

12



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

6296223

“ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS EN EL MANEJO DE LA INFIDELIDAD EN TERAPIA DE PAREJA”

UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO.



EXAMENES PROFESIONALES FAC. PSICOLOGÍA

T E S I S I N A

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE :

LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A :

MARINO APARICIO BURÓN

DIRECTORA:  
DRA. SOFÍA RIVERA ARAGÓN





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.

“Nunca te enorgullezcas de los frutos de tu inteligencia. Sólo eres dueño del esfuerzo que pusiste en su cultivo; de lo que logra, nada más eres un espectador. La inteligencia es como una flecha: una vez que se aleja del arco, ya no la gobierna nadie. Su vuelo depende de tu fuerza, pero también del viento y, ¿por qué no decirlo?, del destino que camina detrás de ella.

E. Abreu-Gómez. *Canek*.

Mi querida *UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO*, de quien soy un orgulloso miembro, hago tuyo este esfuerzo. Gracias a ti, tuve la oportunidad de cursar una carrera y no pude ser más afortunado que hacerlo en mi Casa Magna de Estudios. Lucharé para ser digno de ti y para que te sientas orgullosa del profesional que formaste.

Quiero agradecer a la pareja que más ha influido en mí: mis padres *JUANITA Y MARINO, MARINO Y JUANITA*, este trabajo más que mío, es suyo, pues por ustedes tuve la oportunidad de estudiar, formarme, crecer y llegar a ser lo que soy y seré. Muchas gracias por ser mi base.

Abuelitos: *CLARITA Y MANUEL, MANUEL Y CLARITA*. Soy muy afortunado de tenerlos conmigo. No pude haber tenido otros abuelitos tan cariñosos como ustedes. Gracias por toda su experiencia, amor y cuidados. Abuelita *LICHA*, me has visto crecer y soy feliz de tenerte conmigo, gracias por convivir con nosotros.

*QUIMI*: Al pensar en ti, me acuerdo de todo lo que has hecho para cuidarnos y tolerarnos, desde que éramos pequeños. Has sido un hermano mayor ejemplar y espero lograr algún día la calidad humana y nobleza que te distingue. Te quiero mucho. Para ti, y para *NATI*, con quien haces una nueva pareja, sólida y bella, es este trabajo.

*ANAX*: Mi compañero de juegos. Hemos crecido juntos y ha sido muy divertido hacerlo. Tu fuerza y valentía han sido motores en mi vida, han propiciado que haya querido ser “tan veloz como tú”. Te quiero mucho. *CLAUDIA* y tú son también una pareja a quien dedico este trabajo y a quien agradezco que me compartan e incluyan en su vida.

*DALIA, AMADO, ROY y JULIÁN*, más que mis amigos, han sido mis hermanos. Todas las experiencias que hemos compartido me hacen sentir muy dichoso de tener unos amigos como ustedes. Qué bueno que los encontré en mi camino. *ROY*, también quiero agradecerle a tu familia que me haya permitido entrar en sus vidas; sin necesidad de algún título, ya son también parte de la mía.

*A TI*, de quien fui, soy, seré; con quien di, doy, daré mis pasos de vida en pareja, y con quien he crecido y conocido en plenitud. Que seas muy feliz. Te quiero mucho.

Y a toda mi familia extensa, mis amigos, conocidos, profesores y compañeros, que si bien no menciono, saben que me han aportado su granito y granote de arena, que me ha servido en mi crecimiento en todas las áreas, a todos ustedes: *GRACIAS*.

## ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b>	1
<b>CAPÍTULO I. ANTECEDENTES HISTÓRICOS</b>	4
- EVOLUCIÓN DE LA FAMILIA	4
- PERIODO ANTIGUO	7
- INICIO DEL MILENIO, EDAD MEDIA Y RENACIMIENTO	10
- AMÉRICA PRECOLOMBINA	14
- MÉXICO	16
- CHICHIMECAS	16
- AZTECAS	18
- MÉXICO COLONIAL	22
- MÉXICO INDEPENDIENTE	23
- MÉXICO ACTUAL	24
<b>CAPÍTULO II. TERMINOLOGÍA EN EL ESTUDIO DE LA INFIDELIDAD</b>	28
- DEFINICIONES DE ADULTERIO, BIGAMIA E INFIDELIDAD	28
- INFIDELIDAD, RELACIONES SEXUALES EXTRAMARITALES O RELACIONES EXTRADIÁDICAS	32
- ACTORES INVOLUCRADOS	36
<b>CAPÍTULO III. PREVALENCIA</b>	
- ESTADOS UNIDOS Y EL MUNDO	38
- MÉXICO	46
<b>CAPÍTULO IV. TIPOS Y CLASIFICACIONES DE LAS RELACIONES EXTRADIÁDICAS</b>	51

<b>CAPÍTULO V. CAUSAS O RELACIONES Y CONSECUENCIAS O EFECTOS DE LAS RELACIONES EXTRADIADICAS</b>	59
- CAUSAS O RELACIONES	59
- AMBIENTE SOCIAL O CONTEXTO	61
- RELACIÓN DE LA PAREJA	62
- CARACTERÍSTICAS PERSONALES	63
- SEXO	63
- TEORÍAS	64
- CONSECUENCIAS O EFECTOS	70
<b>CAPÍTULO VI. FACTORES QUE INCIDEN EN EL TRATAMIENTO. DE LAS RELACIONES EXTRADIÁDICAS</b>	74
- CONFIDENCIALIDAD DEL SECRETO DE LA RELACIÓN EXTRADIÁDICA	74
- TERMINAR O CONTINUAR CON LA SEGUNDA RELACIÓN	78
- CELOS	80
- SEPARACIÓN O DIVORCIO	83
- VIOLENCIA	85
<b>CAPÍTULO VII. ALGUNAS INTERVENCIONES TERAPÉUTICAS MARITALES Y DE PAREJA</b>	90
- DIFERENTES APROXIMACIONES EN TERAPIA DE PAREJA	90
- MODELOS ESPECÍFICOS AL TRATAMIENTO DE LAS RELACIONES EXTRADIÁDICAS	93
- MÉXICO	111
<b>DISCUSION Y CONCLUSIONES</b>	115
<b>REFERENCIAS</b>	132

## INTRODUCCIÓN.

La infidelidad es un fenómeno que ha acompañado al ser humano desde que éste es monógamo y, parece ser que en la época contemporánea, su presencia está en aumento en las distintas sociedades occidentales (Thompson, 1983; Glass y Wright, 1992) y dista mucho de desaparecer. Para entender el impacto que provoca este fenómeno es importante explicar el contexto en el que se presenta. Los conceptos de confianza y fidelidad son pilares de los contratos matrimoniales occidentales. Dicho contrato se manifiesta dentro de un acto legal, público y, muchas veces, religioso, en presencia de familiares y amigos. Es por ello, que ante la presencia de la infidelidad o relación extradiádica, la pareja engañada la percibe como una violación de dichas cláusulas fundamentales de la unión realizada.

Comúnmente se ha asociado este fenómeno a problemas que se presentan dentro de una pareja por la forma en que ésta se relaciona o por temas no resueltos en la historia de sus miembros (Boekhout, Hendrick y Hendrick, 1999; Brown, 1991; Elbaum, 1981; Lusterman, 1995). Los efectos que resultan de este fenómeno se filtran en los distintos niveles: individual, de pareja, familiar y social, pues su descubrimiento provoca una explosión de distintas emociones que de no controlarse pueden producir violencia dentro de la pareja que haga que el proceso de reconciliación o separación/divorcio sea más difícil y deje secuelas en las futuras relaciones del individuo (Brown, 1991).

Debido a esto, es importante revisar los conceptos teóricos, de investigación y tratamientos que permitan un mejor entendimiento de este fenómeno para que así la intervención clínica se adecúe más a las características específicas del problema (Atwood y Seifer, 1992) y que sea más eficaz y eficiente, para ayudar a las parejas que viven esta experiencia a lograr una relación más funcional o una separación menos dolorosa.

Dentro de la intervención terapéutica, los temas que más controversia han traído al manejo de la infidelidad o relaciones extradiádicas han sido la confidencialidad del terapeuta sobre esta relación secreta, si se tiene que terminar esta segunda relación para poder dar una

terapia de pareja conjunta, qué hacer cuándo se presenta violencia o celos en la pareja y cuando se ha decidido la separación/divorcio.

El objetivo general de este trabajo fue conocer la información que con respecto a la infidelidad o relaciones extradiádicas se ha llevado a cabo para un mejor entendimiento de la misma y que redunde en una intervención terapéutica que se adecúe mejor a las necesidades de las parejas que tienen que enfrentarse a este fenómeno. En particular, los objetivos que se persiguieron fueron: conocer la historia de la infidelidad en el mundo y, en especial en México; sus principales definiciones; su prevalencia, tanto en México como en otros países; los tipos de extrarrelaciones que existen; algunas posibles causas y consecuencias de la misma; los posibles factores que la determinan, así como algunos tratamientos que se han desarrollado y aplicado hasta el momento. También se desarrolló, a partir de las diferentes definiciones planteadas, un esquema de los principales componentes de las relaciones extradiádicas y se determinó su distinta prevalencia en hombres y mujeres. Finalmente, se analizó cómo la forma en que la tipología elaborada para las relaciones extradiádicas determinaba la concepción de sí mismas; las consecuencias tanto positivas como negativas que se apreciaban de su existencia y la incidencia de las mismas en la relación de pareja; los factores que afectan en mayor medida al diagnóstico y tratamiento de la infidelidad, así como los componentes que comparten entre sí los diferentes tratamientos sobre la infidelidad y algunos tratamientos que hasta la fecha se han propuesto para manejar este fenómeno.

En el primer capítulo de este trabajo se revisan los antecedentes de la infidelidad o relaciones extradiádicas, tanto en el mundo como en México.

En el segundo capítulo se habla sobre la terminología en el estudio de la infidelidad, con lo cual se optó por usar en vez de este término, el de relaciones extradiádicas, por ser más completo y neutral.

En el capítulo tercero se investigó sobre la prevalencia que se ha observado en este fenómeno, tanto en México como en el resto del mundo.

En el capítulo cuarto se revisaron los distintos tipos y clasificaciones que, de las relaciones extradiádicas, han hecho los investigadores.

En el quinto capítulo se identificaron las causas o relaciones y consecuencias o efectos que se han reportado que tienen las relaciones extradiádicas.

En el sexto capítulo se habla sobre los factores especiales que inciden en el tratamiento de las relaciones extradiádicas, mientras que en el capítulo siete se abordaron los distintos tratamientos que se han hecho sobre terapia de pareja, y en especial, del tema que nos ocupa, tanto en otros países como en México.

Las conclusiones que se han obtenido de este trabajo fueron que, como la historia lo afirma, las relaciones extradiádicas son un fenómeno que persistirá mientras existan relaciones monogámicas; que el término de relaciones extradiádicas es una alternativa que no tiene la carga emocional de la infidelidad y es un término más amplio que el de sexualidad extramarital (EMS, por sus siglas en inglés); que existe una gran variedad de tratamientos desarrollados para trabajar problemas de pareja, de forma general, pero que son escasos aquellos que se han desarrollado en específico para enfrentar las relaciones extradiádicas; que los modelos generales desarrollados para terapia de pareja necesitan validarse en cuanto a su eficacia para el tratamiento en específico de este fenómeno; que la mayoría de los tratamientos desarrollados para trabajar sobre las relaciones extradiádicas han adoptado la postura del modelo de déficit, con lo que han soslayado los datos obtenidos de las investigaciones en las que se plantea la posibilidad de que también existan sin que la causa sea una deficiencia o problema no resuelto en la pareja o en la historia del individuo. Aún no hay acuerdo sobre cómo trabajar con la confidencialidad del secreto de la relación extradiádica o si se debe terminar ésta para dar terapia conjunta. En México, existen pocos modelos validados para la población mexicana sobre terapia de pareja, y mucho menos para manejar a las relaciones extradiádicas. De los existentes, es necesario validarlos con más investigación y práctica clínica.

## CAPITULO I

### ANTECEDENTES HISTÓRICOS

A través del curso de la historia, el comportamiento del ser humano, desde que apareció en la faz de la tierra, ha ido cambiando constantemente. Precisamente por esa transformación o cambio, las relaciones que mantenía entre sí también se han modificado y matizado. La relación de pareja (y en sentido más amplio, la familia), no es la excepción, pues no se dio desde el inicio de la existencia del hombre tal y como la conocemos ahora, ni tiene las mismas características en las culturas actuales del mundo, puesto que ha seguido diferentes caminos y tiempos propios en cada una de ellas. Por esta situación, es importante revisar una perspectiva general de cómo fue evolucionando esta relación, hasta llegar a ser lo que hoy es, enfatizando su revisión en la sociedad mexicana.

#### EVOLUCIÓN DE LA FAMILIA.

A pesar de que existen hasta el momento controversias sobre la evolución de la familia, se ha llegado a coincidir en ciertos temas. Sánchez Azcona (1974) comenta que, de forma general, los eruditos e investigadores del tema han convenido en mencionar que esta trayectoria se circunscribe a 5 etapas: 1) Promiscuidad Inicial; 2) Cenogamia; 3) Poligamia, tanto Poliandria como Poligenia; 4) Familia Patriarcal Monogámica y; 5) Familia Conyugal Moderna.

En la *promiscuidad inicial*, o *promiscuidad sexual primitiva* (Morali-Daninos, 1980) había una nula existencia de vínculos permanentes entre el padre y la madre; por lo mismo, no se daba una reglamentación de sus relaciones entre ellos y para con su descendencia. Así, el hombre no era una figura importante para los hijos, además de que no se podía establecer una línea paterna precisa. La madre era la que mantenía un vínculo estrecho con los hijos y sólo a través de ella se podía establecer la línea de descendencia. Los *Australopithecus Afarensis* vivían bajo estas condiciones hace 40, 000 años (Die, cit. en Estrada, 1998).

