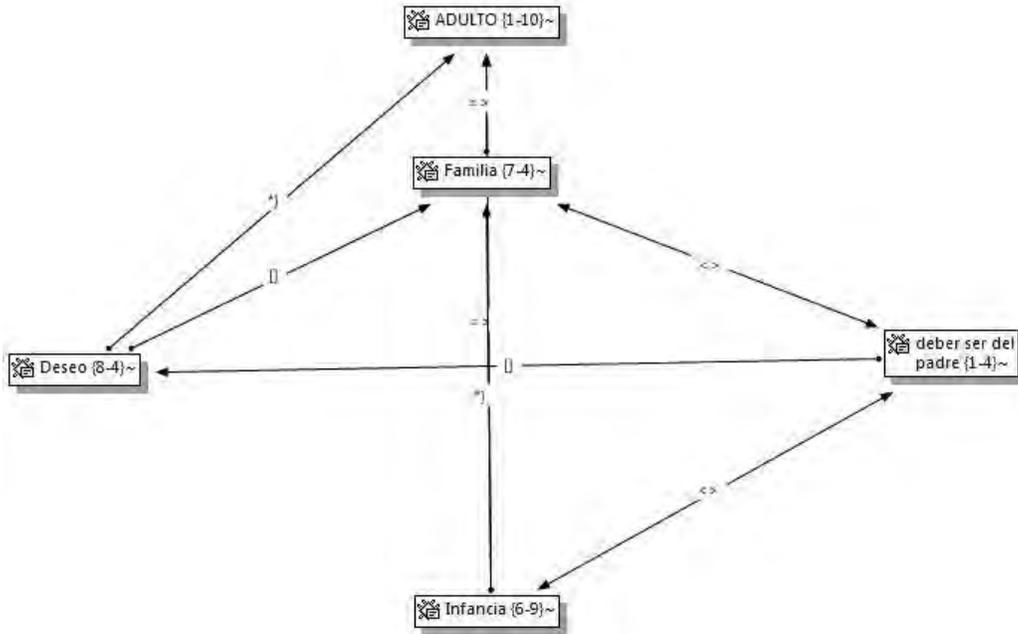


Figura 6. Red de la conformación familiar de Pedro.

En la figura 6. Se puede observar la composición de la familia de Pedro, siendo el “deber ser del padre” contrario a lo que vivió en la infancia, sin embargo ese aprendizaje, ha formado la personalidad de Pedro, de tal manera se comporta como una persona desconectada, tendencia que desde la infancia tiene; él denomina “filosofía de Buda” a un aspecto personal, derivado de acontecimientos en la infancia que lo llevaron a no querer sentir debido a que eso le estaba causando daño. Es claro, con esto el proceso de indiferenciación – desconexión que ha tenido. Esta indiferenciación es su yo pretendido, y coincide con el Yo real, parcialmente, porque es capaz de tener relaciones duraderas, pero con altos índices de ansiedad en ellas. El deseo, para Pedro, es una meta intangible, pues es llegar a que “la filosofía de Buda” pueda lograrse. Dicho deseo también es por algo materia o se materializa a través de una relación interpersonal, cobra significado de acuerdo a la persona que le otorgó objeto, el por qué lo tiene o con quién se relaciona. En el objeto, en caso de ser un obsequio, ve simbolizada a la

persona que se lo dio. De acuerdo al grado de indiferenciación que exprese hacia la persona con la que se relaciona, es el valor que tiene esta para él.

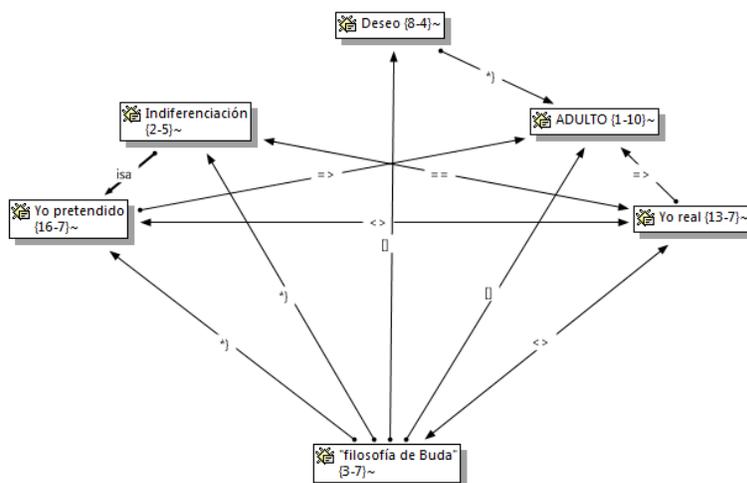


Figura 7. "Filosofía de Buda"

Es importante acotar qué significa "filosofía de Buda" para Pedro, ya que, en sus palabras es –"quedarse sólo con el aire que lo rodea, sin necesidad de comer, ni nada". Esto, en términos de la teoría de Bowen es desconexión. Para Pedro es un deseo llegar a este punto, forma parte de su "Yo pretendido", es contrario a su "Yo real". Su yo pretendido es una persona desconectada, y su meta es lograrlo. La indiferenciación es parte de su vida cotidiana pues constantemente oscila entre la fusión (Yo real) y la desconexión (Yo pretendido). En la vida adulta, este pensamiento lo ha formado con un carácter aparentemente estable; tiene relaciones sociales son complicación, lo que indica que no puede desconectarse. Es una persona que tiende a subfuncionar. Es apático en diversas situaciones y actúa de manera irracional en situaciones de ansiedad. Cabe mencionar que Pedro ha bautizado "Filosofía de Buda" a una manera de pensar que, según él, se relaciona con la visión budista de la no posesión. De esta manera el manifiesta que el hecho de no desear el contacto con otras personas en el ideal que debe alcanzar.

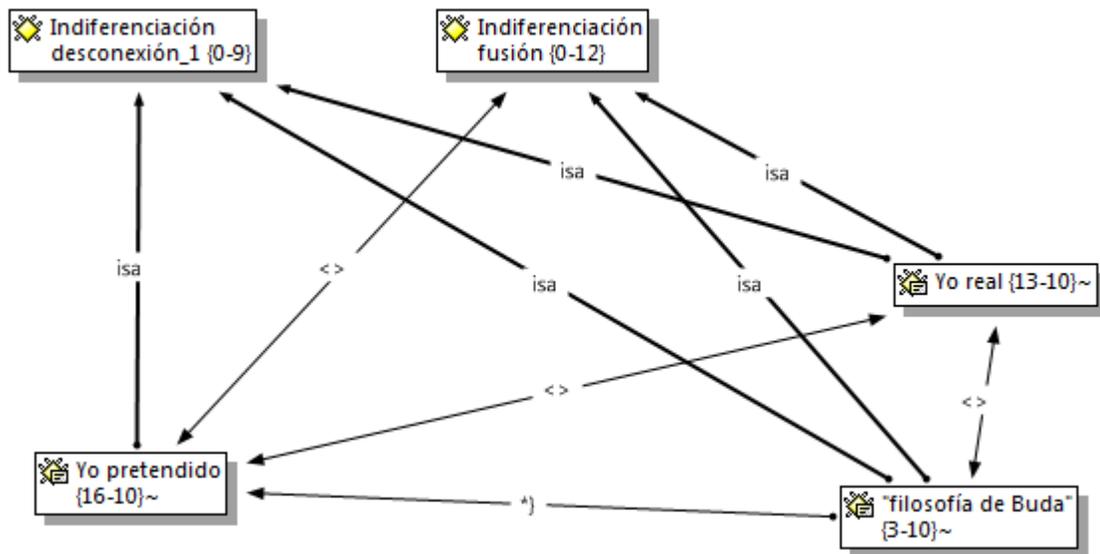


Figura 8. Yo pretendido

Pedro tiene un “Yo pretendido” que refiere a una persona desconectada, ya que se basa en la “filosofía de Buda”. Esta pretensión, claramente desconectada, es la guía de apariencia que Pedro intenta seguir; el seguimiento de su pretensión se encuentra en el discurso, porque, su yo real, que contradice la postura del “Yo pretendido”. A lo largo de la historia de Pedro, se observa su comportamiento fusionado con su madre, dado que ella le decía que hacer y qué no desde niño y él se veía obligado a obedecerla sin alguna réplica. Este hecho marcó una clara tendencia en su comportamiento y cuando comienza a tener conflictos en la primaria comienza a idear a una persona lejos de los conflictos emocionales siendo así que estos no le afecten. Este pensamiento – deseo es derivado de la necesidad de no estar fusionado con su madre y esto provocó que tuviese conductas que no le permitieran una socialización que le otorgara la oportunidad de triangular y así disminuir la ansiedad con su madre. Pedro pretende un yo como "Buda" explicando que le gustaría vivir sólo con aire, con lo que hay dentro de su cabeza, es decir desconectado. Tiene a la desconexión,

pues la fusión llega a tal punto de ansiedad que es mejor, para él, eliminar todo contacto con esas personas que están involucradas en el conflicto. A lo largo de su infancia se vio involucrado en situaciones que le eran desfavorables y que la mejor manera de resolverlas era no hablar. Se describe como un niño retraído, y, cuando pretendía convivir lo único que recibía eran ofensas, humillaciones y burlas por parte de sus compañeros de escuela. Esto explica el por qué, a pesar de ser fusionado la mejor manera de disminuir la tensión en las relaciones es alejarse, desconectarse. A lo largo de su historia ha sido lo que mejores resultados le otorga. Desde pequeño le atraían las niñas, pero, cuando pretendía hablarles recibía, como respuesta, humillaciones.

Comenzó la exploración sexual a los nueve años a partir de un episodio médico. En quinto grado de primaria le gustaba una chica con la que jugaba a ser Harry Potter, le gustaba porque sabía del libro y eso se le hacía interesante, le pidió que fuera su novia pero ya era novia de su primo. Esta chica le dijo que cuando terminara de andar con su primo podían formar pareja ellos dos. Un año después el primo de Pedro se fue a otro estado. Víctor, un personaje importante en la vida de Pedro, le pidió a la misma chica que fueran novios, pero Pedro ya le había pedido antes a ella. Ella comenzó a andar con Pedro quien dejó de hablarle porque no sabía qué tenía que hacer y se quedó en el salón a la hora del recreo. Víctor se quedó con él y un amigo suyo. Metieron a Pedro a su salón y comenzaron a golpearlo hasta que llegó la profesora y le dio a Pedro la opción de expulsar a los dos golpeadores, así como de suspenderlos o reportarlos y Pedro eligió sólo reportarlo ya que no quería afectarlos. Posteriormente se hicieron buenos amigos. Cuando su madre lo obliga a ir a la secundaria en donde se encontraban los agresores que iban con él a la primaria, Pedro comienza a tomar una actitud, dice él "como un caparazón", eliminando el dolor, muchos sentimientos, pues era algo con lo que vivía y ya estaba habituado a eso. La madre de Pedro es una persona indiferenciada que tomó una decisión por Pedro, sin escucharlo, esto derivó en un diagnóstico de depresión. Una vez más, Pedro se encuentra en una situación en la que hablar no le favorece.

En la preparatoria, Pedro conoce a una persona que era seguro de sí

mismo, y él veía que eso les agradaba a las personas y comenzó a copiar actitudes, mostrando cierta adaptación a esta etapa. Comenzó su primera relación de noviazgo con Mariana, una chica que, a decir de Pedro, "estaba bastante loca". Si tomamos en cuenta lo que dice la teoría de la diferenciación del yo respecto a la elección de pareja, ella contaba con rasgos similares a los de Pedro, los cuales eran el sentido de esa unión. Mariana lo obligó a ir a un hotel. Dentro de las pretensiones del "yo" se encuentra la idea del amor romántico y una escena de relación sexual cliché, sin embargo, esa idea se rompe con Mariana. Con ella hubo fusión, pues él hacía lo que ella quería con tal de que no la dejara. Esto se explica porque, a lo largo de su historia, Pedro relata el nulo éxito cuando le decía a alguna chica que le gustaba, siendo víctima de humillaciones.

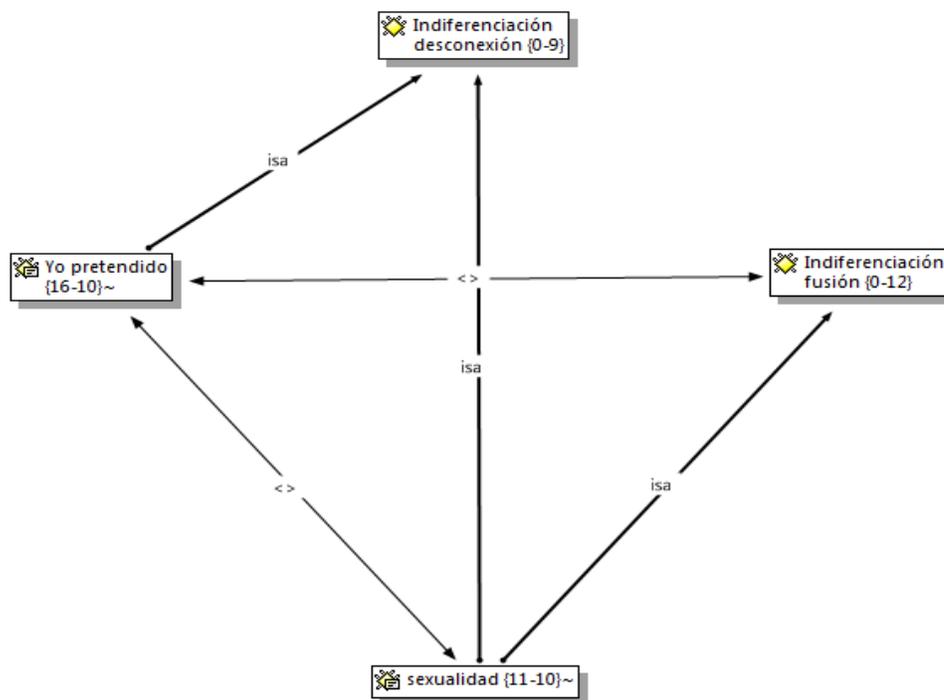


Figura 9. Sexualidad

En el momento en que logra concretar una relación de noviazgo, el temor de que termine es muy grande y entonces accede a quebrantar sus ideas por estar con ella. Cuando decide romper la relación le da una sensación de felicidad

que no le gusta aceptar públicamente ya que esa felicidad radica en el poder que esto le otorgó, una sensación de superioridad. Le resulta contrario a sus ideales aceptar el origen de su felicidad, pues, es una persona educada bajo un esquema de respeto y que nada está sobre los demás.

En la figura 9 se puede observar un esquema en donde la concepción de la sexualidad está en función de su yo pretendido y la contradicción de su yo real. Ya que, como se menciona, él tenía una idea de "la primera vez" y creía que debía ser romántica, a pesar de esta idea, el contexto en el que se dio fue completamente contrario. Debido a su tendencia a la fusión él aceptó tener relaciones sexuales de esa manera ya que estaba presionado por Mariana, y él, por adaptarse y cumplir las demandas de la situación no cumplió sus propias expectativas y esto le produjo un conflicto entre lo que hizo y lo que pretendía, siendo este, una representación de cómo es que se maneja cotidianamente respecto a su "yo pretendido" y su "yo real" que son completamente contrarios.

La pretensión del yo se da a partir de lo aprendido en casa, la educación moral que le fue otorgada. En ese sentido, lo enseñado por su madre no sólo es un regulador moral, sino parte de su adaptación emocional al medio, llevando ese aprendizaje a distintos sistemas, lo cual no le permite hacer contacto públicamente con su yo verdadero. Esto le provoca una serie de confrontaciones internas entre lo que él quiere, pretende ser y debe de ser, pues no hay una concordancia entre su ideal y lo que vive y esto le provoca inestabilidad. Muestra una aparente adaptabilidad, sin embargo se siente forzado a hacerla y no permanece tiempo prolongado en los espacios que le hacen sentir inseguro.

Una vez, después de terminada la relación, Pedro y Mariana se quedaron de ver en la prepa para que Pedro le pasara unos apuntes. Mariana, impuntualmente llegó una hora después de lo acordado. A Pedro lo llamaron sus amigos para que los alcanzara en el Zócalo, y la voz de una chica le dijo que "ya no la esperes, ya vente para acá" después de contarles la situación. Él de inmediato preguntó por ella, le dijeron quién era, Lizeth, su próxima relación de noviazgo. Al llegar Mariana al punto de encuentro, él sólo le dio el cuaderno y se fue, sintiéndose mal el hecho de no dejarla ni hablar. Lizeth estaba con su novio.

Una muestra más de la desconexión de Pedro es que, en alguna ocasión, cuando tenía saldo telefónico por medio de plan tarifario y no tenía en qué gastarlo comenzó, en la madrugada, a hablarle a todas las chicas de su agenda... El hablarle a una persona en la madrugada sin importar las consecuencias que esto tenga es un ejemplo de desconexión, pues realmente no hay interés en los demás sino en el bienestar propio sin importar qué ocurra después. Salieron un dos de enero, como resultado de esa noche en la que Pedro comenzó a llamar por teléfono a sus conocidas, llegando a Lizeth en su agenda y terminándose su saldo en esa llamada. Hicieron planes de que se verían cada jueves desde esa ocasión. El 14 de febrero era jueves, y "les correspondía" verse. pero., el ex novio de Lizeth la invitó al cine y ella fue. Aquí hay un indicador de indiferenciación/desconexión por parte de Lizeth, ya que, tenían un "acuerdo" y ella no cumplió los términos del mismo. Esto concuerda con la teoría de la elección de pareja y el nivel de diferenciación. Sin embargo, aquí la aparente desconexión de Pedro comienza a ser una fusión, ya que su reacción fue sentirse mal anímicamente, ir con sus amigos a beber y justo en el momento en que Lizeth le dice que sí pueden verse porque ya no está con su ex novio, Pedro deja a sus amigos para ir con ella. Esta relación, durante la preparatoria, se basó en las relaciones sexuales en el hogar de Lizeth. Pedro reconoce la dependencia de ambas partes. Un rasgo más de indiferenciación/fusión de Pedro con Lizeth es que ella constantemente le mencionó que quería entrar a la carrera de medicina, sin embargo entró a veterinaria y se quedó ahí; Pedro se sintió decepcionado de ella y por consecuencia la molestaba y menospreciarla. Él tampoco ingresó a la carrera que pretendía, y cuando logró ingresar, por estado anímico no continuó pues, cuando eso ocurrió llegó el rompimiento de la relación. Esto indica una profunda fusión. Pedro la esperaba constantemente fuera de su salón de clases, comenzaron las peleas, los celos. Justamente, durante una llamada, cuando cumplieron dos años y cuatro meses, Lizeth rompió la relación con Pedro, inmediatamente después obtiene los resultados de ingreso a la carrera que deseaba. Cuando Pedro se entera de los resultados busca a Lizeth para contarle y comienzan a salir nuevamente. Hasta que en una ocasión Pedro, después de insistir de querer

encontrarse con ella, la ve con un profesor. Pedro les pidió que se besaran y eso hicieron, la reacción de Pedro fue el llanto. El día de la inscripción a la carrera se encontró con un amigo, quien fumaba marihuana y Pedro comenzó a fumar con él.

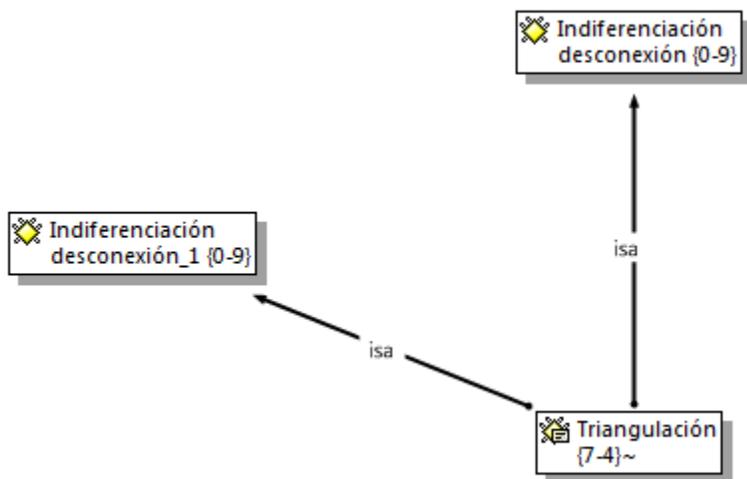


Figura 10. Triangulación

En su casa, previamente, ya había tenido descontentos debido a su vida sexual, debido a una supuesta violación que cometió hacia su exnovia Mariana. No fue algo trascendente, sin embargo, sí fue algo que lo convertía en estigmatizado en su casa.

El efecto que estos problemas causó fue que Pedro en un semestre acreditara únicamente una materia. Cambió las fechas de inscripción, "recordando" fechas que no correspondían a la realidad, tenían un día de retraso. Durante la relación con Lesli, menciona que "la ha pasado a joder un poco" por lo mal que se encontraba posterior a la ruptura con Lizeth. Es contradictorio esto debido a que Pedro dice que se manejan sin que los sentimientos jueguen el papel protagónico de la relación, siendo este el yo pretendido de la misma. Lesli terminó con Pedro, esto fue durante un lapso breve, sin embargo, durante este tiempo, Pedro comenzó una relación con Mónica, pero, pensando a Lesli como su novia y no aceptó tener relaciones coitales con Mónica debido a su ITS y por no querer contagiar a su "novia". Este es un ejemplo en el que Pedro triangula debido a la

ansiedad que hay entre su, aún considerada, pareja. Establece una relación fuera del noviazgo, teniendo la idea que si no se solucionaba la situación con Lesli, no volvería a tener alguna relación con otra chica, sin embargo, mantiene esta relación con Mónica a los pocos días de haber terminado, momentáneamente, la relación con Lesli. Sin embargo, al Mónica hacerle saber de un padecimiento que tenía, él, con la idea de regresar con Lesli, decide no tener relaciones sexuales con ella, porque corría el riesgo de contagiarla. De esta manera reafirma la idea de subfuncionado, en donde antepone la salud de Lesli antes que la propia. Es probable que de no haber estado presente la figura de Lesli, él hubiese tomado la decisión de mantener relaciones sexuales en ese momento. Esto confirma la hipótesis de que Pedro es una persona profundamente fusionada, pero con un ideal de desconexión debido a los altos grados de tensión que le provoca el contacto emocional con las personas.

Posteriormente, regresan Pedro e Lesli, quien, una vez ya en la relación, le pidió la contraseña de Facebook a Pedro, él se la dio pensando que no entraría ya que el "el mundo se maneja por culpa", pensamiento arraigado y por el cual ha manejado su vida, como fusionado, esperando que su pareja actúe de la misma manera que él lo haría. Él se siente culpable de la inseguridad de Lesli a raíz de eso. Esto demuestra, una vez más, la subfunción de Pedro y por lo tanto su fusión, ya que, con tal de evitar conflictos puede ceder su privacidad a pesar de lo que esto implica.

Para Pedro lo físico no es importante, "no lo es todo", Por lo tanto, su pareja debe ser una persona con la que se entienda, con Lesli eso pasa. Si su ideal de vida es estar perdido en sí mismo, estar con ella siendo él mismo, es lo que desea. Este ideal de pareja está íntimamente relacionado con el "yo pretendido", es decir, sólo se encontrará en el discurso como un ideal pero, sus parejas no tienden a esta descripción, sino a personas fusionadas, igual que él. Como ya se ha mencionado, Pedro, en pareja, es subfuncionado, tendencia clara tras las tres parejas que ha tenido desde la preparatoria, incluso en los "intentos"

de pareja que tuvo en la secundaria. En estas situaciones es cuando pretende desconectarse de lo que siente, sin embargo, actúa de acuerdo a eso a pesar de que su discurso es contrario. Como respuesta a la ansiedad, en las relaciones comienza a triangular. En la infancia, el papel en los triángulos era atrapado, por ejemplo, en la relación entre sus padres. Él comienza a ser partícipe activo de esto cuando decide cortar relación con Mariana y comenzar a ver a Lizeth para una relación de noviazgo, a pesar de que ella tenía novio. Es notorio cómo Pedro participa en dos triángulos pues es quien triangula hacia Lizeth y es la persona triangulada por Lizeth, lo cual crea un doble triángulo. Pedro toma como "escape" a sus amigos y el alcohol cuando Lizeth tiene una negativa. Incluso comenzó a hacer uso de la marihuana, lo cual nos permite observar la creación de un triángulo en el que las actividades forman parte del mismo. Lizeth, al ser indiferenciada, cuando descubre que Pedro está fumando marihuana le dijo a la madre del mismo qué ocurría. De esta manera Lizeth logra disminuir la tensión entre ellos, pero aumenta la tensión en el hogar; el hecho de tener contacto con las drogas va en contra de lo que se le ha enseñado en casa.

Durante su relación con Lesli, existió una segunda triangulación que es el parte aguas de la relación, pues resulta ser Erika la persona triangulada, quien representa, para Lesli una infidelidad potencial. La triangulación evidente entre Erika, Pedro e Lesli, es debido a la tensión que existía entre Lesli y Pedro, debido al aborto que se realizó. Sin embargo, la relación con Erika no progresó. Pedro conoce a Mónica, una vecina suya, con la que comienza a tener acercamientos íntimos pero no llegó al coito debido a que ella padecía.



ocasión es cuando conoce a Erika en un concierto. Es una persona que le atrae desde su físico hasta su manera de ser, pues, en primer lugar, le gusta la música que a él. Durante la relación con Lesli, comenzó a salir con Erika, argumentando que no pasaba nada, pero mencionó algo de gran importancia "Me caes muy bien, y yo no soy de los que engaña a su novia, pero, la dejaría por ti".

En palabras de Pedro la infidelidad es "*La infidelidad a mí se me hace bastante raro, antes pensaba que era un beso, de ahí para adelante. Lo sigue siendo, pero, no puede ser tan duro, somos humanos y la cagamos. Algo que tengo claro es que, estoy bastante dañado con lo de mi padre, el hecho de que me haya abandonado, por eso una infidelidad sería lo que más odiaría hacer, por eso trato de ser lo más correcto en eso*". Con esto comienza un "debate" entre el yo real y el yo pretendido. Creando así una ambigüedad en la concepción de dicho fenómeno, lo cual puede utilizarse a conveniencia de las circunstancias, pero, también, puede, del lado contrario, causarle conflictos.

Pedro ve en Lesli que para ella la infidelidad es que él hable con una chica, y mientras tanto, el yo pretendido de Pedro menciona que a él no le importa si le es o no infiel, mientras no se entere y no exista la culpa en ella. Sin embargo, él, en un momento, pretendía que ella reaccionara con culpa, por lo tanto, el yo pretendido es un yo real invertido. También, él menciona que está afectado por la infidelidad ya que él es producto de la misma y no está contento con el actuar de su padre; mientras que con Lesli no, "no le importaría" si eso ocurre.

Al inicio de la relación con Lesli, Pedro se va a vivir a casa de una de sus tías al sur de la ciudad; su tía no se encontraba en el país y Pedro invitaba a Lesli a quedarse; resultó embarazada, siendo el aborto la mejor opción. Lesli se sentía mal por eso, sin embargo Pedro no tenía problema alguno. Cuando ocurre lo de Erika, Lesli comienza a celar a Pedro. Al pasar de los meses, Lesli corta a Pedro y él decide no contradecirla. Comenzó con gran inseguridad después de leer la conversación de Pedro con Mónica por medio de Facebook. Lesli, con lo narrado, dista de ser esa pareja ideal, pero Pedro no lo ve, posiblemente por su fusión. Sin embargo, la pareja ideal es solamente una exteriorización del yo pretendido, es un discurso del yo que va contra el yo real.

En conclusión, Pedro es una persona profundamente fusionada con su madre, también es fusionado con la idea del padre pero, desconectado de él, por decisión de su padre. Sin embargo, Pedro pretende que su vida no sea como la de su padre, pero su ideal de persona es un individuo desconectado; contrario a lo que realmente es. En función de su pretensión cree que vive sus relaciones interpersonales, sin embargo, no coincide con la realidad, ya que él es una persona fusionada que subfunciona, no mantiene el control de la situación y cuando está inmerso en algún triángulo, él es quien se ve atrapado; sin embargo, también es una persona que suele triangular, ya sea con alguna actividad, persona o sustancia.

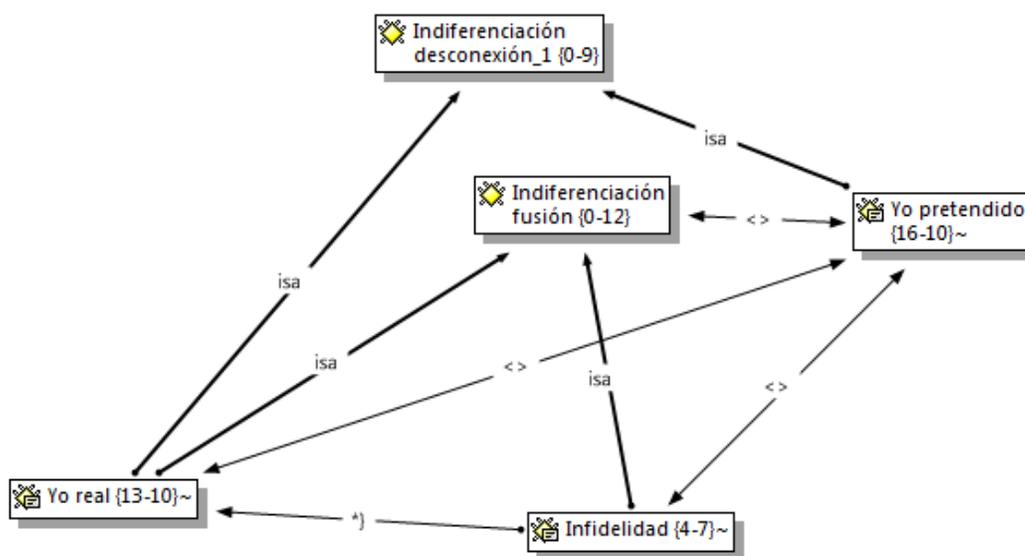


Figura 12. Yo real

En conclusión, el yo real de Pedro es la es un ser indiferenciado – fusionado con cierta tendencia a desconectarse cuando la ansiedad llega a un grado que le resulta intolerable. Es por eso que “ha creado” esa figura pretendida a la que piensa que se acerca, sin embargo, no es un retrato de su manera de

actuar, lo cual confirma la hipótesis de que Pedro es una persona profundamente fusionada con su madre y con su padre, a tal grado que, a pesar de él no estar presente, los actos que ha tenido le han resultado perjudiciales.

Otra situación en la que el “yo pretendido” de Pedro no es el retrato de su realidad, es respecto a la infidelidad, ya que la infidelidad ha estado presente, por lo menos en la actual relación, de alguna u otra manera; ya que, a pesar de no haber mantenido relaciones sexuales con Mónica, él tenía la culpa porque deseaba regresar a la relación con Lesli. La culpa, en el caso de Éricka, fue un factor que no le permitió consumir el acto de infidelidad por medio del acto sexual, sin embargo, la intensión estaba presente. Esto contradice su pretensión del yo, ya que de este se desprende lo que él nombra como “filosofía de Buda”, la cual, independientemente de estar o no relacionada con la religión oriental, menciona que es estar aislado de todo y vivir únicamente respirando. El hecho es que su “yo pretendido” no es acercado a su “yo real” aunque el yo real, en ocasiones, tiende a la desconexión, aunque no es una tendencia notoria y frecuente. Debido a la concepción que tiende de sí mismo y lo que pretende ser, el concepto de infidelidad no lo tiene claro, sin embargo, no es un acto que le permita sentirse cómo ya que le causa malestar emocional, esto debido a su grado de indiferenciación y de subfuncionamiento. Es decir, el concepto de infidelidad que tiene está determinado por su grado de indiferenciación, aunque pretende hacerlo un concepto más flexible, en el panorama “real”, no es así.

## 6.2 Lesli

Lesli, renombrada de esta manera por motivos de confidencialidad, es una mujer de 25 años, que vive en casa de sus padres. Es graduada de la carrera de enfermería y vive actualmente con sus padres, sus hermanas y el hijo de una de ellas.