La *Cenogamia*, se caracterizaba porque un grupo específico de mujeres mantenía relaciones sexuales con un grupo determinado de hombres (Sánchez Azcona, 1974; pp. 16). Lo que la distingue de la etapa anterior es que aquí sí había una serie de reglamentaciones en las relaciones de las parejas y en el cuidado y crianza de los hijos. Ejemplo de este tipo de relación son las comunas que formaron los hippies en los años sesenta.

La *Poligamia*, que es la "forma de relación conyugal en la que es permitida por la colectividad la pluralidad simultánea de esposos o esposas" (Larousse, 2001), nos muestra en el paso de la historia, la formación de dos subtipos:

- a) La *poliandria*, caracterizada porque una mujer mantiene varios maridos. Ella se convierte en el centro de la familia, autoridad y dotadora del parentesco lineal. Sánchez Azcona (1974, pp. 18) menciona que esta etapa fue acentuada por el momento histórico en la que se encontraba el ser humano, en donde la mujer había descubierto y practicado la agricultura, además de seguir al cuidado de los hijos, en un hogar fijo (sedentarismo), mientras el hombre continuaba con prácticas riesgosas tales como la caza y la guerra, lo que lo hacía mantenerse alejado del núcleo familiar y morir durante sus estancias lejos del hogar.
- b) La *poligenia*, caracterizada porque un hombre mantiene varias mujeres, fenómeno social que incluso en la actualidad se observa en sociedades musulmanas.

Estos tipos de poligamia se pueden dar incluso hasta en una misma sociedad. Por ejemplo, en la sociedad tibetana, de acuerdo a la clase social a la que se pertenezca, se da un tipo de organización familiar: en las familias de clase baja se da la poliandria, mientras que en la clase media se da la monogamia y en la clase alta la poligenia (Sánchez Azcona, 1974; pp. 20). Sin embargo, comenta Estrada (1998), parece ser que debido a la superioridad física y la mayor constancia e interés sexual del hombre, éste tiende a una predisposición poligámica (Estrada, 1998). Helen Fisher (en Estrada, Id) estudió 853 culturas, en donde encontró que el 84% de ellas autorizaban la poligamia, pero sólo el 10% la practicaba.

La *Familia Patriarcal Monogámica*, es considerada el antecedente de la familia moderna. Se caracteriza porque la figura predominante es el padre, que representa el centro de las actividades económicas, políticas, jurídicas y religiosas. En este tipo de familia, la línea de descendencia se otorgaba por el padre, quien aceptaba o rechazaba la legitimidad de su hijo(a). La mujer tenía un sometimiento total al hombre.

La *Familia Conyugal Moderna*, según lo comenta Sánchez Azcona (1974, pp. 22) se ha conformado por una familia conyugal restringida, o sea, sólo por los padres e hijos. En este tipo de familia, se legitima las relaciones sexuales entre los padres, se forma una institución socio jurídica que se conoce como matrimonio, se establecen un conjunto de normas que regulan las relaciones entre los padres y entre éstos y sus hijos, con una regulación de las actividades económicas y un lugar físico para vivir (hogar).

Morali - Daninos (1980, pp. 8) no concuerda mucho con estas etapas, pues él considera que se dio en el ser humano una etapa inicial de *monogamia natural*, análoga a las de los animales, y a partir de ésta le sucedieron otras dos: la poligamia y poliandria secundaria, y que la monogamia era organizada en el interés de la tribu.

Pese a este convenimiento en las etapas de la evolución de la familia a lo largo de la historia del ser humano, existe una controversia que estriba fundamentalmente en definir si el hombre tuvo en un inicio una promiscuidad sexual o bien partió de una "vida sexual regulada, con periodos de acoplamiento, de monogamia, tomando en cuenta el consentimiento de la hembra" (Morali - Daninos, 1980; pp. 7), pues con base en estos argumentos se le quiere dar un fundamento evolucionista a la fidelidad - infidelidad del ser humano. Sin embargo, en la consecución o seguimiento de la vida familiar hasta llegar a lo que es hoy día, ha permanecido más o menos un acuerdo general (Sánchez Azcona, 1974).

En cuanto a la infidelidad, Bonilla (1993) comenta que las relaciones afectivas, al tomar varios giros (desde la poligamia hasta una necesidad de transmitir los bienes y valores a los descendientes legítimos, con una relación monogámica), se han presentado estos cambios

de manera diferente en diversas culturas, en donde el fenómeno de la infidelidad siempre ha estado presente.

## PERIODO ANTIGUO.

Para visualizar con más detalle el desarrollo de las relaciones de familia y pareja, se hace un recorrido por las diferentes culturas y su forma de conducta y regulación en este sentido.

En el Egipto antiguo (6000 a.C.), se tenía el prototipo de las civilizaciones en donde las mujeres eran muy importantes en la vida socio religiosa. La pareja fraterna es percibida como la unión más absoluta que se puede lograr, de ahí el mito de la unión de los dioses hermanos Isis y Osiris; por tanto, el incesto todavía no era prohibido. El matrimonio estaba reservado sólo para la clase dominante, y la infidelidad era permitida entre ellos, pero no para las demás clases. El matrimonio no fue un derecho de la plebe hasta que lo conquistaron después de la gran revolución social del 2000 a.C. (Morali - Daninos, pp. 10). El matrimonio egipcio debía ser monógamo, y cuando la influencia semita trajo consigo la poligamia, la concubina llegaba con una posición legal inferior a la de la esposa. Cuando se comprobaba que una mujer tuvo una relación sexual extramarital, se le castigaba con cortarle la nariz y en el caso del hombre, se le daban cien palos, pero si lo había cometido con violencia, se le llegaba a castrar. Posteriormente, al recalcar la igualdad entre los sexos, se le mencionaba como obligación a la mujer el permanecer fiel incluso después de la muerte, porque "la mujer virtuosa ni siquiera debería pronunciar el nombre de otro hombre (Molist, cit. en Estrada, 1998).

En Babilonia (2000 a. C.), las mujeres eran consideradas socialmente inferiores. El rey Hammurabi establece su famoso código de 252 artículos, de los cuales 64 están dedicados a la familia. El matrimonio era monogámico, pero tener concubinas también era legal. El divorcio estaba permitido en caso de no existir hijos. El adulterio era fuertemente castigado para las mujeres: a la mujer adúltera se le echaba al agua, atada a su amante (Morali - Daninos, 1980; Estrada, 1998; Bonilla, 1993). Bajo el dominio *asirio*, a la mujer adúltera

también se le cortaba la nariz y se castraba a su pareja (Morali - Daninos, id; pp. 11; Bonilla; Id, pp. 20).

En Israel, el matrimonio estaba orientado a obtener descendencia, por lo cual se podía disolver si no se cumplía con este propósito. Las relaciones sexuales extramaritales estaban prohibidas, sobre todo para la mujer. Existía la prostitución: los y las prostitutas ejercían en arrabales alejados y eran reservados para los viajeros. A partir de Lamek, los hebreos se vuelven polígamos, pudiendo tener, sólo los hombres, contacto sexual con mujeres solteras sin que fuera considerado este hecho como adulterio. El adulterio era juzgado por un tribunal del lugar del delito y la pena llegaba a ser muerte por lapidación o apedreamiento (Estrada, 1998).

En la India, la mujer estaba totalmente subordinada al hombre. La fidelidad de la mujer tenía que ser absoluta, incluso más allá de la muerte (2000 a.C.): en las clases superiores, las mujeres eran cremadas al morir sus esposos (Bonilla, 1993; pp. 20). En cuanto al adulterio, al hombre que lo cometía, se le castigaba con mutilaciones y destierro; a la mujer adúltera se la hacía devorar por los perros en lugares muy frecuentados (Mc Innes, cit. en Estrada, 1998).

En Grecia, los hombres ejercían la autoridad familiar, política y sexual. En éste último se veían dos niveles: el familiar, donde la sexualidad se orientaba socialmente; y el nivel de las relaciones extraconyugales, donde se orientaban hacia el placer. En esta Grecia clásica, se señalaron dos tendencias influenciadas por los procesos sociopolíticos de las dos regiones más sobresalientes: Esparta y Atenas.

En Esparta, dadas las dificultades económicas, se dio una cenogamia, pues muchos hombres unieron sus esfuerzos para mantener una misma familia en torno a un grupo reducido de mujeres. La mujer era asceta, autoritaria y madre admirable durante los tiempos de guerra, pero en tiempos de paz, su conducta sexual era de mayor gozo y libertad. En Atenas, el hombre era el amo absoluto del matrimonio. Las mujeres carecían de cualquier derecho legal y político (Masters y Johnson, cit. en Bonilla, 1993; pp. 21). Tenían

los mismos derechos que los esclavos por lo que llegaban a formar parte de las pertenencias de sus esposos; incluso, mientras eran solteras no tenían nombre propio, a todas se les conocía como "*giné*", y al casarse con su esposo, tomaban el nombre en femenino de éste; así, la mujer de Fernando se le llamaba Fernanda. El hombre era quien reconocía o rechazaba a los hijos y buscaba el amor y placer en las cortesanas. La hetaira llegó a su pleno desarrollo en el siglo IV a.C. en esta zona, pues se les consideraba como las mujeres cultas que proporcionaban el gozo y placer a los hombres, mientras las esposas fungían como la madre y compañera, cuidadora de los hijos y de los bienes del marido.

Sólo la impotencia del marido daba lugar a que la mujer pudiera tener relaciones sexuales con otros hombres, sin que se considerara como adulterio, pero si se daba por otra razón, el hombre podía exigir la muerte del adúltero.

En Roma, el matrimonio tenía una función principal de iniciación sexual y, una secundaria, de formar la célula de la sociedad. La sexualidad era considerada como una necesidad natural de gran importancia, por lo que los actos sexuales del hombre fuera del matrimonio no eran fuertemente penados. Las infidelidades y separaciones femeninas se permitían si el esposo se iba por mucho tiempo a la guerra. La mujer, por medio de contrato, se podía ceder a un amigo, legalizando de esta forma un adulterio que llevase cierto tiempo. Se da la misma división de la sexualidad que en Grecia: la familiar (con la esposa) que era socialmente requerida, y la extraconyugal (con las prostitutas), que buscaba el placer. La prostitución estaba presente en todos los estratos sociales. Sin embargo, la mujer podía ser repudiada en caso de adulterio. Eran consideradas inferiores a los hombres y tenían que obedecerles (Sánchez Azcona, 1974; pp. 36). En el gobierno de Tiberio, se estableció la persecución y muerte de los adúlteros. Según Santoyo (cit. en Estrada, 1998) el adulterio de la mujer podía ser castigado por el propio marido, quien la podía matar a ella y a su amante.

En el imperio de Augusto fue elaborado la "*Lex Julia de Adulteris*" en donde se penaba públicamente el adulterio, sancionando a la mujer adúltera con la pérdida de la mitad de su dote y su confinamiento a una isla, junto con su amante (Estrada, 1998). Justiniano

conservó la pena de muerte para el adulterio, considerándolo más grave que el homicidio y le imponía penas tales como mutilaciones o destierros.

## INICIO DEL MILENIO, EDAD MEDIA Y RENACIMIENTO.

El cristianismo llega a Roma en un momento en el que sus doctrinas chocan con la ideología reinante en ese momento. El aspecto de la familia y sexualidad no era la excepción. El cristianismo llega con la tesis de la indisolubilidad del matrimonio, la abstinencia sexual fuera del matrimonio, el amor al prójimo, y la renuncia a los bienes materiales; esto les daba a sus seguidores las normas de comportamiento básico. Hacia el primer siglo del cristianismo se estableció la familia bajo el sacramento del matrimonio que, al realizarse también obtenía un reconocimiento civil, por lo que se puede decir que se institucionalizaba la unión conyugal (Bonilla, 1993). Cabe mencionar aquí que, San Pablo tuvo una influencia importante en las creencias del cristianismo y por ende, en las sociedades cristianas. Él consideraba a las relaciones sexuales como la máxima expresión de la personalidad y señalaba que era una obligación esencial tanto del esposo como de la esposa, siempre y cuando las relaciones dentro del matrimonio culminaran con la procreación. En cuanto al adulterio, mantuvo una postura radical: condenaba a los adúlteros al afirmar que Dios los juzgaría. Es así como se percibe la tendencia monogámica dentro del matrimonio (Bonilla, 1993, pp. 41) en el cristianismo.

A finales del siglo IV la iglesia reafirma su postura negativa frente a la sexualidad, condenando todo lo referente a su expresión y sólo se toleraba la cópula matrimonial con fines de procreación.

El matrimonio se confió por completo a la iglesia a partir del siglo V. San Jerónimo afirmó que no era bueno que se obtuviera mucho placer en las relaciones sexuales, ni siquiera en las permitidas. A la mujer se le tenía en un estado inferior, dedicada solamente al hogar. Los sacerdotes, que hasta el momento podían tener relaciones sexuales, para los años 1049 a 1055, por conducto de León IX, se decretaba que la castidad en ellos era un deber, una

condición *sine qua non* para poder profesar (Morali Daninos, 1980; pp. 22, Bonilla, 1993. pp. 41).

A principios de la edad media (siglos XII y XIII), la concepción clásica de los caballeros andantes provocaba que la moral del momento se basara en la fuerza del caballero. El derecho de *pernada o prima nocta*, es decir, el derecho que se atribuía a los señores feudales de pasar con la esposa de un siervo la primera noche después de la boda (Larousse, 2001) era una práctica común en países como Francia, Escocia o Inglaterra. La libertad sexual se reflejaba en la infidelidad de hombres y mujeres, y en la práctica de relaciones sexuales por parte de los miembros eclesiásticos de la iglesia.

En la España primitiva, el matrimonio era monógamo, el adulterio se sancionaba sólo cuando el delito se cometía por la mujer casada y el único que podía castigar era el marido ofendido, quien podía incluso matarlos, a ella y a su amante. Cuando el hombre cometía adulterio, no era considerado como un delito en sí mismo, a menos que lo hiciera con una mujer casada, pues con ello estaría ofendiendo a otro hombre. El adulterio lo podía denunciar el marido, o por ausencia, los hijos legítimos o los familiares más próximos. El Código de Partidas, primer código penal ensayado en la historia, diferenciaba el adulterio de la mujer ejecutado con un hombre libre, en cuyo caso, al adúltero se le imponía la pena de muerte, mientras que a la mujer adúltera, se le azotaba públicamente y se le encerraba en un monasterio, pero si el delito se cometía con un siervo, al comprobarse el delito, ambos debían ser quemados públicamente (Estrada, 1998).