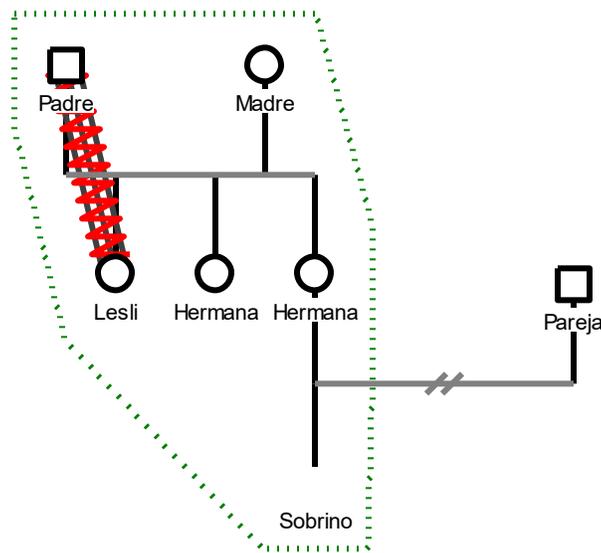


Figura 13. Genograma de Lesli

Lesli es una persona profundamente fusionada con su padre y con su madre; con su padre, la comunicación es casi inexistente y a pesar de eso, menciona que la relación con sus padres es buena. Con su hermana mayor tiene una relación que califica como buena, sin embargo con su hermana, que ocupa el lugar medio, no, ya que tiene conflictos con el hijo de ésta y por lo tanto "siempre están agarradas del chongo", según reporta. Dentro de la familia de Lesli, la infidelidad es un suceso que ocurre cotidianamente con su hermana y su pareja. Ambos saben que son infieles y son infieles porque saben que son infieles; es decir, en estas dos personas se entró en un "círculo vicioso" debido a la fusión

que hay entre ellos. El hecho de que actúen en función de lo que “la otra persona pueda hacer”, es característica de personas fusionadas, ya que actúa en función del otro y no de sí mismo.

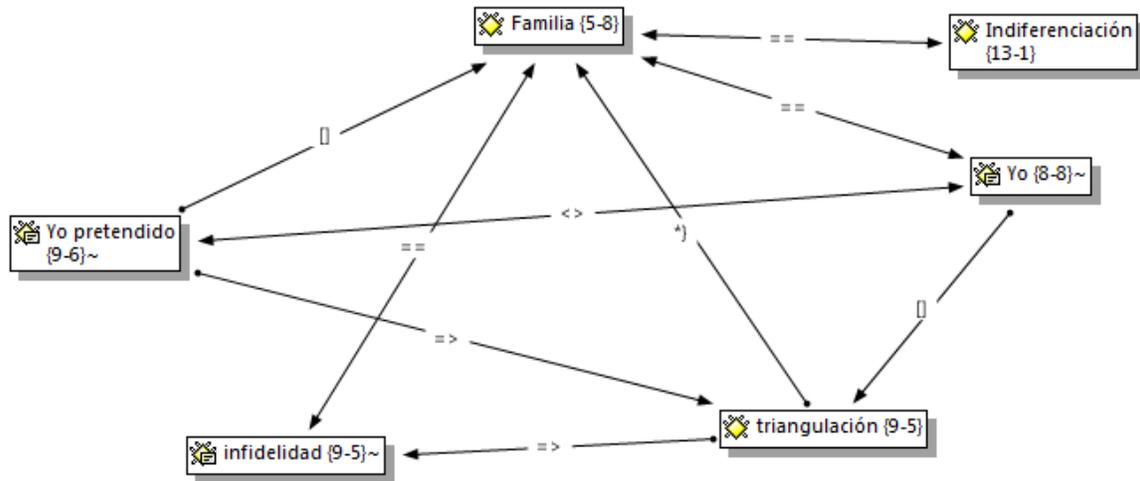


Figura 14. Familia

Por otro lado, la relación de Lesli con su madre es indiferenciada, en un grado distinto a la del padre, pues esta atiende más a una estabilidad en la fusión y con su padre es un juego entre la fusión y la desconexión. Lesli califica la relación con su madre con un 7 en una escala del 1 al 10. Para poder llegar al 10 ella pretende más atención. Es claro que sólo ve para ella en este sentido, dejando de lado las actividades que también tienen importancia para su madre. Lesli tiene una serie de actividades fuera de casa, disminuyendo el tiempo de convivencia con su madre. La madre de Lesli fue quien le dijo a ella que su padre había vendido los osos. Existe una triangulación por parte del padre de Lesli. Por definición los triángulos ayudan a minimizar la tensión en la relación por medio de un tercero. Para poder disminuir, en este caso, el conflicto que tenía Lesli con su padre, hecho que no reporta como tal, pero su madre pudo haber deducido y por eso decidió mencionarle que su padre los había vendido. Reporta haberse sentido abandonada por su madre, cree que la relación era mala, a pesar de que, en un primer momento, dijo que era buena (hablamos de los 12 años de edad).

En la Figura 14 puede observarse una asociación entre la familia y la indiferenciación, así mismo una relación directa entre la familia y el "yo". Éste último es algo contrario a su yo pretendido. La madre de Lesli presenta cierta tendencia a la desconexión, ya que ella, cuando Lesli era pequeña, la ponía a ver televisión mientras que cuidaba de sus otras hijas. Lesli pretende hacerle ver lo que pasaba cuando la dejaba viendo televisión mientras atendía a sus hermanas, esto, como consecuencia, provoca el enojo de la madre. Es probable que la madre no encuentre una opción distinta al enojo. Lesli le dice, de manera directa que la abandonó. Le menciona que está resentida porque la abandonó por estar con sus hijas. En este punto no se encuentra una relación e hermanas, sino una relación de sus hijas y yo.

Mientras tanto, Lesli describe a su papá como alto, moreno, gordito de ojos muy grandes, labios gruesos, y con panza de señor con cirrosis -es muy importante esta descripción pues, debido a su alcoholismo ella lo cataloga como tal-. Es una persona cerrada, enojona y rencorosa, pero gracioso a veces. En este punto cobra importancia uno de los primeros recuerdos de Lesli, que son unos osos Bimbo. Estos osos son recordados porque fueron vendidos por su papá para comprar alcohol. Por lo tanto, se infiere, el primer recuerdo de Lesli está ligado al alcoholismo del padre. Dado que la propensión a las adicciones es una característica de la indiferenciación, se piensa al padre como una persona indiferenciada. Existe fusión entre Lesli y su padre, pues al ser el primer recuerdo que se tiene de la infancia.

Lesli deduce que fue por alcohol ya que, en palabras textuales "Porque mi papá era bien borracho y mi mamá nos dijo que se los había llevado para cambiarlos por VINO O ALGO ASÍ". Ella reporta que sintió feo "¿qué más se puede sentir?", esta cuestión que plantea Lesli es característica de las personas indiferenciadas, ya que suelen no encontrar una opción distinta a la ira/enojo. Casi no habla con su padre, dice que aparece "una barrera mágica" cuando quiere hablar con él. Menciona que él intenta acercarse y ella no lo permite, que hablan de cosas muy superficiales o definitivamente no cruzan palabras; esto deriva de que no lo ha perdonado por muchas cosas, entre ellas sus borracheras. Esto convierte a la

relación en una interacción de profunda fusión a tal grado que la ansiedad es tanta que se llega a la desconexión para evitar conflictos. Esta es la posible barrera que exista entre ambos.

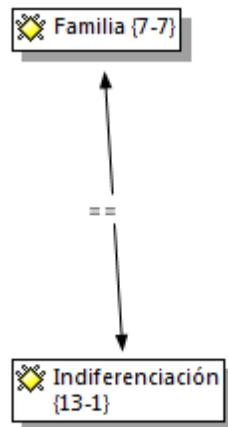


Figura 15. Indiferenciación.

Menciona que si él se enoja nunca perdona, es muy similar a lo que ella hace con él, tampoco lo ha perdonado de sus borracheras. Lo describe como cerrado, pero ella es la que pone la barrera para hablar de lo que siente respecto a lo que ha ocurrido en su relación. Ha dejado de hablar con su padre por meses cuando se enojan. Refuerza la idea de una profunda fusión al grado de la desconexión. En la figura 15 puede observarse la relación directa entre la familia de Lesli y la indiferenciación que ella vive. Dicha indiferenciación está dada por los momentos de ansiedad que vivió con su padre durante la infancia; conflictos que no se han manejado de la manera más eficaz posible, derivando en ciertas tomas de decisión ella actúa de manera fusionada, es decir, reactiva. El manejo de la ansiedad es poco eficiente, sin embargo, a pesar de eso no se ha logrado separar de su padre con una barrera geográfica, ya que sigue viviendo en casa de sus padres, lo cual dificulta dicha barrera física que ella pretendería establecer. Lesli actúa bajo la manera reactiva de suponer lo que las otras personas harán, y esto le genera emociones y sentimiento que gobiernan su estilo de convivencia. En la vida de Lesli hay un hecho que es sumamente difícil para ella, por razones personales no narró lo acontecido, sin embargo es un hecho que provoca ansiedad. Al estar relacionado directamente con el padre, este hecho puede ser la

causa de la desconexión con su padre. Menciona que fue quince años atrás. Cuando su padre bebía alcohol de una manera recurrente. Es probable que el hecho esté relacionado directamente con un estado etílico de su padre, ya que, en diversas ocasiones en las que su padre es mencionado las palabras "borracho" "borrachera" son las acompañantes descriptivas de su padre. Esto nos habla de que su padre es una persona indiferenciada que triangula hacia una actividad que es beber, y a la adicción a una sustancia adictiva. Como característica de personas indiferenciadas está la tendencia a las adicciones. En este caso, la manera de sentir alivió fue por medio de la separación del problema, lo cual es una característica propia de los indiferenciados desconectados.

También existen momentos en la relación con su madre que proporcionan elementos para inferir una fusión, por ejemplo, su mamá la ponía a ver televisión mientras, reporta Lesli, le prestaba atención a las hermanas. Esto hace pensar en una fusión, en la pretensión de que su madre estuviera cerca y dejar a un lado a sus hermanas. En un momento de su historia no reconoce a sus hermanas como tal, sino como hijas de su mamá. Esta es una característica de desconexión emocional con sus hermanas, las cuales, no presentan un papel importante en su historia de vida. Lesli no puede perdonar las borracheras de su padre, es notable la gran importancia que estas cobran en la vida de ella. Le da pena hablar con él y piensa que se sentiría mal (él). Ella comienza a darle características a los sentimientos de su padre a partir de lo que ella cree sin haber tenido un acercamiento previo, podría decirse que "siente por él", lo cual es elemento de fusión.

Presenta fusión con su madre y en un nivel mucho mayor con su padre pero con él también presenta desconexión. El hecho de que Lesli no pueda "perdonar" actos del padre implica que estos hechos han tenido un gran impacto en su vida, y puede ser que este hecho o característica de su padre marque su vida de tal manera que es el sistema en el que ella puede entender cómo actuar en la vida cotidiana. Es decir, la fusión con su padre, aunada a los hechos que ella

omite, tienen gran relevancia en su vida cotidiana, por ejemplo, cómo establece relaciones interpersonales.

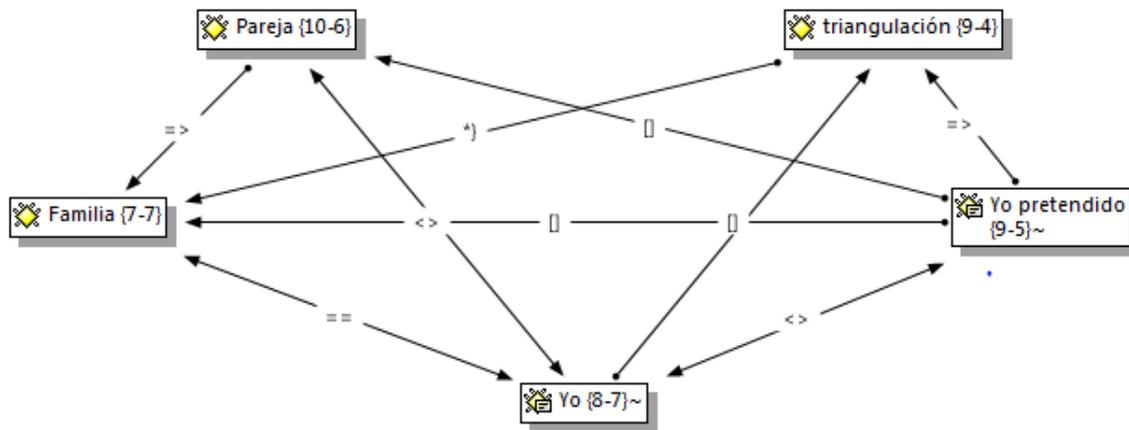


Figura 15. Yo pretendido

Estos hechos han sido los que han formado su yo real, que es una persona que indiferenciada. Para entender un poco más cómo es que se construye el aprendizaje emocional desde su infancia, hay que conocer la historia de cómo se conocieron sus padres; historia que conoce de manera superficial. Sin embargo también cuenta la historia de su abuela con mayor detalle.

Sabe que después del terremoto año 1985 se conocieron en un albergue. Sabe mucho mejor la historia de su abuela materna. Esta señora tenía hijos con una persona, y del pueblo en donde vivía fue a radicar al D.F. en busca del padre de sus hijos. Conoció a otra persona y tiempo después, cuando encontró al papá de sus hijos se dio cuenta que era casado y decidió casarse con el último que encontró con quien tuvo cuatro hijos.

La historia de los abuelos paternos no le interesa, pues ellos "son gente mal" que no querían a su mamá porque era pobre, esta familia tiene una posición económica que los hacía sentir con el derecho de discriminar a clases menos favorecidas. Aquí puede notarse cómo hay desconexión por parte de su padre y su familia, cuestión que va "trasladándose" de manera multigeneracional. Es decir, al ser un aprendizaje emocional, va a replicarse en otros aspectos de la vida y a través de las generaciones; este aprendizaje se ve reforzado ya que como se ha

mencionado, las personas buscan a otras personas con el mismo o similar nivel de diferenciación.

Lesli reconoce que su padre “se desconecta” de ella, sin embargo, ella acepta que también lo hace ella de él, como consecuencia de lo aprendido y como respuesta “igual” a la acción de su padre. Sin embargo se menciona implícitamente cuando su madre le decía que su papá “era un borracho”. En esta situación, Lesli se encontraba triangulada, ella era la receptora del papel, sin llegar a un estado de triada, ya que no se cuenta con la habilidad emocional para lograr mantenerse diferenciados, entonces, ella apropia, debido a su fusión, el malestar de su madre y lo canaliza a su padre; de esta manera, cualquier acto que realice su padre, puede ser considerado como agresión y por ello, Lesli, se desconecta de él. Ella requiere más atención por parte de su madre para poder catalogar a esa relación como una relación de 10. Hay aspectos de la vida de Lesli que no son tema fácil. Ocurrió un suceso con su padre del cual ella no quiere hablar y su rostro denota incomodidad, el acercarse al tema, desconocido, se le puede observar un cambio en su comportamiento, de tal manera que puede inferirse como ansiedad. Esta ansiedad podría ser por la situación únicamente, sin embargo, por la historia con su padre es algo recurrente. Este hecho está directamente relacionado con él. En conclusión, la diferenciación es un proceso que no se llevó exitosamente por parte de la madre, sin embargo, el padre es un agente muy importante en este proceso, el cual aumenta la tensión en la relación.

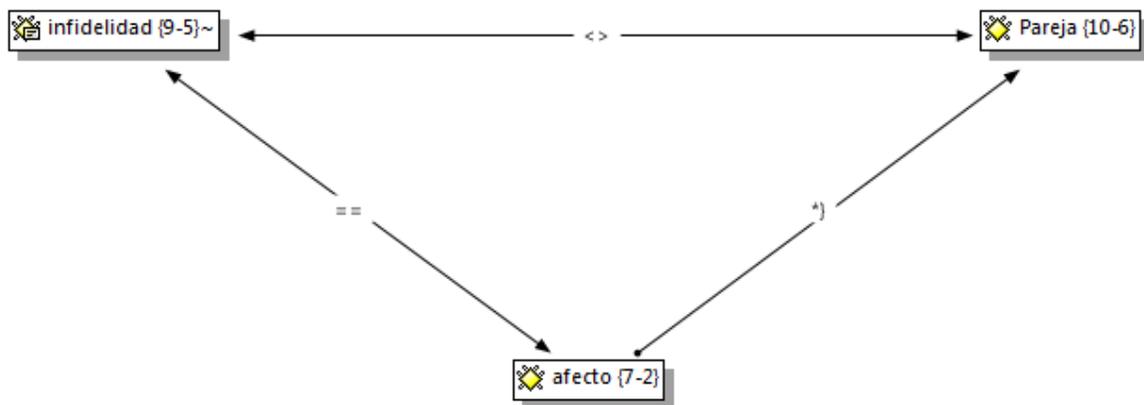


Figura 16. Afecto

Lesli define al amor desde una perspectiva biológica, que, no es más que una definición de lo que ella pretende que es el amor, pero, en la práctica es distinto lo que vive. Dejándonos entre ver lo que pretende ser, una persona que se guía por cuestiones objetivas y prácticas que en el hecho no son así, pues es una persona reactiva.