La prostitución en Europa era muy extendida. Desde el siglo XII se hacían espacios reservados para las prostitutas, desde edificios y burdeles hasta calles especiales. Para su ejercicio. Papas tales como Julio II, León X o Clemente VII abrían casas de tolerancia reservadas para los cristianos.

Ante estos abusos, la iglesia intentó afirmar nuevamente su posición a favor del matrimonio monógamo, para lo cual ensalzó la obligación del matrimonio para aquellos que desearan tener relaciones sexuales lícitas, pero también, el instinto sexual fue considerado

demoníaco y perseguido, a través de la Santa Inquisición, con las respectivas torturas y muertes de quienes llegaban a ser procesados allí.

El concilio de Trento (1543 - 1563) también intentó limitar los excesos sexuales, y estatuyó sobre la fe, la gracia y los sacramentos (incluyendo al matrimonio, el celibato, la castidad, entre otros). Tener relaciones sexuales con la mujer de otro era aún una ofensa para el marido, pero ahora significaba también una ofensa contra Dios, constituyéndose en una ofensa mucho más grande (Russell, cit. en Estrada, 1998; pp. 12). Este concilio también reafirmó la castidad de los sacerdotes para poder profesar. Todas estas nuevas normas surgieron como una necesidad de buscar una diferenciación del protestantismo. A partir de este movimiento de contrarreforma, la iglesia cristiana también se denominó católica. El concilio mantuvo la postura de que toda actividad sexual en el matrimonio era con fines procreativos, condenándose todas las demás formas de conducta sexual, que incluían: la homosexualidad, la masturbación, la anticoncepción y el divorcio. Imágenes, pensamientos o deseos sexuales también eran considerados como pecado. En cambio, la castidad por virginidad y el celibato eran virtudes que no sólo evitaban el pecado, sino que además permitían alcanzar dones espirituales más elevados.

Los pueblos germánicos de la edad media eran monógamos, sólo los hombres de la nobleza tenían permitido tener varias esposas, que más que resultado de un apetito sexual desmedido, se permitía por el deseo del pueblo de emparentar con ellos. El adulterio en la mujer y en las demás clases sociales se consideraba como una ruptura de la fidelidad conyugal. Si una mujer llegaba a cometerlo, el esposo podía castigarla directamente, al cortarle el cabello en presencia de sus familiares, corriéndola de la casa o azotándola por todo el lugar (Estrada, 1998).

En Inglaterra, en 1653, los puritanos habían hecho obligatorio el matrimonio civil. En el aspecto civil, el matrimonio se sancionaba únicamente con apretar las manos de los contrayentes. En Inglaterra, el divorcio se dio sólo por dos causas: impotencia y adulterio. La mujer adúltera se castigaba pasándola por la calle completamente desnuda, propinándole azotes hasta que muriera. Al hombre adúltero se le castigaba con la horca.

En el siglo XVII surgieron las revoluciones en los ámbitos político, económico y social, que incluían la revalorización de la vida en general y el predominio del principio de la razón. El amor puro era considerado incompatible con las necesidades puramente físicas (Bonilla, 1993; pp. 24).

Durante el siglo XVIII, existió tolerancia sexual tanto en Inglaterra como en Francia. En éste último país, en 1792, el matrimonio se estipuló legalmente y se instituyó el divorcio. Mientras tanto, en el continente americano prevalecía una ética puritana que castigaba la infidelidad y enaltecía la relación familiar, donde los infieles eran condenados y castigados públicamente. En La Nueva España, se enalteció y dogmatizó la virginidad de María como la única mujer sagrada, que concibió sin llegar al pecado original, sublimándose de este modo a la mujer. El cuerpo humano era, en general, el gran enemigo, pero particularmente lo era el de la mujer. Por eso los conventos y monasterios donde permanecían mujeres eran fuertemente custodiados. Se azotaba y martirizaba el propio cuerpo como único remedio de los hombres para soportar no caer ante “la fragilidad sexual de las mujeres” (Benitez, cit. en Bonilla, 1993; pp. 26).

En el siglo XIX, la época victoriana dio un giro nuevamente hacia una actitud reprobable ante la sexualidad, dictándose silencio ante los temas relacionados con ella. El matrimonio se concibe como una institución en donde todos los excesos son repudiados. Esto ocasionó un aumento en las relaciones extramaritales, a pesar de ser castigado el amasiato, pues la libertad sexual que no se podía tener con la esposa, se buscaba en la amante. La prostitución aumentó, a pesar de que diversos grupos intentaban acabar con ella y, finalmente, en 1860, en Inglaterra, fue legalizada y aprobada.

La cultura musulmana, desarrollada por Mahoma, consagra la poligamia, la que permite unir los bienes, y proporcionar los descendientes necesarios para abatir la tasa de mortalidad por enfermedades y guerra. A las mujeres se les empieza a encerrar en los harenes, donde eran custodiadas por los eunucos (Morali - Daninos, 1980; pp. 21).

El renacimiento fue una reacción en contra de la represión y control que mantuvo la iglesia en todos los ámbitos de la vida. A través de este periodo se provocó una disminución general del sentimiento de culpa sexual que permitió manifestaciones artísticas de la sensualidad y en la ciencia se abolió el principio de la intangibilidad del cuerpo humano. Se dio un estudio apasionado de las formas del lenguaje, las artes plásticas, y la literatura (Morali - Daninos, 1980; pp. 33), en donde la expresión de la sexualidad se empezaba a manifestar abiertamente.

El siglo XX aportó grandes conocimientos al estudio de la sexualidad y temas asociados. Fueron muchos eventos los que provocaron este desarrollo en el conocimiento e investigación de la sexualidad. Las dos guerras mundiales provocaron una afanosa búsqueda de información. Los estudios de Kinsey (1953), Hite (1978), Masters y Johnson (1987), Kaplan (1978), entre otros; el movimiento hippie, la lucha contra el SIDA y la búsqueda de anticonceptivos ha provocado que se haya dado un boom en el estudio de la sexualidad. En cuanto a la infidelidad, existen diferentes aspectos a observar. En culturas orientales y musulmanas, la poligamia sigue siendo una actividad común. En algunos países el fundamentalismo ha dado paso a una represión fuerte a los derechos de la mujer, mientras que en los pueblos occidentales, la infidelidad se va observando cada vez con más frecuencia.

## AMÉRICA PRECOLOMBINA

Al enfatizar el estudio de la evolución de la infidelidad en América, se puede comenzar comentando que en algunas regiones como Cuba, Venezuela, Perú y Nicaragua, las relaciones prematrimoniales obedecían a prácticas más abiertas, en tanto que no era éste un tema tabú. Las mujeres adolescentes gozaban de completa libertad sexual para disponer de su persona, ya que el trato con hombres jóvenes de la aldea era un imperativo, a la vez que para ellos era el camino formal exigido por la tradición y la costumbre para ser considerados hombres adultos. Así pues, cuanto más experiencia sexual tuviera una muchacha, era más apetecida por la comunidad joven y tenía más probabilidades de lograr

un buen matrimonio. Asimismo, Garcilaso de la Vega comenta que entre los naturales del Perú, las mujeres jóvenes practicaban las relaciones premaritales (Barbosa, 1994).

López de Gomara (cit. en Barbosa, 1994; pp. 111) menciona que en la isla de Cuba, tenían como costumbre de bodas que los compañeros de oficio del novio tuvieran primero relaciones sexuales con la novia. Así, el novio mercader permitía que sus amigos y colegas mercaderes tuvieran primero las relaciones con la novia, el labrador, permitía que sus amigos labradores ejercieran este hecho primero, etc.

Entre los nativos de Cumaná, en la actual Venezuela, se usaba la costumbre de que los novios dieran a sus novias a los sacerdotes (piaches) quienes las desvirgaban y se tenía este hecho como una costumbre honrosa.

En Perú, en cierta región de la provincia de Cartagena, antes de que fuera entregada la hija al novio, la madre de ella, en presencia de algunos de su linaje, le introducía los dedos en su vagina. En otras tierras de la misma región los parientes y amigos de la familia "toman dueña a la que está virgen, y con aquella condición la casan y los maridos las reciben" (Cieza de León, cit. en Barbosa, 1994; pp. 112). Sin embargo, si al estar ya casados alguno cometía adulterio, se le castigaba de manera similar a como lo hacían los antiguos mexicanos, se les sentenciaba a muerte, tirándoles con piedras y no se les enterraba, sino que se les dejaba a la intemperie, o bien, se les ahorcaba o enterraba vivos. Si el hombre era el que había forzado a la mujer, éste moría solo, y viceversa.

La práctica sexual más libre que tenían los pueblos precolombinos escandalizó a los misioneros cristianos, quienes sólo veían "prostitución" y "lascivia" y así, antes de aceptar conductas contrarias a las suyas, emitían prejuicios ante aquello que no comprendían.

## MEXICO

En México, las costumbres y normas en cuanto a las relaciones sexuales y la infidelidad han pasado por diversos momentos y circunstancias especiales para cada época, por lo cual se hace una revisión de estos temas en sus distintas etapas histórico culturales.

## CHICHIMECAS

Muchos pueblos establecidos en el Valle de México (Mesoamérica) en la antesala de la llegada española, algunos siglos antes, habían formado parte de unas tribus nómadas que se desplazaban en las llanuras septentrionales, reconocidos en algún momento como chichimecas. Es por ello que resulta importante conocer el desarrollo y estilo de vida de estos pueblos nómadas, pues formaron la base de lo que posteriormente llegaron a ser pueblos y culturas mesoamericanas.

La zona en donde las tribus chichimecas se desplazaban comprendía desde el sudoeste de lo que hoy es Estados Unidos, hasta alcanzar las regiones fértiles de la cuenca del Bajío en el México actual. Las tribus sedentarias de la Meseta Central de México, que una vez deambularon por estas regiones, recordaron en los marcos de su mitología, el ambiente inhóspito de estas regiones. De hecho, dentro del pensamiento mexicana existió la tradición que identifica el lugar de su origen, el sitio del cual una vez salieron sus antepasados: Chicomoztoc, "el lugar de las siete cuevas". Así pues, el antecedente de las culturas mesoamericanas tenía en la vida chichimeca su bosquejo ancestral.

Con el término chichimeca no se designa a un grupo o etnia lingüística, sino a un modo de vida, el caracterizado por la era paleolítica. Los chichimecas eran nómadas que vivían de la caza de animales silvestres y de la recolección de frutas y semillas, no contaban con algodón ni otra tela, por lo que sus vestidos estaban hechos con base en pieles de animales, en algunos casos, pues en otros, permanecían desnudos. Habitaban en cuevas o en el monte. Pero no caminaban ininterrumpidamente, sus periodos de desplazamiento seguían de permanencias temporales en algún lugar. Cuando se hallaban a gusto en un sitio, se

establecían hasta por cinco, diez o quince años, mientras los recursos cazados y recolectados fuesen suficientes. Si el lugar era muy escaso, se establecían por veinte o cuarenta días. La caza era la actividad principal del hombre, mientras la mujer se dedicaba a la recolección y a sus hijos.

Las tribus chichimecas eran guiadas por un jefe o tlatoani. A su lado se encontraban los sacerdotes o chamanes. Se sabe que veneraban tanto a los ancestros divinizados como a personificaciones de algunas de las fuerzas de la naturaleza.

Las pocas fuentes que existen sobre los pueblos chichimecas coinciden en señalar su costumbre monogámica. Cabeza de Vaca manifiesta: "Había entre ellos modo de matrimonio, que se guardaba mucha lealtad" (cit. en Ibarra, 1998). El adulterio era poco común, pero cuando se presentaba tomaban al adúltero o adúltera, quienes eran juzgados por el jefe de la tribu: "llamaban a toda la gente que tenía a su cargo el tal señor y se lo llevaban delante de él, y a la mujer y los sentenciaban y daban por sentencia que todos sus vasallos, cada uno de ellos, emplease cuatro flechas en los tales adúlteros, y estando vivos los flechaban" (Sahagún, cit. en Ibarra, 1998; pp. 67).

Las tribus chichimecas eran estrictamente monogámicas, sin embargo, los jefes y chamanes podían tener varias mujeres (hasta dos o tres). Cabeza de Vaca (cit. en Ibarra, 1998; pp. 67) observó en algunas de estas comunidades que los chamanes mantenían matrimonios poligámicos.

Otras comunidades practicaban el intercambio o compra de mujeres con diferentes tribus. Las mujeres en estas antiguas sociedades eran canjeadas por otras mujeres o por arcos y flechas, pero ningún texto indica que los hombres fueran sometidos a este tipo de comercio (Ibarra, 1998; pp. 68).

En los mayas, la ceremonia del matrimonio se llevaba al cabo en la casa de la novia y se reducía a una alegre fiesta. Al casarse, el novio tenía la obligación de trabajar por cinco años al servicio de su suegro. El adulterio se castigaba entregando al adúltero al marido

ofendido, quien podía perdonarlo o matarlo; en cuanto a la mujer, su vergüenza y e infamia los consideraban como suficientes castigos.

## AZTECAS

El hombre era el jefe indiscutible de familia. Se vivía en una sociedad patriarcal. Sin embargo, en una sociedad donde el hombre dominaba, la mujer tenía su sitio especial. En la antigüedad, las mujeres habían ejercido el poder supremo, en Tula, por ejemplo, y hasta parece que originalmente el poder monárquico en México se encontraba en una mujer: Ilancueitl. Las mujeres, por lo menos en un principio, transmitían el linaje dinástico: Ilancueitl transplantó a México el linaje tolteca de Colhuacán que fue lo que permitió a la dinastía azteca reclamar para sí la ascendencia prestigiosa de Quetzalcóatl (Soustelle, 1955; pp. 185). No hay duda de que con el transcurso del tiempo el poder masculino se vio reforzado y tendió a encerrar a la mujer, cada vez más, dentro de las cuatro paredes de la casa. Pero ella podía llegar a conservar sus propios bienes, hacer negocios o ejercer algunas profesiones, y al envejecer, a igual que los hombres, eran dignas de respeto entre la sociedad. No obstante, en general, la mujer en la época prehispánica tendió a ser poco valorada por el hombre.