En la figura 16 puede observarse una triada entre la infidelidad el afecto y la pareja, en donde la pareja está en una posición que juega en contra de la fidelidad, sin embargo, ambas tienen en común que están dadas por la atracción. En el caso de Lesli se ha encontrado que la construcción del concepto de fidelidad está dado de manera lógica, aparentemente, pero es reactiva. Es como si ella quisiera justificar su actuar impulsivo por medio de una cuestión objetiva. La relación en la que se encuentra actualmente, ella piensa que su pareja, Pedro, quien comete infidelidad.

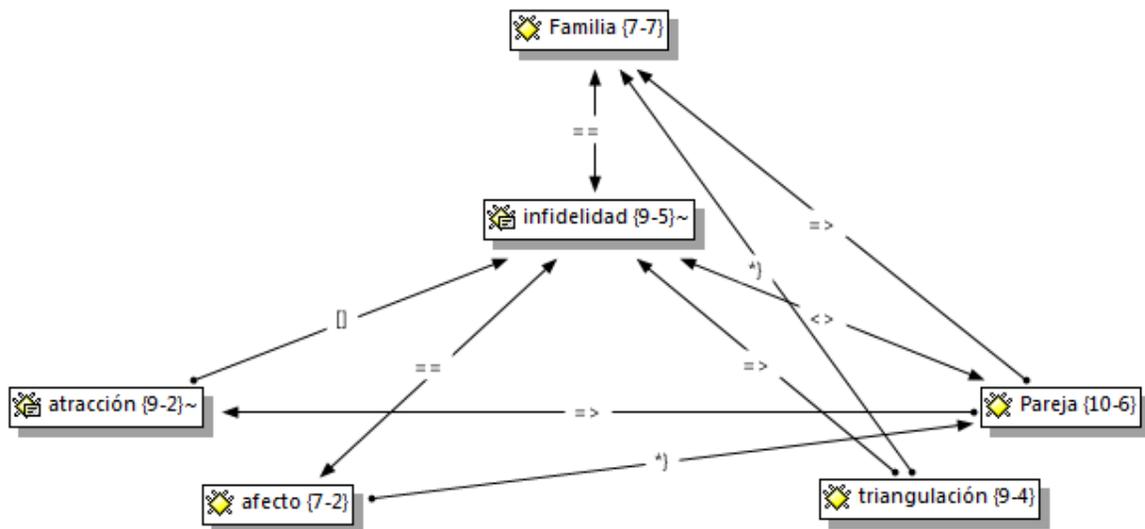


Figura 17. Infidelidad

En la figura 17, se encuentra un esquema en el que se explica la ruta de la infidelidad y su relación con otros aspectos cotidianos. También se tiene que, por ejemplo, la atracción es algo que Lesli hace parte inherente a la infidelidad, ya que la conceptualiza como “te gusta y la besas”, dejando de lado una explicación más amplia de lo que es este fenómeno, lo cual deja al descubierto la reactividad que presenta en sus conceptos. Bajo este esquema, se entiende que la infidelidad es parte de su familia, puesto que su hermana se encuentra en constante infidelidad con su pareja. Menciona que el afecto es parte importante de la infidelidad, ya que sin este, difícilmente podría darse. Es decir, liga el deseo sexual con un aspecto sentimental, o cual al momento de la definición de infidelidad por parte de Lesli, necesariamente debe haber afecto, por lo que, debido a su manera reactiva de responder, ella da por hecho que una infidelidad es el fin de la relación, ya que necesariamente hay sentimientos hacia una tercera persona.

Un rasgo de indiferenciación fusionada de Lesli es la que se vive en la infidelidad de su hermana y su pareja, ya que viven en un "círculo vicioso" de infidelidad en donde se lastiman pero siguen juntos. Debido a las características de la teoría multigeneracional, Lesli puede presentar esta tendencia. De hecho, ella piensa que Pedro le es infiel, y actúa de cierta manera celándolo aun cuando

él no ha cometido infidelidad. Esto confirma que Lesli se maneja bajo un sistema emocional y "traslada" lo que ocurre en su familia a otros aspectos de la vida. Es importante conocer algunos aspectos de su historia de relaciones de pareja.

A los 14 años tenía un novio, y éste la "engañó", utilizando este término como sinónimo de infidelidad. Menciona que la tercera persona en la pareja tenía el nombre de Mónica y que no fue con la única Mónica con la que le fueron infiel. Ella sintió feo y terminó la relación. Posteriormente la relación entre Mónica y su entonces pareja terminó y rehicieron la pareja él e Lesli. Ella menciona que "por mensa". Catalogando de tal las acciones referentes a este hecho y seguir en dicho sistema emocional. Esta relación duró aproximadamente tres años y es la primera que tuvo. Para Lesli, en una definición tautológica, la infidelidad es ser infiel física o sentimentalmente. Pone de ejemplo su relación actual, en la que, el culpable sería su pareja y no ella. Besar a alguien que está fuera de la relación. Es decir, la existencia de una triangulación.

Este fenómeno comienza con la atracción de y a un tercero, según la definición que Lesli, la atracción debe cumplir un criterio para considerarse tal y es querer besar a ese tercero. Ahora bien, se entiende que no existe infidelidad si no existe una pareja, por lo que, la definición de esta, dada por Lesli son dos personas que salen, se quieren, se besan y tienen sexo. Puede faltar cualquier factor, exceptuando el sentimiento. Para tener este estatus hace falta el afecto, pues es fundamental, debe ser afecto amoroso. Teniendo como amor, bajo sus términos, una sensación bioquímica que se siente por todo el metabolismo. Su segunda relación la califica "como de lejitos" a pesar de haberlo visto con la misma frecuencia que a su pareja actual. La tercera relación fue con una persona de 35 años cuando ella tenía 16.

Esta persona era indiferenciada ya que cuando Lesli decidió ya no tener relaciones del tipo sadomasoquista, él comenzó una serie de chantajes amenazándola de decirle a sus padres lo que hacían. Esto fue hasta que ella decidió terminar la relación y él dijo "me quiero morir". Tiempo después la buscó y le dijo que tenía cáncer; Lesli menciona que no es cierto, mentía. Una característica de los indiferenciados es este tipo de conductas, que los demás

hagan lo que ellos quieren sin importar el medio. Posterior a esta relación tenía a un amigo "amigonovio" que quería formar pareja con ella, sin embargo ella no quería hasta que él comenzó a salir con otra chica ella empezó a sentirse enamorada de él, pero ella lo rechazó. Conoció a su pareja actual, y tiempo después, el chico corta con su entonces novia y busca a Lesli. Ella ya estaba saliendo con su actual pareja.

Pedro, su pareja actual es exnovio de una amiga suya. Se conocieron cuando Lesli trabajaba de empacadora en un centro comercial y su amiga, novia, en ese entonces, de Pedro, también. En alguna ocasión llegó Pedro con su entonces novia y Lesli le dijo que le prestara un disco, según ella le hizo "jetas", pero finalmente se lo prestó. Una vez terminada la relación con Mariana y tras otra relación, Pedro buscó a Lesli por medio de redes sociales, Lesli lo aceptó y al ver que se parecía a Julián Casablancas le gustó mucho "es un Julián Casablancas región 4".

La relación que mantiene con Pedro es regular bajo la visión de Lesli, porque no es completamente feliz. Se dio cuenta de las conversaciones que Pedro tenía con otras chicas debido a que él le dio la contraseña de su Facebook; ella leyó las conversaciones y ahora es insegura por eso. Es un caso de fusión ya que no existe un límite entre su privacidad y la de otra persona y, a pesar de que las supuestas acciones de Pedro la lastiman, no se aleja de él, teniendo así, las características de una persona profundamente fusionada. Menciona que, al inicio de la relación con Pedro ella era "más loca" pues se molestó porque le dio "like" a la fotografía de una chica en calzones con un tatuaje recién hecho. Un rasgo más de indiferenciación fusionada, esta vez con su actual pareja.

Cuando forma la relación con Pedro, su actual pareja se enojó porque le dio "like" a una fotografía de una chica. Lesli cortó la relación. Durante la relación con Lesli, Pedro conoció a una chica llamada Mónica, de quien se sentía atraído. Posteriormente a una chica llamada Erika, apodada por Lesli como Sisa Toaquiza. Estos acontecimientos provocaron desequilibrio en la pareja a pesar de no ser infidelidades como tal, pero, bajo la perspectiva de Lesli, sí lo eran. Para ella, el hecho de darse un tiempo entre pareja implica seguir manteniendo el compromiso,

a pesar de que, en un inicio, ella mencionó que cortó a Pedro, no fue sólo de un tiempo, posteriormente quiso regresar, sin embargo, no es lo mismo cortar que darse un tiempo y ella lo usa a conveniencia. La infidelidad, o la idea de la infidelidad, la ha hecho insegura peor piensa que es parte de las relaciones porque "todos los hombres son unos cerdos". Dentro de la pareja no han hablado de lo que es infidelidad sin embargo, su madre dice que no es mala mientras no estén casados.

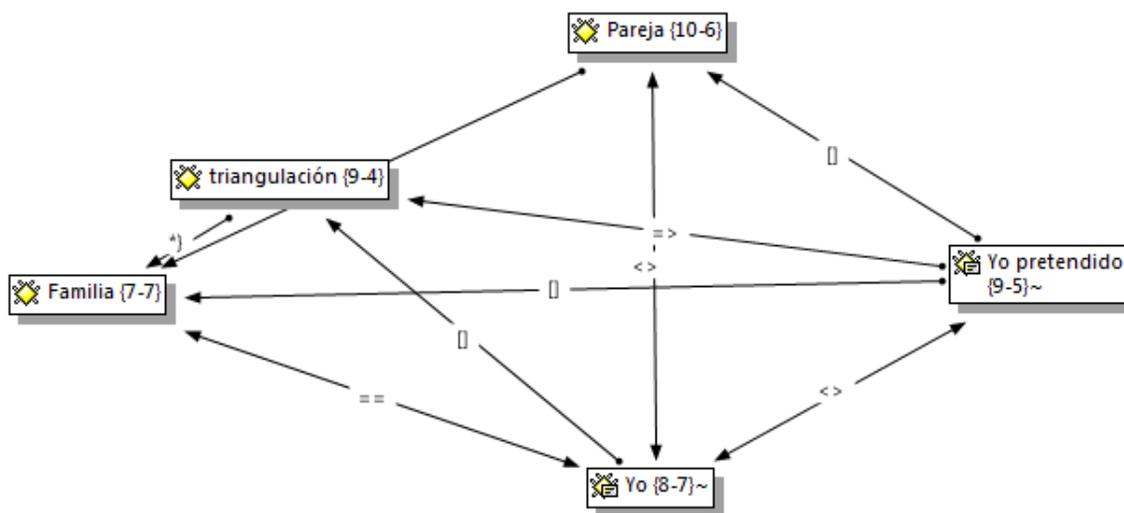


Figura 18. Yo

Lesli tiene un yo real que no empata con el yo pretendido, ya que ella pretende llevar su vida bajo conceptos objetivos, dejando de lado las explicaciones emocionales, sin embargo, la manera en la actúa está gobernada por las emociones, lo cual contradice completamente a su pretensión del yo. La concepción de la infidelidad, por su parte, depende de quién realice el acto. Si es su pareja, con el hecho de estar en contacto con una mujer es infidelidad, por el contrario, si ella es quien está triangulando, necesita la atracción y el sentimiento para que sea considerada infidelidad, lo cual expone la inseguridad que le causa no estar en constante contacto con sus parejas. Lo cual le provoca ansiedad y por lo tanto una manera de actuar reactiva.

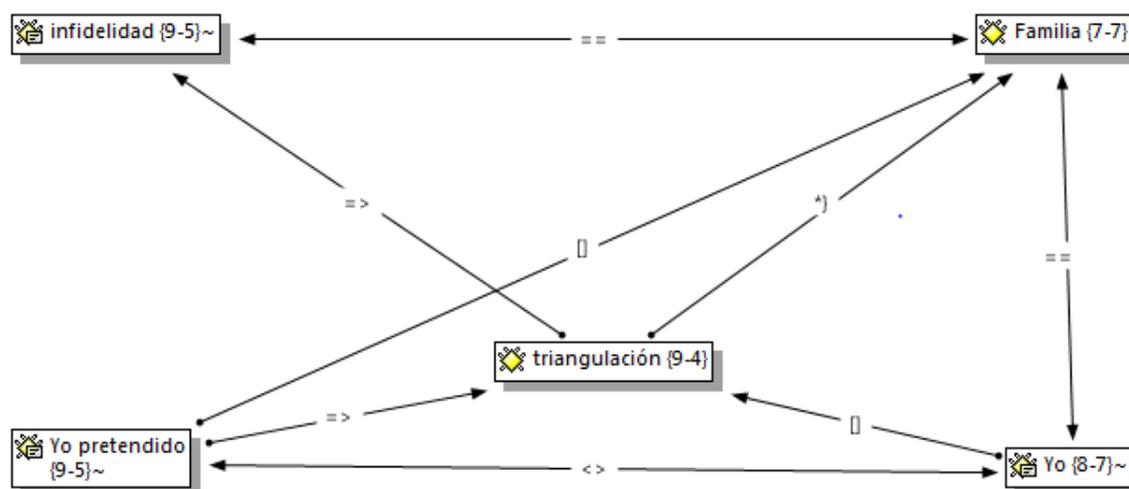


Figura 19. Triangulación

Para Lesli, la triangulación se vive desde su familia, con hechos no frecuentes como las pláticas de su madre acerca de su padre y sus actos relacionados al alcohol. El hecho de vivir infidelidad en la pareja de su hermana. Por lo tanto, la triangulación es una convivencia cotidiana para ella, siendo esta la causa de infidelidad, o mejor dicho, la infidelidad siendo una manera de triangular. Pero debe entenderse la infidelidad en ambos conceptos de Lesli.

De acuerdo a la teoría, las personas, en la elección de pareja, buscan de acuerdo al nivel de diferenciación, tendiendo a ser un nivel similar (Montoya, 2000).

En el caso de la primera pareja se encuentra un aspecto en común, que es la desconexión del padre, reforzando la teoría de Bowen (1978), en donde la desconexión es aprendida como un sistema emocional, llevándola a otros sistemas con los que interactúan, incluyendo al sistema pareja. Comparando los dos sucesos de los primeros recuerdos que tienen en su infancia, momento en el que el proceso de diferenciación comienza a tomar alguna tendencia hacia la diferenciación misma o la indiferenciación.

Ambos miembros de la pareja tienden a la fusión, a tal grado en el que la desconexión es el punto máximo al que ambos tienden, a lo largo de su historia de vida se hace evidente, desde los primeros recuerdos esta tendencia. Por ejemplo, el primer recuerdo que tiene Pedro es uno que se confunde con alguna película, menciona que no recuerda si vio una escena parecida en algún momento, si realmente ve ese episodio de manera lejana (aunque lo tenga presente) o realmente ocurrió. Pedro menciona que observó a uno de sus tíos o a su madre, lo cual probabiliza que no sea una película. Es interesante que confunda este recuerdo como una película o viceversa, porque puede ser interpretado como un hecho lejano, algo de lo que se ha desconectado, lo cual coincide con su tendencia a este rasgo de indiferenciación.

Por otra parte, Lesli, su pareja, no tiene “un primer recuerdo” pero sí uno de los primeros, en donde puede interpretarse como desconexión, ya que hubo una separación que le causó alivio, y no sólo a ella, sino a toda su familia, lo cual refuerza, nuevamente, la teoría de Bowen (1989), en donde, al igual que su pareja, de la familia van aprendiendo a reaccionar de cierta manera a las emociones y conceptualizando sentimientos. Es el segundo recuerdo; su mamá le compró el pollo cuando aún era pequeño y creció, esto fue al momento de salir de la primaria en un día de clases. Con el tiempo, el pollo “se hizo agresivo” y picó a la hermana de Lesli en un ojo. Lo regalaron a un señor “para que se lo comiera” Lesli sintió alivio. Esta sensación de alivio puede ser trasladada a otros sistemas

como el resultado del aprendizaje de la desconexión, la cual ha estado presente en su vida por parte de su padre.

Cuestión también presente en la vida de Pedro, en donde, también existía triangulación, de tal manera que su padre le regalaba juguetes con un precio, menciona Pedro, considerable. Pedro es hijo fuera del matrimonio, producto de la infidelidad, hecho que, debido a la indiferenciación que existe dentro de su familia y la desconexión de su padre, hace que conceptualice la infidelidad. Otro rasgo importante de la vida de Pedro es su madre, quien a partir de la adolescencia, comienza a tomar protagonismo en su vida, decidiendo por él sin escuchar las razones por las cuales quería o no hacer determinada acción. La mamá de Pedro, al tomar una decisión sin escuchar a su hijo, mostrando su fusión con él, fue la pieza clave para permitir abusos de parte de sus compañeros de escuela. En casa siempre se le enseñó respeto y él lo tomó como que no importaba lo que le hicieran, él no debía tomar cartas en el asunto.