A partir de los veinte años, los adolescentes podían contraer matrimonio, y de hecho, la mayor parte de los mexicanos se casaban entre los veinte y veintidós años. Sólo los altos dignatarios y los soberanos podían vivir durante muchos años con concubinas antes de casarse oficialmente (Soustelle, 1955). El casamiento era considerado como un asunto que se resolvía entre familias, y de ninguna manera entre los individuos en particular. Los jóvenes tal vez podían por lo menos hacer algunas sugerencias a sus padres, pero en éstos últimos recaía el poder de elegir a las futuras parejas. El casamiento estaba rodeado de toda una serie de ritos, que iban desde la pedida de la mano, la gran fiesta de la boda hasta una fiesta especial a los 5 días posteriores a la misma, que involucraba a mucha gente y muchos recursos. Cuando los jóvenes no deseaban que sus familiares escogieran a su futura pareja, no pedían la autorización de los padres y se unían secretamente, para posteriormente, el

hombre excusarse ante la familia de la joven, solicitando la formalidad de su vínculo matrimonial.

En cuanto a las relaciones premaritales, había la costumbre que permitía a los hombres jóvenes, principalmente los hijos de los nobles, vivir sin estar casados, con jóvenes mujeres sin ningún compromiso formal. Los jóvenes que ingresaban al Tepochcalli sostenían relaciones afectivas o sexuales con dos o más mujeres adolescentes.

Como ya se mencionó, las tribus semibárbaras venidas del norte practicaban la monogamia. La poligamia debió haberse practicado entre las tribus sedentarias del valle central (de origen Tolteca) y se introdujo cada vez más en las costumbres a medida que se elevaba el nivel de vida, sobre todo entre la clase dirigente y los soberanos. Éstos contaban sus esposas secundarias por centenares o millares: se menciona que Nezahualpilli, Tlatoani de Texcoco, tenía más de dos mil (Soustelle, 1955; pp. 182). Aunque sin duda, estos datos se llegaban a exagerar, las fuentes coinciden en señalar que los reyes mantenían un buen número de esposas.

La poligamia, aunque limitada a las clases superiores, contribuía a acelerar la evolución demográfica y a hacer contrapeso a los efectos de las frecuentes guerras. Las viudas de los muertos en guerra podían permanecer solas, volverse a casar o bien pasar a ser esposas secundarias de uno de los hermanos del difunto. Para las viudas del tlatoani la opción de volverse a casar no estaba permitida, puesto que se pensaba que era una ofensa a la dignidad del fallecido (Ibarra, 1998; pp. 214).

La Poligamia no era una institución generalizada, pues estaba reservada a la nobleza como un privilegio y un derecho de la clase dominante admitido por la ley y la costumbre.

El matrimonio, con todos los ritos que le antecedían, en donde el hombre desposaba a su mujer principal sólo lo podía llevar a cabo una vez. En el caso de la clase dominante, podían tener tantas esposas secundarias como le conviniese, pero sólo una boda ceremoniosa (Soustelle, 1955; pp. 181). Es por eso que el sistema matrimonial de los

nobles mexicanos era una especie de transacción entre la monogamia y la poligamia: sólo existía una esposa principal, o sea, aquella con la cual el hombre se había casado observando todas las ceremonias requeridas, pero también había un número indefinido de concubinas oficiales que tenían su sitio en el hogar, y cuyo estatuto social no era de ninguna manera objeto de burlas o desprecio.

La mujer principal daba órdenes a las concubinas de su marido, y ella misma adornaba y acicalaba a la que su marido había escogido en turno para dormir con él (Muñoz Camargo, cit. en Soustelle, 1955; pp. 181; y en Barbosa, 1994; pp. 124). Sólo los hijos de la esposa principal eran considerados como descendientes directos. Normalmente, las concubinas o esposas secundarias de los nobles provenían de las capas sociales bajas, con frecuencia hijas de plebeyos que se sentían honrados de que sus hijas fueran admitidas dentro del concubinato del noble. Los hijos de las esposas secundarias se consideraban *pilli* y, tenían pocas posibilidades de ocupar una posición social prestigiosa, eran considerados ilegítimos y privados de herencia (Ibarra, 1998; pp. 215); aunque algunos casos sobresalientes llegaron a ocupar las funciones más altas (p.e. Itzcóatl, cuarto rey de México, fue hijo de Acamapichtli, primer tlatoani mexicano, y de una esposa secundaria). Las concubinas reales habitaban en diferentes casas dentro y fuera de la ciudad, donde criaban a sus hijos con gran lujo y numerosa servidumbre. Pese a que se tenía como práctica común la poligamia entre los nobles, los celos entre las esposas y los hijos de las esposas no se podían evitar, manifestándose incluso en intrigas que pretendían lograr el favoritismo del tlatoani.

Otro estrato social que tenía derecho a la poligamia era el de los guerreros que se distinguían en la guerra, tomando a sus mujeres ya sea como botín de guerra o escogiéndolas de entre su propia sociedad. Los guerreros del sol tenían autorización para tener "muchas mancebas, todas las que pudieran sustentar" (Muñoz Camargo, cit. en Ibarra, 1998; pp. 213). Los guerreros tequihuaque, a quienes se les había reconocido su arrojo en batalla, también tenían permiso de tener concubinas.

Para los demás grupos sociales, el estado azteca fortalecía la estructura del matrimonio monógamo, como institución de la familia nuclear. En cuanto al adulterio, éste suponía la muerte para los dos que la cometían. Se les mataba aplastándoles la cabeza a pedradas; pero la mujer era previamente estrangulada. Sin embargo, la ley, por severa que pudiera haber sido, exigía que el crimen estuviera plenamente demostrado. La sola testificación del marido no era prueba suficiente, pues se necesitaban de otros testigos imparciales para poder penarla. Si el marido encontraba a su mujer en delito flagrante y la asesinaba antes de que fuera enjuiciada, era también castigado con la pena de muerte (Soustelle, 1955: pp. 186; Torquemada, cit. en Barbosa, 1994, pp. 125).

Cervantes de Salazar (cit. en Barbosa, 1994; pp. 126), hace una explicación más detallada de la forma en cómo se castigaba el adulterio:

"al adúltero, si no era persona noble, porque no se supiese el pecado, que avia cometido, ahorcavan de una viga en su misma casa y lo mismo hazian con la adúltera, echando luego fama que, por engaño del demonio o por alguna causa, se avian ahorcado. enterravanlos en el mismo lugar donde parezia averse ahorcado. a los adúlteros, siendo hombres pleveyos y de poca suerte, llevavan al campo y entre dos piedras le machucaban la cabeza, esta ley se cumplía, y su pena se executava con tanta severidad, que, aunque no uviese mas de un testigo, ni bastava hazienda, favor ni parentesco con el cacique, para quel adúltero dexase de ser castigado".

Se cuenta que el mismo rey de Texcoco, Nezahualpilli, mandó matar a una hija suya que habia cometido adulterio, aunque su marido la había perdonado y abogado ante el rey por ella (Pomar, cit. en Barbosa, 1994; pp. 127).

La mujer adúltera era un personaje no grato para la sociedad azteca, pues, de acuerdo con la concepción indígena, las personas de vida licenciosa como adúlteras, prostitutas o maridos libertinos, generaban fuerzas nocivas que causaban el temor y repudio de la gente.

Otra forma de control ideológico que se ejercía para evitar los adulterios era mediante el temor al castigo divino; así, Tlaltecutli era el Dios que se vengaba con rigurosas penas para los adúlteros (Barbosa, 1994; pp. 128). La deidad más dedicada a la sexualidad era Tlazoltéotl, quien recibía las confesiones de los pecados sexuales, tales como las relaciones sexuales excesivas, el adulterio, la homosexualidad, etc. (Montano y Neria, 1994).

En muchos casos, la alcahueta era un personaje para establecer las relaciones ilícitas y se les hacía castigar, ya que, se suponía, eran quienes incitaban a las demás mujeres a cometer adulterio. La pena que daban era que las sacaban a la plaza y delante de todos, les quemaban los cabellos con tea encendida "hasta que se les calentase lo vivo de la cabeza" (Mendieta, cit. en Barbosa, 1994; pp. 128).

Del divorcio en el México prehispánico, se hablaba poco. El abandono del domicilio conyugal ya fuera por parte de la mujer, ya por parte del marido, constituía una causa de disolución del matrimonio. Los "tribunales" podían autorizar a un hombre para repudiar a su mujer si probaba que era estéril o descuidada en los quehaceres domésticos. La mujer, por su parte, podía quejarse de su marido y obtener sentencia favorable si llegaba a convencer al tribunal de violencia por parte del marido, si no suministraba lo necesario para el sustento de la familia o por abandono de los hijos. El matrimonio, ya fuera de todas sus vicisitudes, señalaba la entrada del mexicano en la sociedad de los adultos. El mexicano casado era ciudadano de pleno derecho y la consideración de que disfrutaba en su barrio se medía en gran parte por la dignidad de su vida familiar (Soustelle, 1955; pp. 188).

## MÉXICO COLONIAL.

La penetración española causó una gran confusión entre los pueblos indígenas, pues fueron obligados a abandonar todas sus costumbres y religión por otras completamente distintas

(Estrada, 1998, pp. 17). Con la llegada de los españoles a México, se introdujeron otras ideas religiosas, morales y culturales, muchas de ellas diametralmente opuestas. El papel de la mujer resultó ser de un simple objeto y servidora sexual. El hombre era el amo y dueño de los hijos y la esposa. Se tenía como norma el matrimonio monogámico pero también se toleraba que el hombre tuviera otro hogar ilícito (casa chica). El adulterio se siguió dando y la posición del hombre ante este fenómeno fue más aceptada y se castigaba menos por la ley y la sociedad comparado con la mujer, pues al hombre se le castigaba sólo si su amante era una mujer casada (se estaba afrentando a otro hombre) y a la mujer tan sólo por el hecho de serlo (Montano y Neria, 1994, pp. 6). Esta situación resultaba contradictoria con los mandamientos señalados por la iglesia, pues ésta consideraba que el concubinato nunca había sido ni podía ser lícito entre los cristianos, era un pecado grave que excluía del reino de Dios (Mortiz, cit. en Estrada, 1998; pp. 18), pero debido a su formación tradicionalista de las mujeres españolas de no rebelarse contra el hombre, aceptaban que su esposo tuviera relaciones sexuales extramaritales con mujeres indígenas. El Santo Oficio era la institución de la iglesia encargada de perseguir y castigar entre otros muchos aspectos, la bigamia, la cual sancionaban con: la excomunión, la herejía o marcando con un fierro la frente.

## MÉXICO INDEPENDIENTE.

En esta época, el papel que tomó el hombre, fue el antecedente del machismo, pues causó admiración la posición tan privilegiada del hombre español sobre su mujer. Huelga decir que la mujer continuó siendo sólo un objeto de servicios en la casa, cuidado de los hijos y satisfactora sexual. El pensamiento masculino era que, mientras más mujeres se tuviera, más viril se mostraría, mientras que también se mostraba muy celoso de su propia mujer.

Durante la reforma (1857 en adelante), las Leyes proclamadas por el presidente Benito Juárez, establecían la separación de las actividades del Estado respecto de la Iglesia, lo cual llevó a que se instituyera el matrimonio civil, llevado a cabo por un representante legal del Estado. Así, a partir de este momento tendrían existencia paralela el matrimonio civil y el matrimonio religioso. Es a partir del juarismo que el matrimonio se considera como la

génesis de la familia, y por tanto, de la sociedad (Cosío Villegas, cit. en Bonilla; 1993, pp. 11).

El código de 1871 (Ramos y Villafañe, cit. en Montano y Neria, 1994; pp. 6) sancionaba a los adúlteros de manera desigual: a la mujer se le imponían dos años de cárcel y una multa, mientras que al cómplice no se le castigaba si desconocía el estado civil de ella. Al hombre se le sancionaba con dos años de cárcel sólo si cometía el adulterio en la casa conyugal, pero si lo hacía fuera se le castigaba con un año de prisión. De acuerdo con este código, la mujer sólo podía exigir su derecho de esposa contra el adúltero en 3 situaciones: cuando el cónyuge lo cometía en el hogar mismo, cuando lo hacía fuera de éste o cuando causaba escándalo. Desde aquí se puede observar el precedente de las actuales formas de castigo ante la infidelidad en los Códigos penales del país.

Al inicio del Porfiriato, se tenía un desprecio general por el matrimonio civil, que se veía reflejado en el elevado índice de matrimonios religiosos durante los primeros años de este periodo histórico. Las mujeres en un 84 % se casaban entre los 12 y 25 años, y los hombres en un 78 % entre los 17 y 30 años. La situación social durante este periodo fue deplorable, impactando más en las clases sociales pobres.

La mayoría de la población (artesanos, comerciantes y empleados de oficinas públicas) se casaba por la iglesia o vivía en amasiato. La poligamia se presentaba con mayor frecuencia en los hombres que entre las mujeres, quienes se refrenaban más debido a su gran devoción católica.

Hacia 1883 se promueve por primera vez la autorización del divorcio. Antes de esta fecha se había considerado al matrimonio como civilmente indisoluble.

## MÉXICO ACTUAL

La modernización ha hecho que las familias tiendan a formarse con un número reducido de hijos. También las tareas masculinas y femeninas han sufrido una serie de modificaciones.

Las actividades que se destinaban para un solo sexo ahora se están compartiendo, p.e. el cuidado de los hijos, el trabajo, las labores domésticas, etc., aunque se ha dado más rápido la introducción de la mujer en actividades anteriormente "masculinas" que el hombre en las "femeninas".

Las leyes que empezaron a formularse a partir del siglo XX intentaron eliminar la discriminación de la mujer en cuanto al castigo por el delito de adulterio. En el código penal de 1929 se incluyó al adulterio, manifestando que se castigaría sólo cuando se hiciera en el domicilio conyugal o con escándalo.

Actualmente, existe una serie de códigos que reglamentan al adulterio:

El Código Penal Federal, o sea, el Código Penal para el Distrito y Territorios Federales, establece la reglamentación de los artículos 273 al 276 (Carrancá y Trujillo y Carrancá y Rivas, 1999):

"Art. 273.- (*Penalidad y tipo anormal de delito de adulterio*). Se aplicará prisión hasta de dos años y privación de derechos civiles hasta por seis años, a los culpables de adulterio cometido en domicilio conyugal o con escándalo.

"Art. 274.- (*Querrela de parte en el delito de adulterio*). No se podrá proceder contra los adúlteros sino a petición del cónyuge ofendido; pero cuando éste formule su querrela contra uno sólo de los culpables se procederá contra los dos y los que aparezcan como codeincuentes.

"Esto se entiende en el caso de que los dos adúlteros vivan, estén presentes y se hallen sujetos a la acción de la justicia del país; pero cuando no sea así, se podrá proceder contra el responsable que se encuentre en esas condiciones.

"Art. 275.- (*Punición sólo del delito de adulterio consumado*). Sólo se castigará el adulterio consumado.

Art. 276.- (*Efectos del perdón del ofendido*). Cuando el ofendido perdone a su cónyuge, cesará todo procedimiento si no se ha dictado sentencia, y si ésta se ha dictado, no producirá efecto alguno. Esta disposición favorecerá a todos los responsables".

El Código Penal para el Distrito Federal (1998), reglamenta las sanciones para el adulterio en los mismos artículos del 273 al 276. En su texto y contenido, aparecen con la misma información y tal como se puede observar, las circunstancias en las cuales se puede perseguir este delito, tienen su base histórica desde los tiempos del México independiente, en donde sólo se castigaba al adúltero o adúltera por estos casos.

Chihuahua tipifica el adulterio en esta forma: "se aplicará reclusión hasta de dos años y privación de derechos civiles hasta por seis años, a la persona casada que tenga acceso carnal con otra que no sea su cónyuge y a la que con ella lo tenga, sabiendo que es casada, siempre que los hechos se verifiquen en el domicilio conyugal o con escándalo"(Carrancá y Trujillo y Carrancá y Rivas, 1999; pp. 719).

El Código Penal de Aguascalientes define al adulterio, para poder tipificarlo y perseguirlo, de la siguiente manera: "cometen el delito de adulterio el hombre y la mujer que tengan entre sí relaciones sexuales, si uno de ellos o los dos están casados con otra persona, siempre que el hecho se ejecute en el domicilio conyugal o con escándalo" (Carrancá y Trujillo y Carrancá y Rivas, 1999; pp.718). Tabasco ofrece otra definición: " Se entiende por adulterio, el trato carnal de mujer casada con hombre que no sea su marido, o de hombre casado con mujer que no sea su esposa. Para considerar comprobado el adulterio, no se necesita que lo sea el acto carnal mismo, sino que otras circunstancias comprobadas lo hagan suponer fundadamente" (Carrancá y Trujillo y Carrancá y Rivas, Id; pp. 719). No cabe duda que estas definiciones pueden traernos dudas o la sensación de espacios vacíos o estar en desacuerdo con ellas, sin embargo, es preferible tenerlas como tal a que se hayan omitido.

A pesar de que se ha reglamentado la sanción del adulterio, otros autores han sostenido la inutilidad de la punición penal del adulterio, dado que la comprobación del mismo es casi

imposible por los requisitos que se deben reunir. Por esto hay voces que llaman a su supresión de los códigos represivos (Carrancá y Trujillo y Carrancá y Rivas, 1999; pp. 718), y de hecho, en algunos códigos estatales ya no aparece como figura punible, tales como: Michoacán (1962), Puebla (1943), Veracruz (1947) y Yucatán (1938).

Tras haber revisado la historia y los antecedentes que han dado a la infidelidad su faceta contemporánea, resulta ahora importante revisar los distintos enfoques que han investigado sobre la infidelidad. No obstante, resulta prerequisite tener una visión clara de lo que significa este fenómeno, puesto que para tener una solución definida, se necesita de un problema definido y el término de la infidelidad ha traído ciertos problemas en su delimitación, con la sucesiva creación de otros términos paralelos, todos ellos intentos de conceptualización del fenómeno. Pero estos intentos han traído más confusión en su estudio que clarificación. Es por ello, que antes de proseguir en el estudio de la infidelidad, es necesario aclarar sus límites y, por tanto, revisar la terminología que se ha utilizado y las ventajas y desventajas de dicho uso.

## CAPÍTULO II

### TERMINOLOGÍA EN EL ESTUDIO DE LA INFIDELIDAD

Para abordar el fenómeno de la infidelidad de manera completa, también es importante distinguir a qué nos estamos refiriendo cuando hablamos de ella. Durante las investigaciones que se han hecho sobre el tema, se han dado distintas definiciones de la misma, además de emplear una serie de conceptos diversos para referirse a ella (infidelidad, adulterio, relaciones extramaritales, bigamia, etc.). Asimismo, las diferentes partes involucradas en esta problemática han recibido distintos nombres, todo ello con el fin de discernir las bases de la forma de intervención y estudio, distinguiéndose así el tipo de intervención e ideología que se tiene sobre este fenómeno.

#### DEFINICIONES DE ADULTERIO, BIGAMIA E INFIDELIDAD.

La palabra adulterio es la que se ha usado más comúnmente en términos legales para describir este fenómeno. Carrancá y Trujillo y Carrancá y Rivas (1999) comentan que adulterio proviene del latín *Ad Alter Thorum* y que significa yacer en lecho ajeno. Santo Tomás (cit. en Estrada, 1998), por otro lado, comenta que adulterio proviene del latín *Alterius Thorum*, que significa andar en tálamo ajeno, donde la mujer es considerada como el hecho (pertenencia) de su marido.

Además, dentro del marco legal, se ha hecho una distinción entre el adulterio y la bigamia, pues ésta segunda se ha entendido como "el comportamiento desviante de los hombres o mujeres que estando unidos en matrimonio y en vida del primer cónyuge, contraen otras uniones matrimoniales clandestinas ante la iglesia o estado" (Mortiz, 1987, cit. en Estrada, 1998). Así, mientras en el adulterio se intenta conseguir furtividad, en la bigamia se intenta legitimar, contrayendo segundas nupcias, aunque de manera ilícita, pues ya existe un matrimonio previo.

De manera jurídica, se ha definido como adulterio al ayuntamiento carnal ilegítimo de hombre con mujer, siendo uno de los dos casados y que el delito se consuma por el hecho

constitutivo del adulterio: el coito o la cópula. Sólo el adulterio consumado es punible, por lo que los besos o "tocamientos fugaces" no se consideran como actos de adulterio (Carrancá y Trujillo y Carrancá y Rivas, 1999). Otra definición dada de diccionarios, indica que el adulterio es el "ayuntamiento carnal voluntario entre persona casada y otra de distinto sexo que no sea su cónyuge" (Larousse, 2001). Obviamente, esta definición excluye tanto las relaciones homosexuales como aquellas en las cuales no haya de por medio un matrimonio civil. Por otro lado, la bigamia la define el Código Penal para el Distrito Federal (1998) en su artículo 279, como: "al que, estando unido con una persona en matrimonio no disuelto ni declarado nulo, contraiga otro matrimonio con las formalidades legales" (pp. 85) y tal como lo comenta González (1976) se entiende a la bigamia -matrimonio doble- como "el delito protector del orden monogámico de la familia matrimonial", consistiendo en la celebración formal de un segundo matrimonio cuando todavía tiene existencia jurídica el primer matrimonio (pp. 343).

Ahora bien, el concepto de infidelidad connota más aspectos sociales, psicológicos, religiosos y morales y, por ende, conlleva una gran carga el emplear este término. La palabra infidelidad contrae su gran peso moral de la concepción cristiana, pues la persona casada no está siendo fiel al sacramento del matrimonio, y por tanto, no está siendo fiel a los designios máximos de Dios. Ser fiel es sostener la fe. Ser infiel es haber perdido la fe o no cumplido con ella. En nuestra cultura la infidelidad es conceptualizada desde un punto de vista moral y religioso y manifiesta que se han tenido relaciones sexuales con otra persona distinta de quien se le prometió fidelidad, por tanto, cuando se identifica que se manifestó esta situación, las repercusiones se dan en el ámbito social y religioso, y en caso de que se quiera denunciar a las autoridades, se considerará este hecho en el ámbito legal y su denominación sería en esta situación adulterio o bigamia, según sea el caso.

En cuanto al punto de vista de los investigadores del fenómeno de la infidelidad, se ha visto que existe controversia en delimitarla en su definición y que exista un acuerdo en la misma, pues mientras unos la circunscriben a aspectos específicos de la relación sexual, otros la amplifican hacia criterios emocionales y de gasto de energía que inicialmente eran

destinados al esposo o esposa. Es por ello que mencionaremos las distintas definiciones dadas al respecto.

Sólo como nota de importancia, cabe señalar que las distintas definiciones que se abordarán, están dadas para aquellas situaciones en las que, al darse una relación extra a una pareja principal, es percibida como generadora de problemas, y no aquellas en las que estas situaciones no lo son (parejas múltiples, "swingers", entre otras), sino que se consideran una alternativa más de relación entre sujetos.

Stekel (1978, cit. en Estrada, 1993) argumenta que si quisiéramos juzgar estrictamente deberíamos considerar como infidelidad a todo aquello que nos aporte un goce fuera del matrimonio o fuera de nuestro único amor.

Sahagún (1993, cit. en Estrada, 1993) identifica a la infidelidad cuando a un miembro de la pareja realiza un contacto genital fuera de su cónyuge.

Penn, Hernández y Bermúdez (1997), la definen en términos generales como la deslealtad entre la pareja en una relación.

Beck (1988) comenta que la mayor parte de los matrimonios consideran a la infidelidad como el colmo de las deslealtades, que no sólo es inaceptable sino que conduce a una permanente ruptura que justifica el divorcio.

Edwards (cit. en Thompson, 1983) establece un involucramiento extramarital como, conductas que van desde el coqueteo hasta el coito.

Para Moulthrop (1990, cit. en Atwood y Seifer, 1997) es una relación entre una persona y alguna otra que no es su esposo (a) y que provoca un impacto en el nivel de intimidad, distancia emocional y sobre todo, en el balance dinámico del matrimonio.

Para Afifi, Falato y Weiner (2001) la infidelidad es conceptualizada como la conducta romántica y sexual que se da fuera de una relación convenida de pareja entre miembros no casados y que no cohabitan, y quienes tienen una expectativa de mantener una relación formal con exclusividad sexual en sus relaciones iniciales. Asimismo, definen transgresión como la violación de las reglas de la relación definidas ya sea implícita o explícitamente, considerando a la infidelidad como el ejemplo prototípico de una transgresión.

Zumaya (1998) define a la infidelidad como "la relación interpersonal que se da fuera de una pareja que suponga, tácita o explícitamente, una exclusividad emocional y sexual" (pp.19). Además comenta que este tipo de relación puede ir desde un involucramiento emocional no sexual que contenga elementos de atracción, y sobre todo secreto, hasta la ocurrencia eventual o continua, con o sin involucramiento emocional, del ejercicio de la sexualidad.

Thompson (1984) define a las relaciones sexuales extramaritales como un involucramiento sexual-genital fuera del matrimonio sin expresión de conocimiento o consentimiento de la otra parte.

Brown (1991) la define como un involucramiento sexual con alguna otra persona distinta al esposo (a), que es ocultado para dicho esposo (a). Aunque no lo menciona directamente en su definición, también acepta que puede ocurrir entre personas que no están casadas, relaciones gay y lesbianas y, en general, en aquellas relaciones en donde se convino una exclusividad sexual. Asimismo, considera que aquellas relaciones extradiádicas que no contengan una relación sexual no es una aventura en realidad, pues el sentido de traición es menor.

Como se pudo observar cada autor maneja una definición específica de la infidelidad, sin embargo, existen muchos puntos de convergencia en las mismas, lo que hace pensar que no es un tema irreconciliable y que requiere de un consenso para que exista uniformidad en su manejo.

## INFIDELIDAD, RELACIONES SEXUALES EXTRAMARITALES O RELACIONES EXTRADIÁDICAS.

Ahora bien, el usar el término de infidelidad acarrea también sus inconvenientes. Tal como lo comentan Atwood y Seifer (1997), las definiciones de infidelidad, conducta marital y extramarital, son construidas socialmente e influenciadas fuertemente por enseñanzas religiosas, las cuales condenan a las relaciones extramaritales. Esta condenación se ve reforzada por el sistema legal, que restringe la conducta sexual hacia dentro del matrimonio. También comentan que el lenguaje usado para describir las relaciones extramaritales está cargado de significados negativos. La palabra "infidelidad" es entendida como sinónimo de falsedad o deslealtad. Básicamente, las relaciones íntimas con cualquier persona, cometidas por una persona casada son comúnmente definidas como infidelidad, y las relaciones sexuales coitales con otra persona distinta con la que se casó, son legalmente consideradas como adulterio - un crimen contra el Estado, las instituciones religiosas, y la pareja. Atwood y Seifer también comentan que las definiciones negativas no están restringidas a la religión y la ley, puesto que muchos terapeutas familiares perpetúan imágenes negativas, como Pittman (1989, cit. en Atwood y Seifer, 1997) quien usa el término "infiel" para el esposo que tuvo la relación extramarital, y "cornudo" para el otro esposo.