Por el parte de Lesli, a infidelidad en su familia es un suceso que ocurre cotidianamente con su hermana y la pareja de la misma. Ambos saben que son infieles y son infieles porque saben que son infieles. Tanto en la familia de Pedro, como en la de Lesli, la infidelidad ha sido causa de conceptualizaciones y a partir de ellas formar una tendencia hacia un yo pretendido, que en ambos casos es distinto al yo real, al yo que interactúa.

El sistema familiar de ambos miembros de la pareja, si bien, no es similar en estructura social, en fondo, sí lo es, ya que viven personas que si bien son miembros de la familia, no son miembros de la familia nuclear, existe distanciamiento por parte del padre, siendo más notorio en el caso de Pedro, a ambas personas les provoca un sentimiento de enojo y ansiedad al hablar de estas personas, por lo que pretenden ser distintas a las mismas, siendo así un rasgo de fusión, pero, por la situación en la que están inmersos, se tiende hacia la desconexión, pues la ansiedad está presente en altos grados y de manera considerable, que la triangulación per se no ayuda a disminuir. Este hecho es la causa principal de la conceptualización del yo que tienen, siendo así, la pieza clave de la formación del yo pretendido

### 6.3 Pareja 2

Daniela

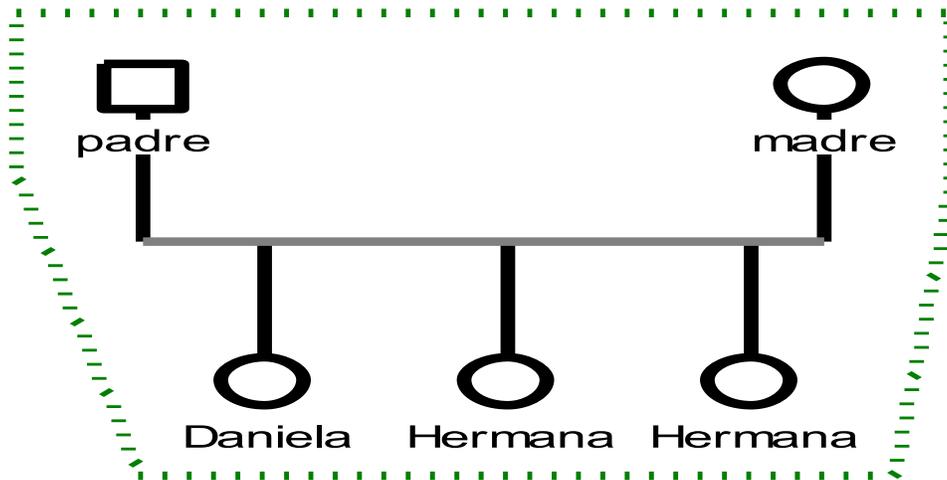


Figura 20. Familiograma de Daniela

Daniela es una estudiante de los últimos semestres de la carrera de pedagogía. Por motivos de privacidad se ha renombrado a dicha participante, quien tiene 24 años de edad, vive en casa de sus padres, es de religión cristiana. La composición familiar está dada por el matrimonio de sus padres y la convivencia con sus dos hermanas, una de ellas con una discapacidad. Daniela se visualiza como una niña que fue tímida y que le costaba trabajo separarse de su mamá con temor a no poder socializar y a que su madre no regresara por ella, por lo tanto, era una niña con cierto temor a la soledad. Actualmente se considera como tímida, que le cuesta trabajo socializar y cuando encuentra a una persona suele quedarse con ella y separarse de los demás, es decir, puede interpretarse como una persona fusionada, ella misma se observa como una persona apegada a los demás, que sabe expresar sus emociones y lo que piensa, pero aun así se ve como introvertida. Explica que esta característica es genética porque sus padres eran así.



Figura 21. Percepción del yo.

En la figura 17 puede observarse cómo la percepción que Daniela de sí misma coincide con lo que, a lo largo de la entrevista, es su yo real. Su timidez no sólo la inclina a lo genético, también a una serie de experiencias que tienen cabida en la infancia (burlas). Característica de una persona indiferenciada - fusionada; la influencia del medio llega a tal grado que logra mantener a los fusionados en un estado de introversión. Es claro cómo aquí empata con la teoría de los sistema naturales de Bowen, pues el sistema emocional familiar se traslada al social, así mismo se transmite de una generación a otra y es el que gobierna la conducta sobre el sistema intelectual.

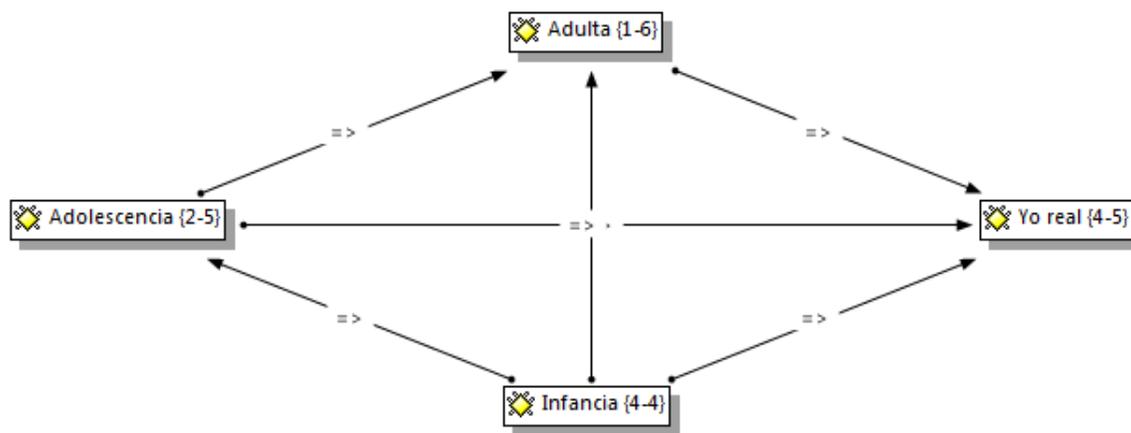


Figura 22. Infancia y yo Real

En este diagrama puede entenderse la infancia de Daniela como el punto clave de su desarrollo. La explicación de Bowen (1988), es que, en la infancia es cuando el proceso de diferenciación se lleva a cabo; en el caso de Daniela, este proceso fue dirigido hacia la indiferenciación – fusión. En el diagrama se observa cómo dicho proceso va relacionándose con cada etapa de su vida hasta formar su “yo real”, el cual reconoce y coincide con lo que pretende ser, ya que el “yo del discurso” no varía en cuanto a la manera en la que actúa.

Daniela se siente una persona sensible a las enfermedades, pero no es en sí por la enfermedad, sino por su hermana, quien tiene síndrome de Down, y cuando era pequeña fue operada del corazón; por un descuido de los médicos, su hermana se retiró todo lo que tenía conectado a su cuerpo, provocándole parálisis cerebral. Esta situación es por lo que Daniela menciona que es sensible a las enfermedades, de lo contrario no se sentiría así porque no lo ha vivido; sería sensible a cuestiones con las que ha tenido contacto. De esta manera traslada su sistema emocional aprendido en el sistema primario a sistemas fuera de la familia.

Para entender el proceso de diferenciación por el cual pasó Daniela, es importante, dada la naturaleza de la teoría, conocer aspectos de la historia de sus padres, quienes se conocieron por relación familia. Su papá vivía en Hidalgo; las familias de ambos se conocían porque los tíos de Daniela eran pareja. Menciona que su papá era muy tímido y tardó años en lograr la relación con su madre. Para lograrlo trianguló a la hermana menor para obtener información referente de la vida personal de ella. Daniela describe a su padre como una persona tímida y con cierta dificultad para socializar; con ella ha sido amoroso, trabajador responsable y respetuoso. Intenta encontrar la solución sin llegar a los golpes. Antes de casarse, su papá fue a trabajar a Estados Unidos para obtener dinero con fin de pagar los gastos de la boda.

Menciona a su mamá con un carácter fuerte y explosivo. Cuando tiene conflictos con el papá de Daniela, piensa que no le hace caso porque él prefiere pensar antes de actuar. Esto habla de rasgos de una persona fusionada que cree que los demás deben darle respuesta a sus problemáticas en el instante, de lo contrario la ansiedad llega a un grado en el cual comienza el caos. La relación de sus abuelos maternos fue basada en la violencia al grado que el papá de su abuela le decía que lo dejara o la mataría a golpes. Las relaciones de este tipo están dadas principalmente por personas profundamente indiferenciadas incapaces de desconectarse y que llegan a un grado de tensión tan alto que no es posible triangularlo y los golpes son la consecuencia de esto. Recién iniciaron la relación, sus padres se llevaban bien pues su mamá era tímida; cuando nace Daniela comienza a desarrollar un carácter más fuerte.

Este cambio ha provocado inestabilidad en la relación de padres, pero no se ven involucradas las hermanas en estos conflictos. La casa en la que viven está dividida por departamentos, su abuela vive en uno de ellos, en sí, la casa es propiedad es de la abuela. Uno de los primeros recuerdos de infancia de Daniela es su cumpleaños número seis; había dos pasteles, uno blanco y otro de chocolate; también había gelatinas. Si ella pudiera haber elegido los sabores serían, pastel de chocolate, gelatinas de piña y frambuesa y una piñata de Barbie. Sin embargo, la elección no estuvo en ella, a pesar de tener seis años. La mamá seguía decidiendo por Daniela algunas cuestiones que, para fines de la diferenciación, pudo ser más adecuado tomar en cuenta su opinión, esto para formar parte activa de una decisión de grupo con algo que la involucrara directamente. Entre Daniela y su mamá son quienes cuidan a la hermana. Daniela menciona algo muy importante, considera a su hermana como el punto de unión de la familia, ya que depende completamente de ellos como familia. Sus padres han tenido discusiones a tal grado que Daniela piensa que no se separan debido a la esta situación.

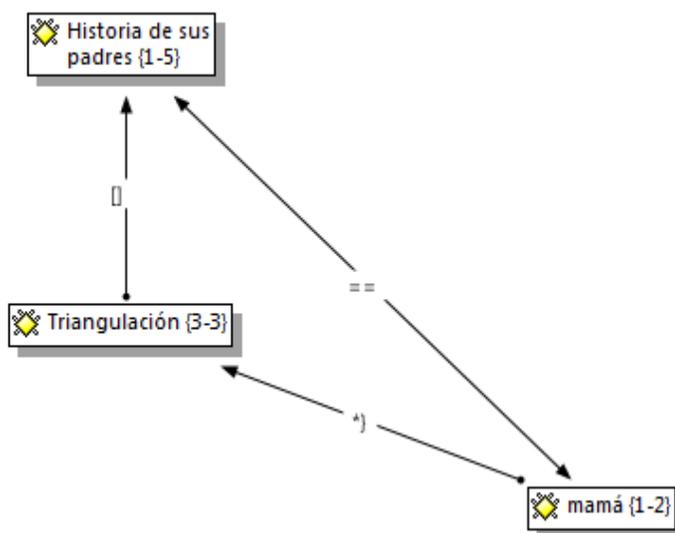


Figura 23. Triangulación en la familia.

En la familia de Daniela, la triangulación, como puede notarse es un fenómeno que ocurre constantemente. Es fácilmente notable cuando existe ansiedad entre la madre y el padre de Daniela, que están a punto de separarse, sin embargo no lo hacen debido a la hermana de Daniela. El hecho de que la hermana de Daniela sea el centro de la familia, es con quien se realizan las triangulaciones en la misma. Cabe destacar que la hermana de Daniela no cambiará de lugar en el triángulo secundario que forman, de hecho no es un miembro activo, sin embargo, en ella giran diversas situaciones que la ponen en el lugar adecuado para ser triangulada, ya sea porque representa una actividad (los cuidados) o per se. La situación de Daniela con su familia, a raíz de lo que su hermana vive, es un indicador de fusión, ya que, al ser la hermana el centro de la familia e impedirles actividades comienzan a convivir de tal manera que la tensión aumenta, sus padres, en palabras de Daniela, *“no se separan debido a lo que le ocurre a su hermana, aun cuando la tensión entre ambos es muy fuerte”*. Por parte de los padres, no les permite una separación, pues la necesidad que ella presenta de una unión familiar no les permite una separación, a pesar de que ella necesita más que unión familiar cuidados especiales, a pesar de ser la mamá y Daniela quienes prestan estos cuidados; es decir, el padre y la madre utilizan esta situación para disminuir la ansiedad entre ambos y de esta manera mantenerse juntos.

Daniela reconoce que le costaba mucho trabajo separarse de su mamá para asistir, esto es un claro indicador de fusión. Daniela le decía a su madre que, mientras estuviera en el jardín de niños, no se fuera de ahí, que la esperara fuera. Tenía temor a que su madre no regresara por ella y que no pudiera socializar con sus compañeras. Este último temor puede que sea conclusión analizada recientemente, ya que el concepto de socializar no es algo que radique en los pensamientos de un infante. Tiene rasgos de personalidad similares a los de su padre como la timidez y la dificultad para socializar. Puede inferirse que en el sistema emocional, la influencia por parte de su padre. Cabe destacar que, aparentemente, su madre es una persona que tiende a la fusión.

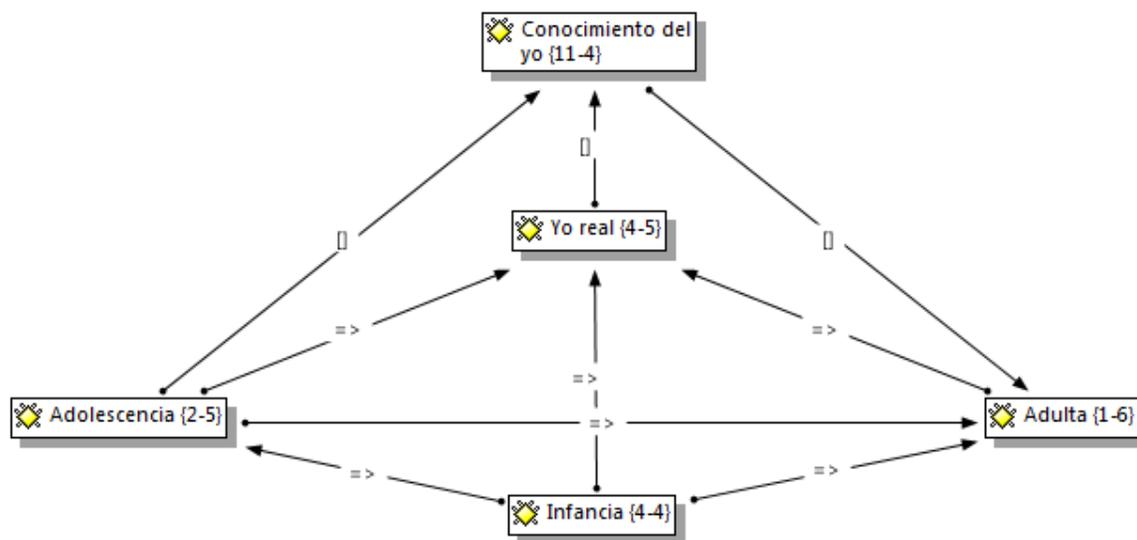


Figura 24. El yo real de Daniela.