Asimismo, Vaughan (1998) comenta que las palabras que más comúnmente se usan para enfrentar el problema de la "infidelidad" sólo sirven para inflamar las ya encendidas emociones creadas por dicha experiencia, por lo cual considera necesario advertir el impacto de dichas palabras e identificar el dolor personal causado por el lenguaje que usamos para discutir la relación extra que se da en la pareja. Es por ello que Vaughan sugiere evitar palabras tales como adulterio, infidelidad o traición, pues considera que son palabras que culpan o enjuician. Las palabras adulterio e infidelidad reflejan una asesoría individual de la persona que tuvo la aventura como un adúltero o un infiel. La palabra traición implica que la persona que tiene una aventura está completamente prevenida o atenta del dolor que esto causará a su pareja, y procede a traicionarlo de todas formas. Esto, agrega, refuerza la idea de la culpa personal y añade la dificultad de lidiar con las

emociones y *ganar* un entendimiento más amplio de qué sucedió y qué hacer al respecto. Thompson (1984) coincide con este punto de vista, pues aclara que para poder hacer un buen trabajo terapéutico, se debe de trabajar con la pareja desde una postura equitativa, para lo cual se deben evitar nombramientos que provoquen lo contrario.

Es por ello que, para una intervención que intente dejar de lado lo más posible aquellos aspectos negativos que puedan provocar limitaciones y obstáculos, otros estudiosos del tema han buscado diferentes términos, más neutrales, que eviten la punibilidad que el concepto encierra.

Aunque el término infidelidad sigue utilizándose (Dattilio y Padesky, 1990; Lusterman, 1995; Penn, Hernández y Bermúdez, 1997; Silverstein, 1998; Treas y Giesen, 2000), se han acuñado otros términos tales como Aventura Extramarital (Atwood y Seifer, 1997; Marret, 1990; Nichols, 1988; Silverstein, 1998), Infidelidad Sexual (Treas y Giesen, 2000) y Relaciones Sexuales Extramaritales –EMS, por sus siglas en inglés- (Atwood y Seifer, 1997; Elbaum, 1981; Hulbert, 1992; Lusterman, 1995; Thompson, 1984).

Para enfatizar la naturaleza sexual de los contactos con otras personas distintas al esposo (a), se ha usado ampliamente el término de sexo extramarital (EMS). De aquí se han derivado dos términos más: coito extramarital (Thompson, 1983), que define el contacto sexual de manera más precisa y, el de intercurso extramarital (del inglés "extramarital intercourse", cuya traducción real sería relaciones extramaritales, pero por no ser de significados iguales, se usa la derivación anglosajona), que incluye una variedad de actividades sexuales y que depende de ciertas condiciones tales como frecuencia de la conducta sexual y número de compañeros (Thompson, 1983).

Tanto aventura extramarital como relaciones sexuales extramaritales, advierten que se tiene que presentar el hecho fuera de una relación marital (marital = matrimonio), con lo que ambos conceptos se limitan a los matrimonios; además, el término relación sexual extramarital excluye a los eventos en los cuales el involucramiento es sólo emocional. El

término infidelidad sexual solamente agrega la distinción de que puede ser sexual, abriendo la brecha entre ésta y otro tipo de infidelidades.

Lusterman (1995), crea un término con el cual intenta hacer una mayor especificación. Usa el término de Infidelidad Marital Prolongada (PMI, por sus siglas en inglés). Sobre este concepto explica que "la persona involucrada en una PMI está obsesionada con el objeto de su enamoramiento y de manera rápida llega a formarse una ancha red de decepción que, al paso del tiempo, inevitablemente aumenta la distancia emocional con la pareja" (pp. 260). El autor comenta que existen parejas que acuerdan realizar relaciones extramaritales sin poner en peligro el contrato matrimonial, por lo que este tipo de EMS no provoca decepción ni crisis en la relación de pareja. En cambio, la PMI es de larga duración, incluye un intenso involucramiento emocional, relaciones sexuales y se mantiene en secreto, pudiendo ser homosexual u heterosexual (pp. 261), lo cual provoca un gran estrés en la relación de pareja, sea ésta descubierta o no, pues rompe con su acuerdo de confianza y exclusividad. En resumen, con su término intenta distinguir entre aquellas relaciones extradiádicas que no representan problema alguno para la pareja de aquellas que sí lo representan. Sin embargo, aquí también el término marital limita su término a parejas casadas. Además, Lusterman insiste en usar el término de infidelidad en contraposición al generalizado uso de EMS debido a que el primer término "expresa el aspecto de abuso de confianza" (pp. 261), es decir, comprende el sentido emocional del acto realizado, permite expresar las emociones producidas por este hecho, para que así, al identificarse abiertamente, se pase a su superación.

Otro término que también se desarrolló es el de relaciones extradiádicas o extrarrelación (Buunk y Pieternel, 2000; Thompson, 1983). Este término manifiesta el hecho de que no solamente este fenómeno se presenta dentro de las parejas que han contraído matrimonio, sino que también puede presentarse en aquellas relaciones de pareja que hayan demarcado un compromiso de exclusividad sexual y emocional, tales como parejas que vivan en unión libre, noviazgo, etc., por lo que este término es más completo que el de relaciones extramaritales y no evoca el peso negativo de los términos de infidelidad o adulterio. Sin embargo, este concepto se amplía tanto que puede ser aplicado tanto a parejas que

consideran a este acto como problemático como a aquellas que no lo consideran como tal, por lo que habría que delimitarlo más para distinguir estas dos posiciones.

Ahora bien, se destaca una controversia de dos posturas principales, pues mientras unos teóricos han convenido en dejar de usar el término de infidelidad y adoptar otros como relaciones extramaritales o relaciones extradiádicas, para evitar las barreras para su abordamiento, estudio y tratamiento, otros convienen en mantener el uso de ese término, comentando que la barrera se provocaría al no usarlo, pues se bloquearía la posibilidad de sacar a la luz los sentimientos de traición provocados por este fenómeno, y así iniciar su superación. Es evidente que para dirimir esta situación, se requieren más estudios al respecto.

La relación en la que se rompió el contrato de exclusividad, también ha recibido diferentes adjetivos: principal, primaria o formal. Principal implica que es la relación que más le importa al miembro que tiene dos relaciones (ya sea positiva o negativamente), pero esto no se puede asegurar debido a que en muchas ocasiones la relación extradiádica ya ha llegado a ser la relación que más le importe al sujeto, por lo que este adjetivo no queda muy bien empleado para calificarla. Relación primaria indica que es la relación primera, ya sea en formarse o en importancia. Respecto a la importancia, ya quedó explicado que no siempre es así y en cuanto a su ocurrencia sí aplica el adjetivo pues la relación extradiádica aparece dentro de una relación ya formada; no obstante, el usarse el término primaria conlleva esa confusión: ¿primera en tiempo o en importancia? Marret (1990) y Afifi et al., (2001) usan el término de relación formal, el cual implica que esta relación es conocida, es decir, no se oculta, y plantea un compromiso intrínseco o extrínseco para su existencia. La relación extradiádica, por ende, la adjetivan como informal. Entonces, con base en este análisis, se considera que el término "relación formal" se adecúa mejor para describir a aquella relación que se formó primero y en la que se rompió el contrato de exclusividad al aparecer la relación extradiádica.

## ACTORES INVOLUCRADOS

En una relación extradiádica, se involucran, de primera instancia, la pareja inicial que mantenía el compromiso de exclusividad emocional y/o sexual, y una tercera parte que pueden ser una o varias personas; que inician una relación con uno de los dos miembros de la pareja inicial. Estas tres partes reciben en su tratamiento e investigación diferentes nombramientos, de los cuales señalaremos algunos.

Por la misma controversia que produce el término de infidelidad, se han dado diferentes nombres a los actores de este fenómeno. Por ejemplo, Lusterman (1995), decide llamar a la persona involucrada en la relación extra como *infiel* (ya que este término centra la atención en el rompimiento de la fe) y a la parte de la pareja no involucrada y que descubre dicha relación, como *victima* (escogida esta palabra porque, comenta, es el retrato expreso de cómo vive la experiencia el descubridor). Explica que usa estos términos para materializar la realidad inmediata de la situación en la cual se encuentra la pareja, no para mantener al descubridor en posición de víctima, pero sí para ayudar a la pareja a enfrentarse y trascender los traumáticos efectos del descubrimiento. No menciona algún término para identificar a la tercera parte.

Thompson (1984), por su lado, se refiere a la persona involucrada en la relación extradiádica como pareja infiel o desleal y al tercero en disputa como la pareja extramarital.

Asimismo, Golden, Frazier y Clahoun (1984) mencionan a los miembros de la pareja inicial involucrados en este fenómeno como: pareja infiel o desleal y pareja fiel o leal.

Teisman (1979, 1982, cit. en Lusterman, 1995), menciona que, por la aparición de celos en la relación formal a causa de la relación extradiádica, se le puede identificar como "persona celosa" al miembro descubridor de esta relación, y "persona de la aventura" a la persona que se involucró en tal.

Afifi, Falato, y Weiner (2001) definen a la persona que tuvo la relación extradiádica como transgresor, al otro miembro de la relación tan sólo como "pareja" y al tercer involucrado como "la tercera parte".

Para Brown (1991), está el esposo o esposa, la pareja infiel o desleal y el otro no casado. Posteriormente, cambia los términos de los miembros de la relación formal a esposo traicionado y esposo traidor, y explica que no los usa para culpar o exonerar a cualquiera de los esposos, sino porque la traición es el motivo que más ha escuchado de sus clientes durante las etapas primarias de cuando hablan acerca de su propia experiencia (Brown, 1999).

Finalmente, otros autores mencionan que el buscar etiquetas bloquea la posibilidad de buscar opciones de tratamiento, pues el individuo se cataloga de esta forma con el término dado y tiende a actuar en consecuencia, con lo que se bloquea la posibilidad de avance y superación de la problemática, por lo que solamente se refieren a los actores involucrados como: la parte de la pareja involucrada en la relación extradiádica, la parte de la pareja no involucrada en la relación extradiádica y, la tercera parte (Hulbert, 1992, Arwood y Seifer, 1997).

Hasta aquí se ha abordado la terminología involucrada en la investigación de las relaciones extramaritales. Ahora bien, es necesario ver qué tan importante es este problema en la actualidad, y por tanto, la justificación en el estudio de la misma. Por esto, resulta necesario revisar la prevalencia que ha tenido este fenómeno tanto en el mundo (en especial, Estados Unidos, donde se liderea en la actualidad la investigación en todas las áreas), así como en México, cuyas características especiales deben ser consideradas.

## CAPÍTULO III

### PREVALENCIA

La importancia del estudio e intervención en las relaciones extradiádicas tiene parte de su sustento en la cantidad de casos que se presentan en la población, con sus respectivas consecuencias en la pareja, la familia, el Estado y la sociedad en general. Por lo tanto, resulta preponderante conocer la prevalencia que tiene este fenómeno en las sociedades, y en particular, en la nuestra.

#### ESTADOS UNIDOS Y EL MUNDO

La infidelidad probablemente ocurre mucho más seguido de lo que las investigaciones indican, dado que la gente se muestra reacia a admitir públicamente esta transgresión (Silverstein, 1998). Tal como lo comenta Thompson (1983), las respuestas socialmente deseables que refutan la conducta extradiádica son comúnmente evocadas por la naturaleza íntima de las preguntas en ésta área, por lo que las respuestas son afectadas cuando se consideran la confidencialidad y la sanción pública (pp. 6). Green, Lee y Lustig (1974, cit. en Thompson, 1983) reportaron que en una investigación de 750 estudios de caso, sólo el 30% inicialmente reportaron relaciones extradiádicas y, durante la terapia intensiva, otro 30% más reveló también tenerlas. Este hecho y el de las diferencias en los resultados debidos posiblemente por diferencias en los términos empleados, hacen pensar que los datos obtenidos de la prevalencia de las relaciones extradiádicas son conservadoras o carecen de un punto de comparación confiable, sin embargo, pese a estas consideraciones, pueden ser tomadas, con reservas, como indicadores que muestran más o menos el grado en que se presenta el fenómeno de las relaciones extradiádicas en las sociedades.

Betzig (1989, cit. en Shackelford y Buss, 1997) realizó un estudio con 160 culturas de todo el mundo y encontró que la infidelidad (término que él emplea) era la razón más comúnmente citada para la disolución conyugal.

Datos recientes indican que hay una gran variedad entre culturas en la prevalencia del sexo extradiádico. Caraël, Cleland, Deheneffe, Ferry e Ingham (1995, cit. en Buunk y Dijkstra, 2000) encontraron que era más prevalente en países africanos que en asiáticos y mayor entre hombres que entre mujeres, citando como ejemplo a Guinea Bissau, donde el 38% de los hombres y el 19% de las mujeres habían tenido sexo extradiádico durante el año anterior, comparado con sólo el 8% de los hombres y el 1% de las mujeres de Hong Kong

En la población estadounidense se han hecho estudios que dejan clara una gran diferencia en cuanto a la opinión que tienen las parejas casadas en torno a las relaciones extradiádicas y la prevalencia de ésta en dicha sociedad. Por ejemplo, Smith, (1994, cit. en Treas y Giesen, 2000) encontró que más del 90% de las personas de su estudio, en general, comentan que siempre o casi siempre es incorrecto que una persona casada tenga relaciones sexuales con alguien más que no sea su esposo y sólo un 10% las acepta como correctas; sin embargo, como veremos más adelante, muchas de las investigaciones coinciden que las relaciones extradiádicas son mucho más altas a este 10%, por lo que se ve una clara diferencia entre lo que se piensa sobre estas relaciones y el tenerlas en sí. Treas y Giesen también encontraron que el 99% de las personas casadas asumían que sus esposos (as) no tendrían relaciones sexuales dentro del matrimonio mientras que el 94% de las personas que vivían en unión libre asumían este mismo hecho; por lo cual concluyeron que las parejas que vivían en unión libre eran más probables de involucrarse en relaciones extradiádicas que las parejas casadas.

En cuanto a su prevalencia, el primer estudio formal hecho al respecto, fue realizado por Kinsey, Pomeroy, Martin y Gebhard en el año de 1953 (cit. en Lusterman, 1995). Con base en su estudio, estimaron que el 50% de esposos y el 26% de esposas se habían involucrado en una relación sexual extramarital en algún momento de su matrimonio.