El yo real de Daniela, como se ha mencionado, es en sí mismo su pretensión y su discurso ya que no hay diferencia entre estos pues reconoce su dependencia hacia las demás personas, así como el las consecuencias que tienen los actos de los demás en sí misma. Lo ve como algo natural que “viene de familia”. Este yo real es fusionado. La relación en su infancia fue equilibrada entre padre y madre, sin embargo ahora es más allegada a su mamá, pues confía más en ella y a su padre no lo ve tanto a pesar de vivir en la misma casa. Cuando Daniela nace, su mamá cambia "su carácter", siendo este más fuerte. Esto puede deberse a las fuerzas de unión que se desarrollan cuando la mujer se convierte en madre, es natural la protección y desde esta perspectiva puede entenderse que la manifestación social de este fenómeno, aunada a la tendencia de fusión, con un "carácter" fuerte para poder así proteger a su hija de supuestas amenazas. Según la teoría de los sistemas naturales de Bowen, los sistemas emocionales se transmiten de una generación a otra, al indicar este rasgo de fusión por parte de los padres de Daniela, también se están indicando los rasgos de fusión. Daniela reitera el temor que sentía, de niña, de perder a su mamá cuando iba al kínder. La mamá mostraba angustia cuando Daniela se quedaba en el kínder y le pedía que no su fuera, esto reforzaba el sentir de Daniela respecto a la situación, y de esta

manera el proceso de diferenciación se veía disminuido. Ella lo explica como la costumbre de estar con su madre todo el tiempo con ella en casa y de pronto estar rodeada con otras personas y no tener físicamente a su madre. Al no tenerla físicamente implica que pensaba constantemente en ella, y al recordar, a la fecha, la cara de angustia de su madre, pudo haberle sido significativa esta expresión. El proceso con su padre fue distinto, ya que con él, cuando existía la posibilidad de que se fuera a trabajar a Estados Unidos, ella ya tenía la idea de que podía regresar. Su mamá le decía que era muy delgada y que la razón de eso era porque quería imitar a sus amigas de la secundaria, condicionando esta amistad a la ingesta de comida. Su madre no dimensionaba lo que vivía Daniela y ella lo interpretaba como un posible trastorno, llevándola a condicionar amistades para que Daniela saliera del supuesto trastorno; esto indica que el proceso de diferenciación no era el más adecuado ya que la madre estaba decidiendo con quién no juntarse en lugar de abrir un canal de comunicación. Las decisiones que la madre toma en lugar de entender e involucrarse en lo que Daniela vivía, son indicadores de fusión. Previo a esta medida que prohibía las amistades de Daniela, ella decidió en qué secundaria estudiar y esto lo hizo en función de lo que decían era la mejor secundaria de la zona. Lo mismo ocurrió para entrar al bachillerato. Su padre le permitió probar la cerveza y el cigarro, pero a ella no le gustaron, es una persona que, a pesar de la tendencia a la fusión que presenta, difícilmente será una persona con vicios de sustancias nocivas. Estos elementos permiten inferir que dentro de la fusión ella toma el papel de subfuncional.

Ella es muy apegada a las personas y con el término de su primera relación se sintió triste pues se encariñó con él. El concepto de infidelidad o fidelidad, está en función de su indiferenciación, pues, para ella, la fidelidad es que el chico que esté con ella, no voltee a ver a otra chida. No es el discurso oficial, pero sí es lo que puede interpretarse a partir del discurso del yo real. La madre tuvo que ver, en gran medida, que no se concretara la relación con el chico de la preparatoria, porque le daba miedo decirle y que no le diera permiso. Seguía limitada al sistema emocional e indiferenciación fusionada con la madre; pues menciona que siempre ha sido muy rígida con ella, primero en calificaciones y

ahora con el "no me va a dejar". Aquí existe lo que Bowen conceptualiza como subsunción, mientras que la madre sobrefunciona. Otro rasgo de fusión es que ella piensa en "qué dirán" las personas cuando están con ella, sin embargo, con su pareja actual no es así. Ella actúa como el factor subfuncional mientras que su pareja actúa como sobrefuncional, reproduciendo así, el sistema emocional de la familia de origen. También la ideología religiosa interviene en la pareja, ya que, por lo menos al inicio, era importante, sin embargo, se siguió con la relación a pesar de eso.

En cuanto a pareja, ella refiere que su primer noviazgo fue a los trece años. A ella le llamaba la atención que un niño se fijara en ella, no recuerda los detalles de cómo comenzaron a hablarse pero, cuando él le preguntó que si quería ser su novia y ella le dijo que sí, sintió mucha emoción pero, resultó que su primer beso no era como ella lo pensaba, fue "poco romántico" pues fue entre los carros y no en un parque, tal como ella pensaba. Afirma que todas las chicas idealizan su primer beso de una manera romántica y esto la decepcionó. El final de esa relación llegó porque él "no se aplicaba mucho en sus materias" y para entrar a segundo año, su mamá fue por sus papeles. Después de eso ya no se verían, pues después de la escuela no se veían.

Su segunda relación fue "chistosa" pues nunca se dieron un beso; para esta relación le contó a su mamá y le dio permiso. A los dos meses ella cortó la relación, pero no recuerda los motivos. Se sintió triste, pero no le afectó como le afectaría ahora. En la preparatoria tuvo una relación, pero no precisamente de noviazgo; este chico era extrovertido, rasgo que le llamó la atención, pero ella lo cataloga como "mujeriego" y esto le provocaba inseguridad, argumentando que le daba miedo que esto la pudiera lastimar. Los noviazgos están en función de lo que su madre le permita. En la iglesia a la que acude, de religión cristiana, conoció a un chico que tenía problemas de drogas, salió a escondidas con él, por las circunstancias que él atravesaba.

Posteriormente conoce a otro chico, igual, en la iglesia; él le pide su número a una amiga de Daniela. Este rasgo es parecido a cómo comenzaron a hablarse sus padres. Le contó a su madre y ella dijo que estaban muy chicos aún. Él fue a conocer a los padres de Daniela, pero ella no lo permitió y terminaron la relación. Posteriormente salió con otros chicos, pero ella sólo quería salir "como amigos" y cuando ellos le preguntaban si quería ser su novia, ella pensaba que arruinaban todo. Es decir, debido a los acontecimientos anteriores, pudiera ser que ella estuviera negada a una relación a menos que fuera con el chico del cual estaba enamorada, mantenía la esperanza que regresara. Dicha esperanza "murió al conocer a su pareja actual".

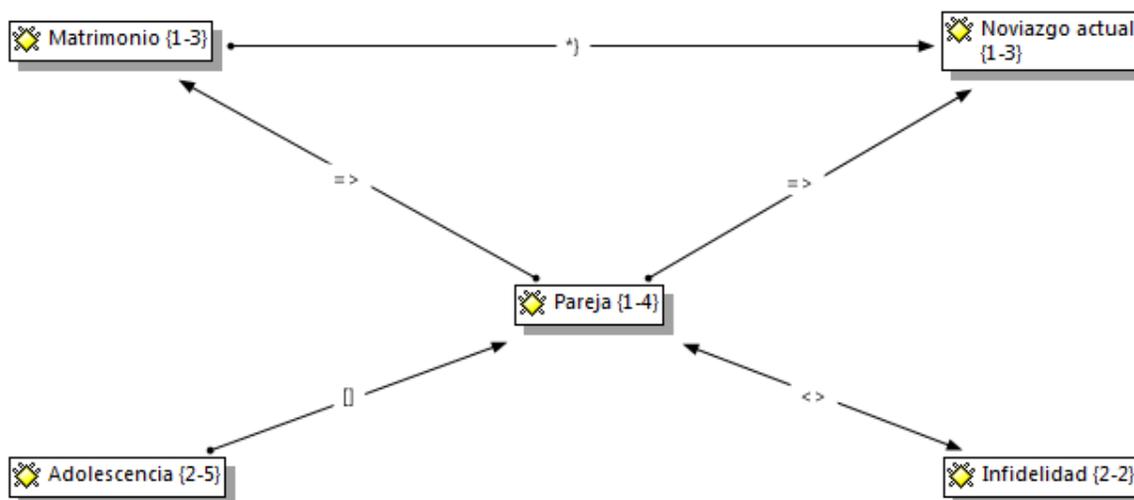


Figura 25. Esquema de la pareja

La idea de pareja que Daniela tiene es el establecer una familia por medio del matrimonio; esta idea está dada por la religión inculcada así como por los valores familiares, los cuales, debido a su fusión, no pueden ser desprendidos de ella. La infidelidad es algo contrario a la pareja, también porque es mal visto en su religión.

El concepto actual de pareja, para Daniela "Es una persona con quien compartes lo más profundo de ti. Tienes la confianza para contarle lo que no le contarías a otra persona. Es tu cómplice, tu amigo, tiene que ser tu amigo. Una persona a la

*que le tienes cariño, afecto, esa persona que debe tener esa parte de amor y cómo ese deseo sexual."*

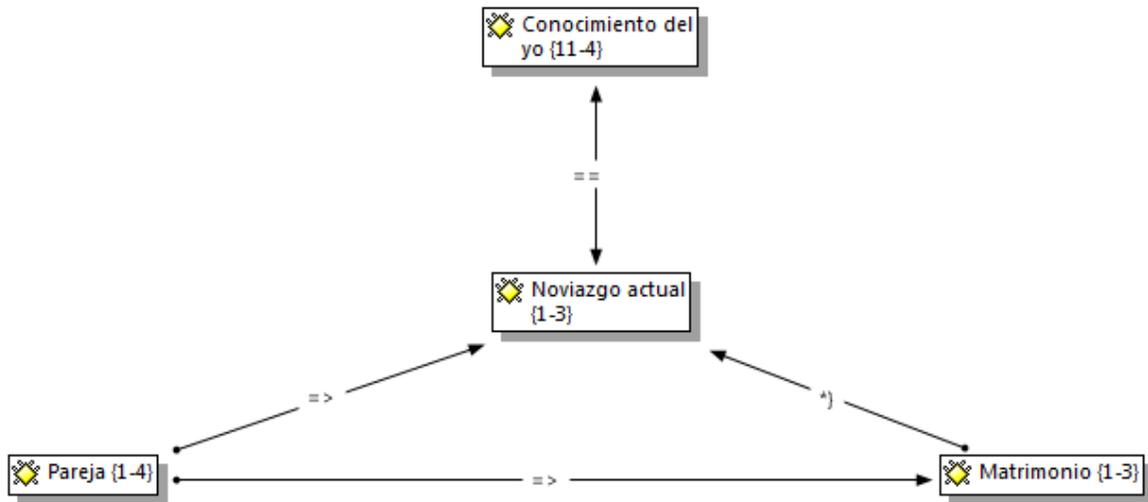


Figura 26. Esquema de "Noviazgo actual".

Con su pareja actual cortó por primera vez a los seis meses por no tener la misma ideología religiosa. Esto habla de la fusión que se comentaba anteriormente respecto a este punto; la religión es el eje guía de Daniela. Con la relación actual que tiene, le afectaría mucho cortar pues ya lo ve como un compromiso que está más allá de un simple noviazgo de secundaria, ya que ahora, están comprometidos. Las esperanzas de que regresara la persona anterior a esta pareja, terminaron cuando Iván llegó. Cuando se le pregunta acerca del concepto que tienen como pareja de infidelidad, menciona que no han hablado de infidelidad, sin embargo, puede entenderse el concepto que ella tiene.

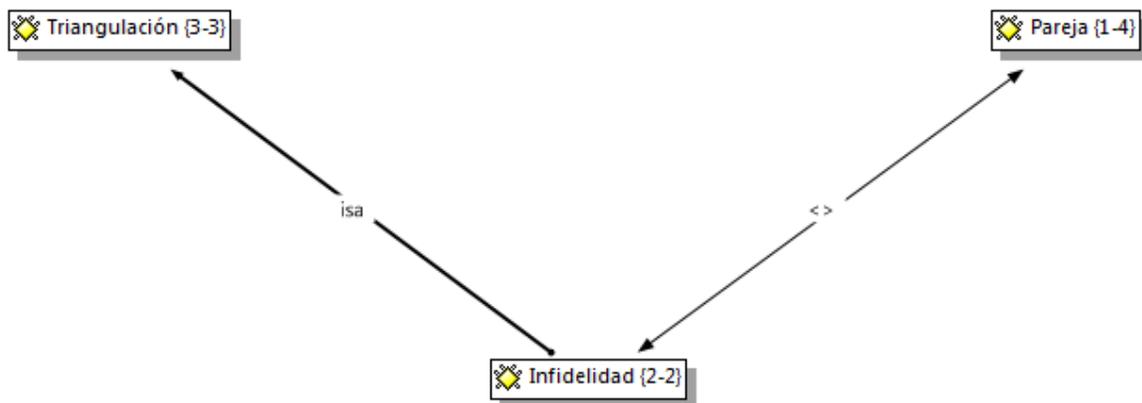


Figura 27. Infidelidad

Tiene un concepto de infidelidad que recae directamente en la triangulación y que está en contra de lo que ella piensa de pareja. El primer contacto que tuvo con la infidelidad, referente a la familia fue con su abuela. Menciona que no ha sido infiel y no ha participado en una infidelidad, sin embargo, menciona que es probable que sí con el chico que tenía problemas con drogas. Sin embargo, el chico que le gustaba de la preparatoria, que, no era su novio y no tenía novia, la hizo partícipe de un triángulo, siendo esto posible cuando él regresó con su ex novia.

Otro acercamiento a la infidelidad, o por lo menos a algo que pudo haberle ayudado a formar ese concepto es que, el chico que le gustaba en la preparatoria, aunque estuviera con ella, volteaba a ver a otras chicas que pasaran y esto no le daba certeza de un compromiso con ella. Es decir, comienza a formar el criterio de fidelidad a partir del compromiso, y un indicador del mismo es que no voltee a ver a alguien más. Al ser una persona fusionada, el concepto que tiene de infidelidad tiende a ser de una relación aprehensiva en donde no puede existir el contacto visual con otras personas. Sin embargo, contrasta con la visión de su pareja.

## 6.4 IVÁN

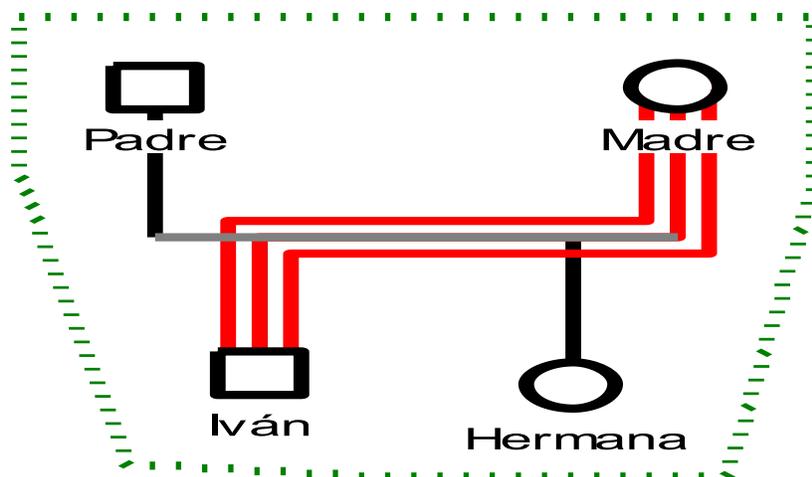


Figura 28. Familiograma de Iván

Con fines de proteger la identidad del participante, su nombre fue cambiado a Iván. Es importante conocer aspectos generales de la historia de las familias para un mejor análisis bajo la perspectiva multigeneracional, sin embargo, Iván, no conoce la historia de la relación de sus abuelos maternos, sólo sabe que su mamá es la hija menor y que cuando ella tenía 13 años su mamá murió, sólo conoció a su abuelo. Por parte de los abuelos paternos sí los conoció, describe a su abuelo como un hombre alto, de ojos verde, blanco, mientras que a su abuela como lo contrario a él. Su abuelo trabajaba en una fábrica y posteriormente se hizo Mariachi, pues cantaba bien. Ambos abuelos ya fallecieron, sin embargo los recuerda. No sabe cómo se conocieron.

La historia de cómo se conocieron sus padres sí la conoce. Cuando su papá trabajaba para una empresa, como pastelero, lo mandaron a Guadalajara y en el edificio en donde él llegó a trabajar, la mamá de Iván era secretaria. Con el tiempo, se conocieron y formaron una relación de pareja. La dinámica familiar ha cambiado de acuerdo a la etapa que los hijos están viviendo. Recuerda desde la infancia y resalta que en ese tiempo las cosas eran más baratas; hasta las

discusiones que tienen actualmente desde la perspectiva que tiene cada uno a partir de la disciplina que desempeñan.

Para Iván una madre es una persona que tiene un hijo, lo que es para ese niño esa persona. Es una definición que se abre la posibilidad de que cada niño le dé un significado singular a la palabra madre. Piensa a su madre como una persona con problemas, que no por ser madre y/o padre los problemas desaparecen. La relación con su madre tiende a la diferenciación y como tal reconoce los defectos de la misma. La describe como una mujer con un carácter fuerte e impulsiva y que cuando lo regañaba, él pensaba que no estaba de acuerdo, sin embargo, no le decía nada y explicaba su actuar porque estaba enojada. Esto indica la diferenciación que tiene hacia su madre. Siempre evitaba no tomarse a pecho las cosas negativas que le decía su madre. Ha sido una relación con cierta ligera tendencia a la fusión, pues de chico chocaba con ella y prefería quedarse con su papá en la panadería, esto aunado al poco interés de visitar Jalisco. Su madre tiende a ser fusionada en algún grado, esto se infiere debido a que es una persona reactiva que lo hace ver con un discurso de “carácter fuerte”.