Lawson (1988, cit. en Brown, 1991) comenta que, en los años sesenta, las mujeres se esperaban 14.6 años (4 años más que sus esposos) después de casarse, para involucrarse en una relación sexual extramarital; en los años setenta, sólo se esperaban 4 años posteriores a su casamiento (tan sólo un año más que los hombres) y que, a finales de los ochenta,

hombres y mujeres eran muy similares en la aparición de las relaciones extradiádicas en su vida marital. Sin embargo, Choi et al. (1994, cit. en Treas y Giesen, 2000) han encontrado que a pesar de que se presenta esta tendencia, los hombres se siguen involucrando más en relaciones sexuales extramaritales que las mujeres; Lawson (1988, cit. en Brown, 1991) también corrobora esta información. Lusterman (1995) comenta que este dato es robustecido por la situación de que los hombres acuden más fácilmente a tener estas relaciones con prostitutas que las mujeres, quienes no tienen tantas oportunidades de contactar sexoservidores.

Lawson (1988, cit. en Brown, 1991) también encontró que la experiencia premarital previa está correlacionada con la probabilidad de tener una relación extradiádica. Atwater (1982, cit. en Brown, 1991) y Bozon (1996, cit. en Treas y Giesen, 2000) obtuvieron este mismo dato al respecto: mientras más relaciones sexuales se hayan tenido en el pasado, hay más probabilidad de tener una pareja sexual secundaria. A este respecto, Glass y Wright (1985) comentan que los roles sexuales tradicionales que influyen la expresión de la sexualidad y emotividad tanto en relaciones premaritales como maritales, también parecen operar en las relaciones extramaritales.

De acuerdo a este mismo estudio hecho por Lawson (1988, cit. en Brown, 1991) las relaciones extramaritales se están produciendo de forma más pronta que en el pasado: comenta que en la década de los setentas, casi dos terceras partes de las mujeres y casi la mitad de los hombres casados por primera vez habían tenido una relación extradiádica dentro de los primeros 5 años del matrimonio. Esta misma situación sólo se cumplía para la cuarta parte de aquellos que ya llevaban veinte o más años de casados.

Por su lado, Glass y Wright (cit. en Lusterman, 1995) en un estudio más reciente, realizado en 1992, encontraron que estos datos eran en un 44% para los esposos y un 25% para las esposas. Asimismo, un estudio de la Universidad Ball State de Estados Unidos, hecho en 1997 (Norment, 1998) sugiere que mujeres debajo de los 40 años, son tan probables de tener una relación extramarital como lo son los hombres del mismo rango de edad.

En cuanto a diferencias por edades, Hunt (1974, cit. en Bonilla, 1993) encontró que el 38% de las mujeres casadas de su estudio (entre los 30 y 39 años) ya habían tenido alguna experiencia sexual fuera del matrimonio, mientras que Wolfe (1982, cit. en Bonilla, 1993) señaló que el 69.2 de las mujeres de entre los 18 y 34 años ya habían vivido una experiencia similar. A este respecto, Rogers (1980, cit. en Casas, Gudiño y Nadelsticher, 1986) explica que la pareja de un primer matrimonio entre los 20 y 25 años de edad tienen más relaciones extramaritales entre los primeros dos años del matrimonio, que individuos de mayor edad durante toda su vida.

Dolcini et al. (1993) y Smith (1991, ambos cit. en Treas y Giesen, 2000) encontraron que el número de parejas sexuales declina con la edad.

#### DIFERENCIAS POR SEXO

En el año de 1977, Libby (cit. en Zumaya, 1994) hizo un estudio hecho con población estadounidense, y encontró que un poco más del 75% de todos los matrimonios por lo menos uno de los cónyuges había tenido una de estas relaciones. Scarf (1987, cit. en Zumaya, 1994) menciona que cerca del 55% de los hombres y el 45% de las mujeres casadas han tenido o tiene una aventura en algún momento de su vida marital.

Un poco más tarde, en 1980, Wolfe (1980, cit. en Casas et al., 1986) reportó que el 72% de los hombres y el 50% de las mujeres de su muestra tenían relaciones extramaritales. En 1981, Nash, Libby y Fischer (cit. en Thompson, 1984) estimaron que el 50-65% de los hombres casados y el 45-55% de las mujeres casadas ya se habían involucrado en sexo extramarital para la edad de 40.

En 1988, Gass y Nichols (cit. en Atwood y Seifer, 1997) encontraron que arriba del 66% de los hombres y 55% de las mujeres se involucraron en una aventura extramarital en algún punto de su matrimonio, mientras que Pittman (1989, cit. en Bonilla, 1993) comenta que el involucramiento en relaciones extramaritales diferenciadas por género se da en un 26% para los hombres y en un 21% para las mujeres.

En 1997, Atwood y Seifer estimaron que el 50-66% de los hombres casados y el 45-55% de las mujeres casadas se han involucrado en aventuras extramaritales en algún momento durante su matrimonio, de las cuales sólo casi la mitad ha asistido a terapia por dicha circunstancia. Para ese mismo año, Shackelford y Buss (1997) encontraron que la infidelidad marital en los matrimonios estadounidenses variaba en un rango del 26 al 70% para mujeres, y de un 33 a un 75% en hombres, datos arrojados desde los estudios hechos por Kinsey et al. (1953) hasta los más recientes.

El controversial reporte Hite (1987, cit. en Marret, 1990) informó que el número de mujeres involucradas en una aventura extramarital era superior al 70%.

Thompson (1983) realizó una revisión de 12 estudios, de donde se cita la prevalencia encontrada tanto para hombres como para mujeres, el concepto estudiado y sus respectivas prevalencias: Anthanasiou, Shaver y Travis (1970), encontraron un 40% en hombres y un 36% en mujeres; Johnson (1970) encontró un 20 % en hombres y un 10% en mujeres; Hunt (1974), un 41% en hombres y un 18% para mujeres; Bell, Turner, y Rosen (1975) sólo menciona un 26% en mujeres; todos estos datos investigados para el concepto de "intercurso extramarital". Levin (1975), Travis y Sadd (1975), encontraron para sexualidad extramarital un 39% en mujeres; Pietroni y Simenauer (1976) encontraron un 47% en hombres y; finalmente, Yablonsky (1979) para sexualidad o aventuras extramaritales encontró un 47% en hombres. Asimismo, Thompson (1983), Glass y Wright (1992), entre otros autores, han confirmado que la búsqueda de relaciones extradiádicas se da más en los hombres por un contenido sexual, y en las mujeres por uno emocional.

Hasta el momento, se han revisado estudios que presentan una prevalencia, relativamente alta en cuanto al fenómeno de las relaciones extradiádicas en parejas casadas, sin embargo, existen otras investigaciones que arrojan datos menores al respecto. Por ejemplo, Greeley (1991; cit. en Lusterman, 1995; pp. 259) estimó que menos del 10% de las parejas casadas las habían tenido, mientras que el Centro Nacional de Investigación de Opiniones de Estados Unidos, que ha realizado investigaciones anuales, con muestras de más de 1200 respondientes, encontraron que el 15% de los individuos casados habían tenido al menos

una relación sexual extramarital dentro de su matrimonio, manifestándose la prevalencia en un 21% para los hombres y un 12% para las mujeres (Smith, 1993, cit. en Lusterman, 1995).

Treas y Giesen (2000) afirman que la "fidelidad sexual" es la práctica dominante y que varios estudios muestran una baja prevalencia de relaciones extradiádicas que van de un rango de 1.5 a 3.6 en las personas casadas que tuvieron una segunda pareja sexual en el último año de su matrimonio (pp. 48).

#### OTROS FACTORES QUE INCIDEN EN LA PREVALENCIA

Además de las diferencias por sexo y en el transcurso de las décadas sobre la prevalencia de las relaciones extradiádicas en parejas casadas, se han investigado otros factores que inciden en este sentido. Treas y Giesen reconocen que los valores sexuales no permisivos se relacionan negativamente con la probabilidad de infidelidad, es decir, que las personas con valores no permisivos, son menos probables de involucrarse en una relación extramarital. También mencionan que las redes sociales (familiares, vecinos, inserción en grupos religiosos) reducen dicha probabilidad. Finalmente, comentan que las diferencias en sexo para la probabilidad de involucrarse en una relación sexual extramarital, disminuyen e incluso se eliminan al tomar en cuenta el interés en las relaciones sexuales y la permisividad sexual de los valores de las personas, esto es, que la diferencia en la probabilidad de involucrarse en una relación extramarital está más delimitada por la permisividad de los valores sexuales de las personas y de qué tanto está interesado en las relaciones sexuales, más que por diferencias en sexo.

El contexto social también ha determinado la prevalencia de las relaciones sexuales extramaritales. Por ejemplo, Wellings, Field, Johnson y Wadsworth (1994, cit. en Treas y Giesen, 2000) comentan que los trabajos que requieren de viajar y pasar noches fuera de casa, aumentan la probabilidad de tener múltiples parejas sexuales. Johnson (1970, cit. en Bonilla, 1993) comenta que las mujeres casadas que trabajan fuera del hogar parecen tener mayor probabilidad de establecer una relación amorosa fuera de la pareja. Levin (1975, cit.

en Bonilla, 1993) hizo un estudio en el que encontró que el 27% de las mujeres dedicadas exclusivamente a las labores domésticas han tenido relaciones extramaritales, mientras que el 47% de las mujeres que trabajan se han visto involucradas en este tipo de relación, dato que reafirma que el trabajo ofrece mayores oportunidades de encontrar parejas sexuales y que podría explicar que el aumento en la prevalencia de las relaciones extramaritales por parte de las mujeres, se ve influenciado, en parte, por este hecho. Asimismo, Smith (1991, cit. en Treas y Giesen, 2000) comenta que, comparadas con las ciudades pequeñas, las grandes ciudades ofrecen más oportunidades para tener relaciones sexuales extramaritales que no sean detectadas y que, de hecho, los residentes de las grandes ciudades tienen, en promedio, más parejas sexuales.

#### DIFERENCIAS POR ESTADO CIVIL Y PREFERENCIAS SEXUALES

Dolcini et al. (1993, cit. en Treas y Giesen, 2000) comenta que las personas que viven en unión libre son más probables de tener parejas sexuales secundarias que las parejas casadas, explicando que las parejas que cohabitan juntas sin casarse invierten menos costos a la relación que las parejas ya casadas.

Thompson (1983), tras haber analizado 12 investigaciones de conducta extramarital, concluyó que las relaciones sexuales extradiádicas parecen ocurrir más seguido en parejas que apenas salen en noviazgos o que cohabitan que en aquellas ya casadas. Asimismo, Blumstein y Schwartz (1983, cit. en Buunk y Dijkstra, 2000) encontraron que las relaciones extradiádicas son más comunes en parejas gay y menos comunes en parejas lesbianas que en parejas heterosexuales.

Sheppard, Nelson y Andreoli-Mathie (1995, cit. en Afifi, Falato y Weiner, 2001) encontraron en investigaciones hechas en relaciones de noviazgo de estudiantes, que había una prevalencia de 38% de estudiantes que habían sido infieles aún en las relaciones de noviazgo más serias. Más recientemente, Wiederman y Hurd (1999, cit. en Afifi, Falato y Weiner, 2001) reportaron que el 75% de los hombres y el 68% de las mujeres solteras y con un noviazgo formal, se habían involucrado en alguna clase de relación extradiádica o

sexualidad extradiádica. Este dato arroja gran relevancia, pues tal como lo comenta Bonilla (1993) el noviazgo resulta como una preparación para el matrimonio o la posterior vida en pareja, y por tanto, puede ser una pauta para establecer patrones conductuales que se produzcan en dicha futura vida compartida.

#### CALIDAD DE LA VIDA MARITAL

Existe controversia en delimitar la relación de la calidad de la vida marital, y la vida en pareja en general, con la ocurrencia de las relaciones extradiádicas, pues hay investigaciones que avalan dicha relación, mientras otras que no consideran una relación directa.

Glass y Wright (1977, cit. en Zumaya, 1994) indican que la satisfacción marital de las mujeres casadas por menos de dos años e involucradas en aventuras extramaritales era igual que la de aquellas que no eran infieles. Zumaya argumenta a este respecto que se da esta situación porque las mujeres creen que deben ser felices en sus primeros años de matrimonio, pasando por alto sus sentimientos "verdaderos".

Sin embargo, Treas y Giesen (2000) comentan que, en cuanto a la calidad marital, las disimilaridades sociales entre los miembros de la pareja eran estadísticamente insignificantes pero que la insatisfacción subjetiva con una unión era asociada con mayor probabilidad de infidelidad reciente. También comentan que estudios previos muestran resultados inconsistentes sobre si relaciones pobres llevan a tener sexo extramarital. Encontraron en su estudio que la calidad actual de la relación puede no demostrar una asociación con incidentes acumulados, esto es, haber sido en algún momento infiel: los problemas de la relación eran aptos para ser de corto plazo si las parejas se reconciliaban o divorciaban tan luego ocurría la infidelidad (pp. 59).

Autores como Kinsey (1953), Shope (1975), Cubber y Haroff (1986, todos cit. en Bonilla, 1993) sostienen que la insatisfacción marital no siempre resulta propiciatoria de las relaciones extradiádicas, pues puede suceder que el matrimonio resulte satisfactorio, y que

estas relaciones se produzcan de todas formas. El estudio de Levin (1975, citado en Bonilla, 1993) también avala esta información, pues encontró que el 83% de las esposas fieles estaban satisfechas de su matrimonio, mientras que el 61% de las esposas infieles también lo estaban. Neubeck y Scheltzer (1969, cit. en Bonilla, 1993) no encontraron ninguna relación entre insatisfacción marital e infidelidad.

Sin embargo, Walster, Traupman y Walster (1978, cit. en Bonilla, 1993) afirman lo contrario, pues comentan que las probabilidades de que se presente la infidelidad están directamente asociadas a los beneficios que obtiene una persona en su matrimonio o relación formal. Asimismo, Dixon y Wright (1985, cit. en Bonilla, 1993) comentan que la satisfacción sexual está íntimamente ligada con la satisfacción marital.

Son variados los datos que cada autor ha encontrado en el estudio de las relaciones extradiádicas en Estados Unidos y el mundo, sin embargo, empiezan a dilucidar estas investigaciones la forma en cómo se comporta este fenómeno, claro que está matizado dicho comportamiento por una gran cantidad de factores, incluyendo la cultura del país en el que se le estudia. Es por eso que a continuación se revisarán los datos que se han obtenido en nuestro país sobre este aspecto, en intento de explicar sus características.