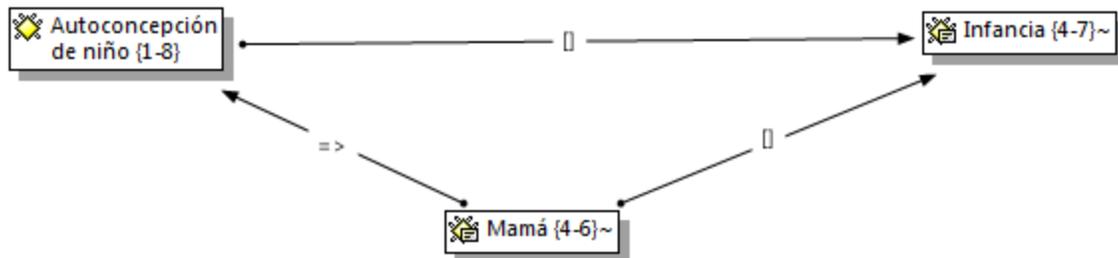


Figura 29. Relación con la madre

Iván tiene a su madre con una figura importante en la infancia. Dada la información que se obtuvo, la madre es quien le ayudó a construir el yo, teniendo fusión en él; cabe destacar que el grado de indiferenciación es moderado, ya que es una persona funcional y que evita los conflictos que provocan ansiedad, pues ha aprendido a detectarlos. Para Iván, su padre es una persona con la que es muy

cercano, a pesar de no estar ligado a su primer recuerdo es con quien se identifica, sin embargo esto no implica que sea una persona fusionada. Menciona que es una relación de "cómplices", que incluso hacía cosas que no le gustaban a su mamá, como invitarle refresco o comprarle dulces. Sabía que el decirle eso a su mamá le podría ocasionar conflictos a su padre y decidía no decirlo. Menciona que es una relación de mucho cariño más allá de las palabras. En esta relación existe el cuidado de grupo en la cual se ha convertido en la persona del sistema familiar con quien más se ha acercado a contarle asuntos personales. Es una persona que no está en vicios, siempre está físicamente presentable, una persona centrada y la cual no ha llegado a agresiones verbales o físicas con sus hijos. Es capaz de entenderse con cualquier persona y no es conflictivo. Es una persona diferenciada y como consecuencia y por ser cercano a su hijo, transmite esta diferenciación al mismo.

El primer recuerdo que tiene de su padre es una ocasión en la que mamá se fue a Jalisco y él se quedó a ayudarle a su papá en la panadería; para Iván esto es un recuerdo favorable

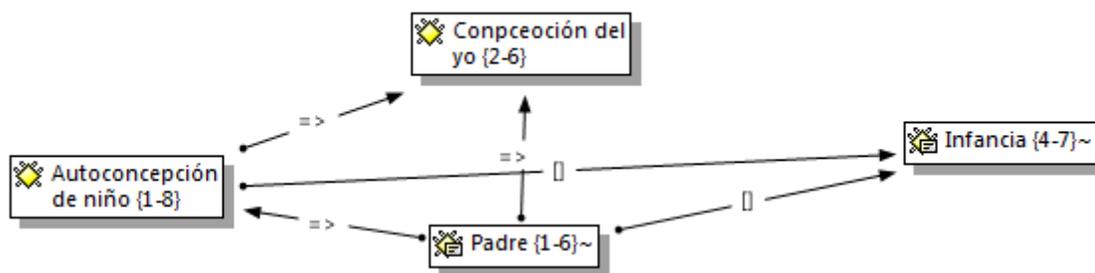


Figura 30. Relación con el padre.

La relación con su padre es la que le ha ayudado a disminuir la ansiedad que le provoca la fusión con su padre. Es decir, en un momento su padre funcionó como parte del triángulo y debido a que este le ha ayudado a la formación del concepto del yo, a pesar de su grado de indiferenciación, este triángulo parece adoptar, con el tiempo, una tendencia a una triada. Esto es indicador de que la triangulación sí disminuye la ansiedad y los miembros están diferenciándose. El proceso de diferenciación comienza a realizarse cuando Iván ingresa al jardín de

niños. Su mamá lee una carta que él escribió, sin embargo, ella hace los sonidos de las letras que escribió su hijo a pesar de que no existían. Iván ve eso como un favor. Se reconocía como niño porque los adultos le decían que no podía hacer algunas cosas, lo cual, con la edad, ha logrado corroborar. Al recordar a su mamá desde la infancia, la ve tal como es ahora, pero, la diferencia está en la visualización que tiene de él mismo, ya que él se ve más chico.

Esto indica que esta relación tiende a la diferenciación, pues se reconoce como un niño, a su madre como adulto y el cambio lo ha tenido él, puesto que su madre se ha mantenido parecida. Es capaz de notar los cambios en él mismo. Él crea el concepto de madre a partir de lo que "el otro" dice. Es una relación diferenciada porque su mamá le dice quién es y cuál es el papel que juega dentro del sistema, esto refuerza la idea de lo que se señalaba desde fuera. Reconocía el estado de ánimo de su madre para saber cómo actuar de la manera más prudente posible, es decir, no dominaba el sistema emocional, sino que el intelectual es quien fundamenta su actuar. Es una persona consciente de las consecuencias y que piensa antes de actuar según su conveniencia y la del grupo. Sabe que a veces es necesario no hablar.

La relación con la madre es diferenciada, con ciertos rasgos de fusión, tal como lo es la madre (ligeramente fusionada), y el padre es una persona diferenciada que no se encuentra en conflictos. Esto le permite a Iván ser una persona diferenciada, consciente de su situación y se reconoce a sí mismo dentro de un contexto familiar, escolar o profesional, con amigos y conocidos. No es una diferenciación completa, pues existen rasgos que indican que tiene ligeramente a la fusión, sin embargo esto no es algo que le cause conflictos en su actuar diario.

La diferenciación ha sido un proceso, en su familia, que se ha llevado a cabo; como indicador de este proceso, se tiene que, según reporta Iván, cada miembro de la familia comenta los acontecimientos de la historia familiar a partir de una perspectiva propia. Iván se considera una persona que cumple sus objetivos; puntual, porque menciona que es "consciente de los demás", pero esto puede provocarle ansiedad, pues existe presión por llegar temprano. Esto indica cierto grado de fusión.

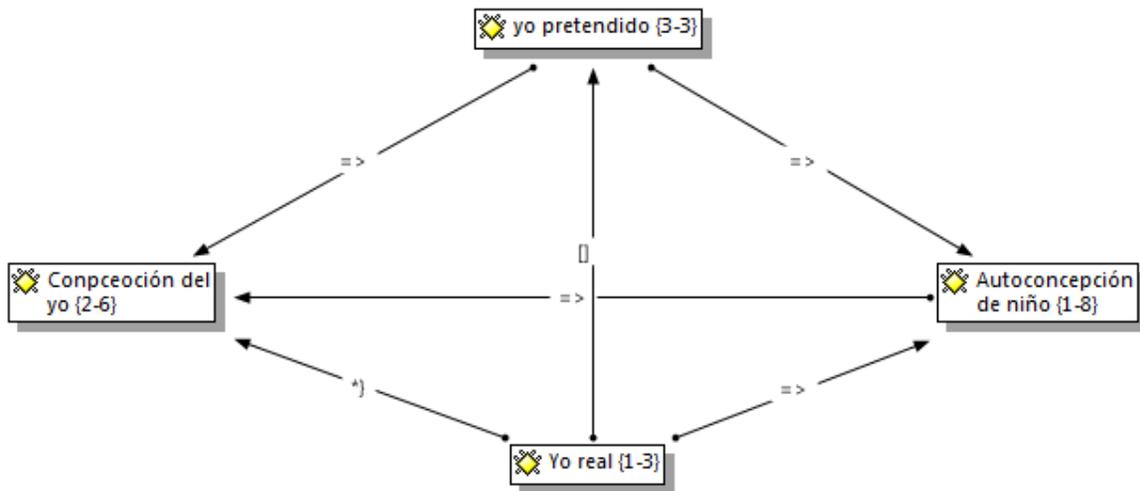


Figura 31. Yo pretendido.

La formación del "yo pretendido" está en función de estas características que la sociedad pide para cumplimiento de ciertos cánones de comportamiento. Menciona que de pequeño era tímido y que ahora existe un "Iván pequeño dentro de él". Presentaba problemas de inseguridad de niño pero, pretendía no serlo y por medio de "introspección" logró ciertos cambios. Existe un yo pretendido que es el modelo a seguir para su yo real, en función de éste realiza cambios en sus interacciones. De acuerdo con su descripción del yo real y la posición que juega dentro del sistema, es una persona que tiende a la fusión, sin embargo, procura realizar cambios que puedan propiciarle un bien y esto lo mantiene con cierto nivel de diferenciación. Este Yo pretendido, comienza a formarse desde la infancia y es muy similar al yo real. También tiene clara la concepción de su "yo" lo conocer y es capaz de reconocerlo. Es por esto que puede evitar los conflictos y la ansiedad en ellos.

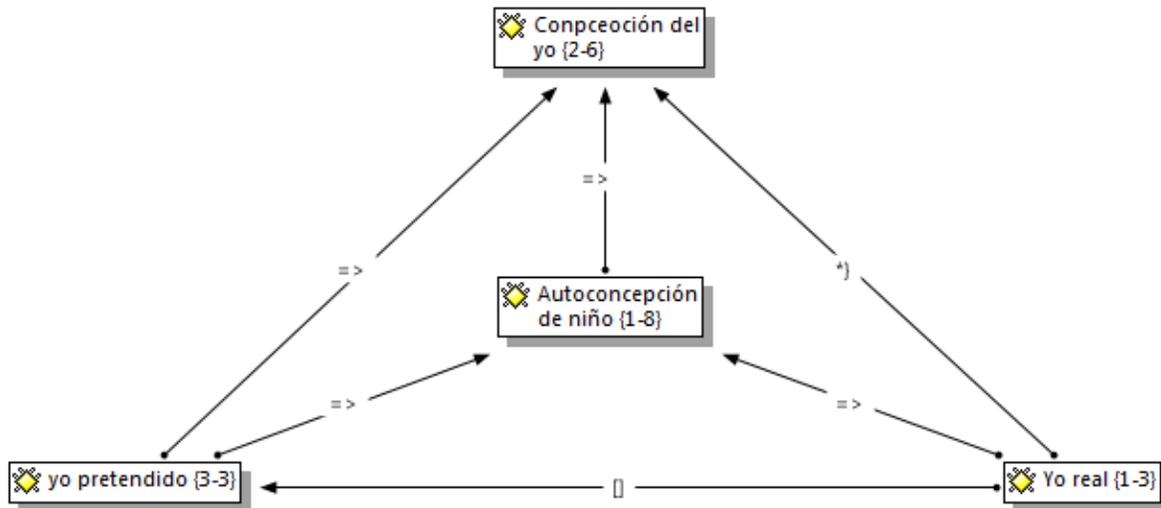


Figura 32. Yo real

El yo real, tiene similitud en el origen al yo pretendido, son similares, la diferencia es que Iván pretende no ser fusionado, sino completamente diferenciado, siendo que, realmente, es una persona fusionada con la madre, sin embargo este grado de fusión no es, aparentemente, un alto grado. Este grado de diferenciación es lo que le ha permitido construir un concepto de pareja que, a pesar de no haber tenido relaciones duraderas, salvo la última, reconoce el por qué y pretende aprender de esos motivos.

Menciona que sus historias han sido poco trascendentes, pues desde los catorce años comenzó a tener parejas pero sólo eran relaciones que duraban días. Esta tendencia se mantuvo durante la preparatoria, siendo en esta etapa cuando más durarían. Menciona que a partir del día 59 comienza a sentir ansiedad y realiza algo para que la relación fracasara, podía ser dejar de ver a su pareja o serle infiel. Eso ocurrió hasta que, con su pareja actual, se "rompió" esa costumbre; "esta chica me curó el trauma". Su pareja actual no conoce lo que él piensa acerca de la infidelidad, menciona que son ideas muy laxas y que no le dirá nada de lo que piensa, porque no es el plan ser infiel.

Hace una diferencia entre la concepción de la infidelidad de acuerdo al género y según sea la etapa y la edad. Para la mujer es más difícil de vivirla que

para el hombre, mismo que, en palabras de Iván dice que le sean fiel pero él no ofrece lo mismo. Según comenta, sólo en una ocasiones le han sido infiel, fue en una relación que duró cuatro días y en estos le fue infiel con tres chicos. Menciona que no le importó; sin embargo, si eso ocurriera con su pareja actual sí le dolería. La concepción de este fenómeno ha cambiado a través del tiempo. Si tienes 20 años es saludable, ya que existe curiosidad sexual, pero, si tienes 40 y llevas una vida paralela, no lo es. Es decir, bajo su concepción, el problema en sí no es la infidelidad a la edad que sea, sino el hecho de cómo se lleva. Cabe4 destacar que él habla mucho del hombre mexicano, y por lo tanto, como lo menciona, ha observado a personas casadas que tienen una vida paralela y ese es el problema; debes tener "una ruta de escape". Considera la infidelidad como algo malo, sin embargo, la piensa según el momento que está viviendo. Según su discurso, el problema no está en la infidelidad, sino en cómo realizas el acto, ya que, hace hincapié en que si ya tienes una vida en pareja, llevar una vida paralela sería malo; pero en sí, la infidelidad como acto puede explicarse y justificarse.

A pesar de que si su pareja actual le es infiel, él no se sentiría mal, no le provocaría molestia alguna de manera trascendental, pero en el momento en que ella pudiera confesarle el hecho, sería molesto y doloroso, le provocaría enojo. Le haría notar que no fue lo mejor. Sin embargo, menciona que desde la secundaria él quería que le fueran infiel, ya que quería vivir lo más que se pudiera para conocerse de una mejor manera. El concepto que puede inferirse a partir de su testimonio es muy flexible en cuanto a los cánones morales; él le otorga peso al contexto y la mejor manera de hacerlo es por medio de una acción discreta. No comparte estas ideas con su pareja porque sabe que eso le provocaría problemas.

El considera que la infidelidad cambia de concepción según el momento que está viviendo, debe tener "una ruta de escape". Cuando habla del proceso que su actual pareja vivió sin saberlo, nos dice que reconoce esa ansiedad como problema propio, indicador de una persona diferenciada. Iván cuenta con aspectos que indican cierto grado de diferenciación y también de fusión, sin embargo, esta diferenciación pertenece al yo pretendido, ya que, es lo que quiere aparentar ser, pero como él menciona, existe un "yo pequeño" dentro de él aún

tímido, con rasgos fusionados. Menciona que por fuera es frío pero por dentro es caliente. Habla del yo real y del yo pretendido, siendo, el yo pretendido, quien gobierna las situaciones, es el mediador del entorno con su persona. Esto es lo que lo hace tender a la diferenciación y es que lo reconoce, reconoce la capacidad adaptativa que tiene y a partir de esta comienza a manejarla a conveniencia. Se reconoce como alguien que "por dentro" es "caliente", pero muestra una imagen pasiva, pues es lo que más le conviene; a pesar de mostrar ese aspecto, sigue tendiendo más hacia la diferenciación que a la indiferenciación. Conoce a su pareja y sabe que no puede ser completamente honesto con ella diciéndole lo que piensa a cerca de la infidelidad, pues ella no piensa de la misma forma. Esto es argumento para decir que entiende cuál es el límite del entre él y su pareja; debido a esto entiende cómo actuar de una manera apropiada, siendo así el manejo del yo pretendido frente a su pareja.

### **Conclusión:**

Esta pareja tiene una constitución familiar similar, ya que todos los miembros de la familia nuclear viven en casa. El nivel de diferenciación de los miembros de esta pareja es un nivel que tiende a la fusión, siendo Iván una persona que sobrefunciona de manera implícita y Daniela es una persona que subfunciona. El grado de fusión de Daniela es mayor que el grado de fusión de Iván, sin embargo, debido a la capacidad de Iván de sobrefuncionar, esta diferencia de grados puede servir a beneficio de Iván, quien ve en Daniela una persona con la que puede estar y con quien puede tener el completo control de la relación, cuestión que a Daniela no le molesta ya que puede adaptarse fácilmente a esta situación.

La concepción que tienen de infidelidad es diferente; aparentemente no han tenido conflicto con eso, sin embargo, Iván puede comprender que la infidelidad es cuestión contextual o de gustos y diferencia entre esta y la lealtad, caso contrario a Daniela, quien, tiende más a una relación posesiva y a actuar de manera reactiva debido a su grado de fusión. Ella puede dar por terminada una relación si sabe que existe infidelidad en la misma, Iván puede manejar a situación e incluso

buscará ver algún beneficio de la misma, debido a su sobrefunción. Las historias de familia no tienen mucho en común, sin embargo, ambos mencionan, en su infancia, que el kínder fue un momento crucial para el proceso de diferenciación. En ambas familias existen triángulos primarios, sin embargo, en la familia de Daniela existe un triángulo secundario que es el que otorga la estabilidad a la familia.

## DISCUSIÓN

La diferenciación y la decisión de elección de pareja, para lo que Montoya (2000), nos dice que la selección de pareja conyugal, al contrario de lo que comúnmente se entiende, no es una decisión promovida por los elementos de estímulo de orden físico y sensorial de base endógena, sino por el extenso cortejo de notificaciones entre las que el componente instintivo no tiene una prevalencia exclusiva tal y como ocurre en el mundo animal, es decir, no sólo depende de los factores biológicos, sino también de los sociales, por ejemplo, en estos casos, el aprendizaje familiar, el contexto en el que se desarrollaron los participantes.

El concepto de fidelidad está dado de acuerdo al pensamiento de cada miembro de la relación, es decir, no es lo mismo para una persona, dentro de un dúo, la fidelidad, que para la otra persona. Sin embargo, la teoría menciona que, de acuerdo con Pittman (1989), la infidelidad se centra en la transgresión de la exclusividad sexual, el engaño y los secretos, más que en el sólo acto sexual. Esto le da peso al acto sexual exclusivamente, reafirmado por Afifi, Falato y Weiner (2001), quienes mencionan que sólo el acto sexual, independientemente de las emociones, es infidelidad, mientras que. Sin embargo, es contrario a la vivencia de cada persona, ya que el concepto de infidelidad varía según el nivel de diferenciación. Por ejemplo, en el caso de Lesli, la infidelidad es cualquier interacción con otra mujer, mientras que para, Iván, participante de la segunda pareja, quien tiene una idea de la infidelidad en la cual se encuentra flexibilidad, sin embargo, menciona que no lo haría porque no es correcto., determina también una edad adecuada para hacerlo y también un momento en la relación, pues reconoce que, después de casados, la infidelidad ya tiene consecuencias graves, como lo mencionan Buss, Larsen, Westen y Semmelroth (1992); Pittman (1994), quienes determinan la infidelidad como la primera causa de divorcio a nivel mundial. Williamson (1977), define la infidelidad como el hecho de engañar a la pareja violando una "cláusula" del contrato inicial en la cual se involucra a un tercero, ya que la fidelidad es siempre una muestra de propiedad de la persona.

Buss y Shakelford (1997), hacen una distinción y determinan dos tipos de infidelidad, que son la sexual (involucra coito) y la emocional (entendida como enamoramiento). Este es tal vez, el concepto más acertado para infidelidad, ya que marca ampliamente el espectro del fenómeno, ya que concuerda con la idea emocional de la diferenciación, ya que en sí, el enamoramiento, es un conjunto de emociones y estas, de acuerdo al grado de diferenciación o indiferenciación, las emociones gobernarán las acciones conscientes.

Titelman (2003), habla de la triangulación, y la infidelidad es una manera de triangular y disminuir, momentáneamente, la ansiedad en la pareja; sin embargo, una persona fusionada, dada sus características, puede generar conflictos de ansiedad tras él haber cometido infidelidad, terminando así la relación o incluso, si es una persona que subfunciona, puede llegar a establecer una la relación de tal manera que, la persona que sobrefunciona, aproveche la situación para poder chantajear, manipular o cualquier situación que esta requiera, o crea requerir.

Por otra parte, otro concepto propuesto por Streaan (1986), en cuanto a la interacción con la infidelidad, menciona que para tener parejas felices se necesitan individuos felices, considerando que la felicidad del individuo se logra sin la necesidad de involucrarse sexualmente con terceros, pero que, las relaciones de pareja pueden llegar a un punto de tensión en que un tercero alivia dicha tensión, en lo que, en todo sentido, el hecho de triangular dentro de la pareja, beneficia al dúo lejos de dañarlo. La infidelidad puede o no llevarse al acto con una relación sexual, ya que esta es independiente de la infidelidad. Para referirse a la infidelidad, en términos coloquiales, se utilizan muchas palabras, pero estas denotan a la vez distintas cosas. Este concepto abre aún más la definición de infidelidad, abarcando así de manera más completa lo que es este fenómeno y el cual puede explicarse a partir de la teoría de Bowen.

Menciona Kreuz (2007), que la fidelidad en una pareja puede responder a la lealtad de una idea, a la exclusividad sexual o a un compromiso a cuidar o proteger. Se entiende como infidelidad a una relación extramarital (ya sea emocional o sexual), pero esta idea limita la infidelidad y no explica a lo que ocurre en relaciones no maritales. Este concepto menciona que el compromiso es

la clave de la fidelidad, ya que esta responde a un acuerdo entre los integrantes de la pareja. Por ejemplo, si los integrantes de una pareja deciden ser polígamos, a pesar de tener múltiples parejas, no están dejando de ser fieles, ya que fundamentan la fidelidad en el acuerdo. Si algo sale del acuerdo, puede ya considerarse como infidelidad, ya que no estaba considerado en el acuerdo.

Un problema que no se menciona dentro de los aspectos teóricos es que cuando se forma una pareja, no hay un acuerdo, no se toca el tema de la fidelidad, dando por entendido que la otra persona sabe cuál es el concepto de infidelidad que tiene. Es un conflicto grave en las relaciones ya que, se culpan de ser infieles, cuando la magnitud de sus acciones pertenece a distintas medidas, en el sentido del significado que el concepto de infidelidad tiene en cada miembro de la pareja.

## CONCLUSIÓN

La infidelidad en la pareja es un concepto que parte del grado de indiferenciación que exista en la misma. La infidelidad se entiende, según cada persona, de manera distinta y depende, en gran medida, más que de un concepto, de un contexto y quién sea el actor en esta. El que realiza la infidelidad puede tener algún conflicto según su grado de indiferenciación, esto puede causar conflictos en la pareja aumentando la tensión en esta. Este fenómeno es una especie de triangulación, lo que implica que busca la estabilidad en la pareja, sin embargo, es un fenómeno complejo, ya que, por un lado disminuye la ansiedad, pero, al depender de la pareja el cómo se tome el hecho puede aumentar la ansiedad a tal grado que cause ruptura. La persona infiel puede vivir sabiendo que es infiel o ha sido infiel a su pareja justificarlo por medio de su yo pretendido, pero si esta persona es fusionada, no podría soportar que su pareja le fuese infiel, ya que, entonces, esa persona se convierte en traidora, exponiendo así la fusión de ideas entre fidelidad y lealtad.

Las parejas buscan lealtad en función de la fidelidad, sin embargo, al ser la fidelidad un acuerdo de la pareja, esto tiene que platicarse para poder concluir en dicho acuerdo. Sin embargo, esto no ocurre en las parejas, ya que la infidelidad se da como un concepto ya hecho, pero, en esta investigación justamente resalta que no se platica acerca de la infidelidad en ningún momento, pero sí se construye la relación en un concepto que tienen como fundamental, pero que no entienden entre ellos. Es un tema en el que las parejas no suelen introducirse como tal, lo platican a sus amigos, pero no a la pareja, esto puede ser, dado el grado de fusión, que las parejas no piensan que sea viable hablar de esto ya que puede generar conflictos dentro de la misma. Y sí, el hecho es que, al tener acercamientos personales con este fenómeno e imaginarse hablando de la infidelidad con sus parejas, le causa conflictos y ansiedad al miembro de la pareja que lo piensa, ya que teme que sus ideas no sean aceptadas por la pareja; es lógico que se piense así, ya que son personas fusionadas que apropian las ideas y

la interpretan como ellos actuarían, lo cual genera fuertes conflictos de ansiedad en la pareja porque dan por hecho que la otra persona actuará como se están imaginando, incluso, como si ya lo estuvieran haciendo o como si tuvieran planes de hacerlo.

Las parejas, al hablar de fidelidad, automáticamente piensan en la infidelidad, esto tiene que ver directamente con sus vivencias con la misma, pues, en estos casos, han tenido contacto poco grato con la infidelidad, siendo ellos las personas que son trianguladas, y esto les ha generado conflicto, ya sea que fueron personas las que les cometieron infidelidad o fueron con las que cometieron infidelidad. Las personas tienden a actuar bajo su esquema de creencias y los fusionados “trasladan” ese esquema automáticamente a la pareja, dando por hecho que los conceptos como amor, pareja, familia, infidelidad, fidelidad, felicidad, etc, son los mismos para todos, sobre todo para su pareja. Esto solamente hace prevalecer la fusión y no permitirá que la pareja diferencie entre uno y el otro, entre sus ideas, así mismo, esta traslación de creencias y pensamientos provoca un alto grado de ansiedad por las expectativas que se tienen sobre el otro.

## Bibliografía

- Afifi, W. A., Falato, W. L. y Weiner, J. L. (2001). Identity Concerns Following a Severe Relational Transgression: The Role of Discovery meted for the Relational outcomes of Infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18, 2, 291-308.
- Berecskei T. y Gyuris P. (2010). Oedipus complex, mate choice, imprinting; an evolutionary reconsideration of a Freudian concept based on empirical studies. *Mankind Quaterly*, 50 (1), 71-94.
- Bowen, M. (1989). **La terapia familiar en la práctica clínica**. Barcelona: Descleé de Brouwer.
- Bowen, M. (1997). **Bowen theory y practice**. Washington D.C: Georget Family Center.
- Bowen M. (1978) **Family therapy in clinical practice**. New York: Jason Aronson.
- Bowen, M. (1998). **De la familia al individuo. La diferenciación de sí mismo en el sistema familiar**. Barcelona: Paidós.
- Buss, D. M. y Shackelford, T. K. (1997). Susceptibility of infidelity in the first year of marriage. *Journal of Research in Personality*, 31, 193-221
- Buss, D., Larsen, R., Westen, D. y Semmelroth, J. (1992). Sex differences in jealousy: *Evolution, physiology, and psychology*. *Psychological Science*, 3, 251-255.
- Cannon, W.B. (1914). The emergency function of the adrenal medulla in pain and the major emotions. *American Journal of Physiology*, 33, 356-372.
- Corsi, J. (1999) **“Manual de Violencia Familiar”**. Madrid, Siglo XXI de Editores.

- Díaz, A. (1998). **Habilidades básicas para el establecimiento de una relación funcional**. Tesis de Licenciatura. Iztacala. México: UNAM.
- Driver, J. L. y Gottman, J. M. (2004). Daily marital interactions and positive affect during marital conflict among newlywed couples. *Family Process*, 43 (3), 301 – 314.
- Espinosa, H. (2008). **Influencia de las lealtades con las familias de origen en la separación de parejas**. Tesis de Licenciatura. Centro Universitario Vasco de Quiroga de Huejutla. México.
- Estrada, I. (2003). **El ciclo vital de la familia**. México: Grijalbo.
- Frijda, N. H. (1993). **Moods, emotion episodes, and emotions**. In M. Lewis, y J. Haviland (Eds.), Handbook of emotions (pp. 381–403). New York: Guilford Press.
- Gilbert R.M. (1992) **Extraordinary relationships: A new way of thinking about human interactions**. Minneapolis: Chronimed Pubs.
- Ibáñez, E. J., Guzmán, X. V. y Vargas, J. J. (2010). Descripción y análisis del concepto de diferenciación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 13 (1), 52 – 79.
- Ibáñez, E. J., Vargas, J. J. y Cabrera, R. (2003). Evaluación de la satisfacción familiar de la familia actual y la familia de origen. *Alternativas en Psicología*, 8 (8), 51 – 63.
- Ibáñez, E. J., Vargas, J. J., Hernández, M. L. y Archundia, K. P. (2012). Diferenciación en la familia: Etapa de parejas adultas maduras. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15 (2), 504 – 534.
- Kerr, M. (2003). **La historia de una familia: Un libro elemental sobre la teoría de Bowen**. Washington: Centro de la Familia de Georgetown.

- Kerr, M. E. y Bowen, M. (1988). **Family Evaluation**. New York: W.W. Norton y Company.
- Kreuz, A. (2007). La infidelidad en la pareja. Recuperado el 7 de Noviembre de 2016, desde: <http://ctffasedos.com/documentos/La%20Infidelidad%20en%20la%20pareja.pdf>
- Lawson, D. M. y Brossart, D. F. (2001). Intergenerational transmission: individuation and intimacy across three generations. *Family Process*, 40 (4), 429 – 442.
- LACEY, R. S; A. REIFMAN, J. P. SCOTT, S. M. HARRIS Y J. FITZPATRICK (2004). Sexual-Moral Attitudes, Love Styles and Mate Selection. *The Journal of Sex Research*, 41(2), 121-128
- Lazar, A. y Guttman, J. (2004). *Adolescents' perception of the ideal mate: its relationship to parental characteristics in intact and nonintact families*. *Adolescence*, 39 (154), 389-396.
- LeDoux, J. (1996). **The emotional brain. The mysterious underpinnings of emotional life**. New York, Simon y Schuster paperbacks
- Lemaire, J. (1995). **La pareja humana: su vida, su muerte**. México: Fondo de la Cultura Económica.
- Medalie, J. H. (1987). **Medicina familiar, principios y prácticas**. México: Limusa.
- Membrillo y Rodríguez. (2008). **Desarrollo integral de la familia. Diagnóstico de la familia mexicana**. México: Pirámide.
- Mikulincer, M., Florian, V., Cowan, P. A. y Cowan, C. P. (2002). Attachment security in couple relationships: A systemic model and its implications for family dynamics. *Family Process*, 41 (3), 405 – 434.
- Minuchin, S. T. (1986). **Familia y terapia familiar**. México: Gedisa.

- Montalvo, J., Nápoles., Espinoza, M. R. y González, S. (2011). Efectos cualitativos de una técnica de PNL en la dependencia emocional de pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 14 (1), 1 – 23.
- Montoya, T. (2000). ***Psicopatología de la relación conyugal***. Madrid: Díaz de Santos.
- Omaña, E. (2011). ***El adolescente y la familia: Perspectiva real e ideal***. Tesis de Licenciatura. México: Universidad Latinoamericana.
- Pérez Nieto, M. A. y Redondo Delgado, M. M. (1997). Procesos de valoración y emoción: características, desarrollo, clasificación y estado actual. ***Revista Electrónica de Motivación y Emoción***, 9, (22) Recuperado de Internet: <http://reme.uji.es/articulos/numero22/revisio/texto.html>
- Pittman, F. (1994). ***Mentiras privadas. La infidelidad y la traición de la intimidad***. Buenos Aires: Amorrortu editores.
- Ponce, A. (1987). ***La gramática de los sentimientos***. Argentina: Cartago.
- Salmerón, H. (2005). Infidelidad, ¿causa o síntoma de la crisis de la pareja? Trabajo presentado en el 6.º ***Congreso Virtual de Psiquiatría***.
- Schnarch D. (1997) ***Constructing the sexual crucible: An integration of sexual and marital therapy***. New York: W.W. Norton and Company.
- Soriano, C., Guillazo, G., Redolar, D.A., Torras, M., Martínez, A.V. (2007). ***Fundamentos de Neurociencia***. Ed. UOC.
- Strean, H. (1986). ***La pareja infiel: Un enfoque Psicológico***. México: Pax
- Titelman, P. (2008). ***Triangles. Bowen family systems theory perspectives***. New York: The Haworth Press.

- Valdez, J. L., Maya, M. U., Aguilar, P., González-Arratia, N. I. y Bastida, R. (2012). Deseabilidad social en la pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 15 (2), 394 – 404.
- Vargas, J. J. e Ibáñez, E. J. (2007). Fusión y desconexión emocional. Dos extremos en el concepto de diferenciación. *Alternativas en Psicología*, 14 (21), 16 – 27.
- Vargas, J. J. e Ibáñez, E. J. (2007). Transmisión intergeneracional: El uso de la metodología cualitativa en un estudio de caso. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 10 (2), 49 – 81.
- Vargas, J. J. e Ibáñez, E. J. (2008). La diferenciación como un modelo para el análisis de relaciones de pareja. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 11 (1), 102 – 115.
- Vargas, J. Ibáñez, E. y Tamayo, C (2013). Inventario de diferenciación: Réplica del instrumento de Skowron y Friedlander. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*, 16 (2), 558 – 591.
- Wile, D. B. (2013). Opening the circle of pursuit and distance. *Family Process*, 52 (1), 19 – 32.
- Williamson, D. S. (1991). ***The intimacy paradox: Personal authority in the family system***. New York: Guilford Press.
- Williamson, D. S. (1977). ***Klenner's Counseling in Marital and Sexual Problems***. Baltimore: The Williams and Wilkins Co.