## EN MEXICO

Desafortunadamente, la investigación, teoría y práctica clínica sobre las relaciones extradiádicas en México no tiene muchas fuentes, por tanto, es difícil poder dar información al respecto en cuanto a su prevalencia, relaciones, tratamientos, etc. No obstante, se han hecho varios trabajos, de los que hablaremos a continuación, que sientan precedentes importantes en la búsqueda de información que permita distinguir las generalidades de la población mexicana que coinciden con el resto del mundo, para determinar la eficacia y eficiencia de la aplicabilidad de los modelos que se han desarrollado en esos países sobre las relaciones extradiádicas al intentar aplicarse a población mexicana, así como las particularidades propias del país que, requieren de

especificar los conceptos, teorías, tratamientos, etc., que permitan un mejor estudio de dicho fenómeno en México.

Casas, Gudiño y Nadelsticher (1986), en una investigación hecha con población de la ciudad de México, encontraron que había un mayor porcentaje de hombres infieles (44.5%) que de mujeres (4%) y que tanto hombres como mujeres infieles manifestaron una menor satisfacción marital en comparación con los no infieles; además de que, si la mujer trabaja, existían más probabilidades de que fuera infiel. En 1996, Avelarde, Reyes, Díaz-Loving y Rivera también obtienen que los hombres presentan más conductas de infidelidad que las mujeres.

Pick de Weiss, Díaz-Loving y Andrade-Palos (1988) encontraron que entre más tiempo se ha pasado dentro de una relación de pareja, se incrementa la probabilidad de pensar que la pareja haya sido infiel y que en el caso de los hombres que realmente lo hayan sido, alcanzando su pico máximo entre los 30-35 años, mientras que en las mujeres se mantiene constante hasta los 35 años, donde empieza a declinar. No reportan un porcentaje total de prevalencia de relaciones extradiádicas ni para hombres o mujeres. También encontraron una relación entre satisfacción sexual y satisfacción con la pareja y un decremento en la satisfacción de la relación con el paso del tiempo. Asimismo, vieron que las mujeres tenían más probabilidades de tener relaciones extradiádicas en algunos de los siguientes casos: cuando están aburridas, cuando no se llevan bien con su pareja, cuando perciben poco amor, pasión o comprensión en su relación, cuando mantienen su relación por interés económico u otros motivos diferentes al amor, atracción o seguridad emocional; mientras que para los hombres difería el patrón, pues ellos tienen más probabilidades de involucrarse en una relación extramarital cuando: sienten que su pareja no hace un esfuerzo para satisfacerlo sexualmente, porque no están satisfechos con el número de relaciones sexuales que tienen con su pareja, porque hay una mayor aceptación por parte de su pareja o porque creen que es más factible que un hombre pueda ser infiel. Sobre este último aspecto, señalan que el fenómeno de la infidelidad resulta ser característico de la cultura mexicana, en la que el hombre se socializa dentro de la creencia de que tienen derecho a tener

relaciones sexuales con varias mujeres y a la mujer se le socializa con la perspectiva de aceptar este enfoque (pp. 167-171).

En 1988, Díaz-Loving, Pick de Weiss y Andrade-Palos encontraron una relación inversa entre relaciones sexuales de la pareja con relaciones sexuales fuera de la pareja, es decir, que "mientras más relaciones sexuales tiene la pareja, menor es la infidelidad de sus integrantes" (p. 206). Confirman los datos de Casas et al. (1986) de que a mayor infidelidad los sujetos, mayor es su creencia de que su pareja también le es infiel. También encontraron menores relaciones extradiádicas en aquellas parejas que mantenían su relación por amor y seguridad emocional que en aquellas que la mantenían por intereses económicos. En general, encontraron que las mujeres tienen relaciones extramaritales como un reflejo de bajo afecto y funcionalidad en la relación, mientras que los hombres las tienen por insatisfacción sexual y por la laxitud normativa, o sea, por la permisividad social para que las tengan. Cabe mencionar que en este estudio, Díaz-Loving et al. usan como sinónimos los términos de infidelidad y relaciones extramaritales y, al preguntar sobre éstos, lo hacían sólo considerando el aspecto sexual del fenómeno.

Bonilla, Wilcox, García y Morales (1992, cit. en Montano y Neria, 1994), observaron que había mayor probabilidad de involucrarse en una relación extramarital cuando había insatisfacción respecto al amor, a la armonía y a las expectativas deseadas, siendo esta tendencia más marcada en las mujeres, los profesionistas y las personas entre los 28 y 35 años.

En 1993, Eisenberg (cit. en Zumaya, 1994) encontró en un estudio hecho en México que las parejas de novios de entre 22 y 24 años de edad son las más fieles y que la probabilidad de infidelidad aumenta con los años del matrimonio y es mayor en una etapa intermedia del matrimonio (alrededor de los cuarenta años de edad de los esposos).

En 1998, Bonilla, Hernández y Andrade-Palos, realizaron una investigación para verificar si existían diferencias en cuanto a la infidelidad en el interior del país, para lo cual aplicaron un instrumento en dos ciudades: Ciudad Juárez y Ciudad de México y

encontraron que las personas de la Ciudad de México tienen una actitud más positiva hacia la infidelidad que los de Ciudad Juárez. No encontraron, como otros autores, diferencias significativas en la actitud hacia la infidelidad por sexo, pero sí lo hicieron en cuanto al tiempo en la relación y la profesión: obtuvieron que a mayor cantidad de años en el matrimonio, mayor actitud favorable hacia la infidelidad y que los profesionistas brindaron una actitud más positiva que los que contaban con estudios técnicos. Sin embargo, estos mismos autores, para el año 2000, encontraron que las mujeres tenían mayor rechazo que los hombres hacia la infidelidad y hacia su pareja infiel. Asimismo, corroboraron que los jóvenes son lo que reaccionan con mayor dureza ante la presencia de la infidelidad en la pareja, siendo sus respuestas de acción la separación, el abandono o el alejamiento.

Reyes, Díaz-Loving y Rivera (2000) encontraron que la percepción de la infidelidad tiene una relación inversa con la edad y escolaridad, o sea, que la percepción favorable de la infidelidad aumenta con la edad y con el nivel de estudios; mientras que, al estudiar las tendencias, se observó que a mayor escolaridad, número de hijos y tiempo en la relación, mayor tendencia a la infidelidad y que, a mayor edad, menor tendencia a la infidelidad.

Debido a que las investigaciones hechas en México que se revisaron no mostraban el porcentaje de su prevalencia, ni general, ni por hombres o mujeres, no se pudo realizar una tabla que mostrara estos datos, lo cual enfatiza la necesidad de obtener más datos al respecto.

Se considera necesario aclarar, que en este capítulo se mencionaron los conceptos investigados tal y como los autores los plantearon y estudiaron (infidelidad, relaciones extramaritales, aventuras extramaritales, etc.), y que más que una incoherencia en el manejo de los términos por parte del autor de este escrito, es un intento de mostrar los datos estudiados tal y como los trabajaron los autores originales.

Como se ha podido observar, el fenómeno de las relaciones extradiádicas reviste gran importancia, dada su fuerte prevalencia en las sociedades, (en las que se podría incluir la mexicana); su posible relación con la calidad marital y, sobre todo, las controversias que en

cuanto a su estudio han surgido y que se evidencian no sólo en los distintos datos arrojados sobre su prevalencia, sino también de los distintos enfoques que han intentado explicarla, tanto en sus causas o relaciones como en sus consecuencias o efectos. Es por ello que en el siguiente capítulo se hará una revisión de las distintas teorías que se han desarrollado sobre este fenómeno.

## **CAPÍTULO IV**

### **TIPOS Y CLASIFICACIONES DE LAS RELACIONES EXTRADIÁDICAS**

Para continuar con el intento de dar orden al estudio de las relaciones extradiádicas, se han dado infinidad de clasificaciones y subtipos. El hacer clasificaciones de las diferentes formas en las que se presenta este fenómeno tiene su importancia debido a que con base en los distintos tipos, se han hecho investigaciones en cuanto a su prevalencia, teorizaciones sobre su existencia, inicio, mantenimiento e incluso se han realizado intervenciones terapéuticas especiales a cada una de ellas, v.g. el trabajo hecho por Brown (1991) con base en los distintos tipos de relaciones extradiádicas que ha determinado. Es por eso que a continuación se hace una revisión de las formas en que se ha intentado clasificar dichas relaciones en la teoría, investigación y práctica psicológica.

Partiendo de las clasificaciones más sencillas a las más elaboradas, podemos citar como la más general, la que señala Marret (1990), quien comenta que existen dos tipos de relaciones extradiádicas: Aquellas que son consideradas como problemáticas para uno o ambos miembros de la pareja, y aquellas que no son percibidas como un problema (tales como relaciones sexuales grupales, intercambio de parejas -"swingers"-, entre otras variantes). Como ya se mencionó con anterioridad, en este trabajo se abordan sólo aquellas que son consideradas como problemáticas y que, por ende, los involucrados buscan ayuda para enfrentarlas.

Caprio (1983, cit. en Estrada, 1998), de tendencia psicoanalista, distingue, en las relaciones extradiádicas, la psíquica de la factual, pues establece que la primera se da por esos momentos en los que un marido o una esposa han deseado subconscientemente o hasta inconscientemente a otra mujer u hombre. Huelga decir que hace una exclusión con su clasificación a aquellas parejas que no están casadas. La singularidad de esta clasificación es que lleva a las relaciones extradiádicas más allá de los hechos, considerando también como parte de ellas a los pensamientos, aunque éstos no se lleven a cabo. Este dato podría

parecernos hasta exagerado por no ser algo que provoque mucha conflictiva mientras no se lleve a los hechos, pero también deja la posibilidad de que, al tenerse este interés de forma interna, se pueda revisar el porqué del mismo y si es necesario que se lleve de los pensamientos a los hechos, para que así, se trabaje de forma preventiva.

Dicks (1971, cit. en Estrada, 1998) hace otra clasificación, en donde establece dos tipos de relaciones extradiádicas: la benigna y la maligna.

- **Benigna.** A causa de ella, la pareja se une y se acerca más el uno del otro, e incluso puede considerarse como necesaria en el proceso de desarrollo del matrimonio. Aquí, la tercer parte cumple el papel de ser sólo el pretexto para resolver los propósitos del matrimonio, para después desaparecer de la historia de la relación primaria.
- **Maligna.** Su característica fundamental es el rechazo o destrucción ulterior del matrimonio, tal vez de forma definitiva. Aquí, comenta Dicks, en lugar de un sentimiento de culpa y de actitudes de reparación por la transgresión en los límites de la pareja, por parte del miembro que tiene la relación extradiádica, hay insensibilidad e indiferencia ante las consecuencias que pueda sufrir el cónyuge ofendido.

La importancia que tiene esta clasificación es que considera que la relación extradiádica puede funcionar como un catalizador, que permita el mejoramiento de la vida en pareja de la relación primaria.

Azcárraga (1986, cit. en Estrada, 1998), por su parte, habla de dos tipos de relaciones extradiádicas:

- **Fija.** Aquí, la relación extradiádica se da por un periodo más o menos largo, permitiendo tener relaciones sexuales de forma periódica sin vivir ni estar casado con esta persona.
- **Ocasional.** Son las relaciones extradiádicas que se dan de forma fugaz, tales como con prostitutas, o en una reunión o viaje de negocios.

Aquí el intento que se hace es diferenciar por la duración de las relaciones y con ello, el involucramiento sexual y emocional que acarrea.

Elbaum (1981) elabora un poco más esta clasificación, y señala en vez de dos tipos, tres que distingue de la siguiente forma:

- Noche de copas (One night standing). La relación extradiádica, de naturaleza sexual, se da de manera fugaz, por ejemplo, en un viaje de negocios, una noche de juerga, etc. Provee excitación y libertad de responsabilidades para invertir poco o nada en algún vínculo afectivo.
- Con prostituta. En donde el encuentro es muy ligero, únicamente sexual y extra fugaz, sin enganche emotivo y con un pago de por medio. Se da una variedad sexual difícil de conseguir en el matrimonio.
- De larga duración. En donde la relación extradiádica se da de manera larga, que incluso puede llegar hasta años de relación. El vínculo afectivo es muy fuerte.

Como se logra apreciar, la diferencia estriba en que este autor hace una separación de los encuentros fugaces, en noches de copas y prostitutas, asignándole características propias a cada una, dado que un encuentro con prostitutas tiene que tener un pago de por medio, el cual, se lleva más a cabo por los hombres y es distinto, a su parecer, de aquellos encuentros en lo que se da la relación de manera más espontánea.

Ahora bien, tal como lo comenta Glass y Wright (1985), las investigaciones sobre las relaciones extradiádicas que se habían hecho hasta el momento, sólo habían tomado el aspecto sexual de las mismas, de forma preponderante, implicando el contenido afectivo, por lo que no se le daba a este aspecto su peso e importancia adecuadas en las relaciones extradiádicas. La clasificación hecha por Reiss et al. (1980, cit. en Glass y Wright, 1992), acuerda con esto, pues mencionan que existen dos tipos de relaciones extradiádicas: centradas en el placer, y centradas en el amor, en donde comentan que las justificaciones dadas a las relaciones sexuales extradiádicas tienen estos dos orígenes. Hunt (1969, cit. en

Glass y Wright, 1992) menciona una clasificación similar, sólo que cambia los nombres a "pagano-cortés" y "puritano-romántico".

En el transcurso de las investigaciones, se ha observado que las motivaciones de hombres y mujeres para tener relaciones extradiádicas son distintas (Atwood y Seifer, 1997; Boekhout et al., 1999; Glass y Wright, 1985; Hulbert, 1992; Shackelford y Buss, 1997). En algunas, existe un componente sexual que no involucra emociones (Hurlbert, 1992); en otras hay sólo un componente emocional (Sarrel, 1984, cit. en Atwood y Seifer, 1997) y, existen otras donde se da la combinación de ambas y en donde el involucramiento emocional es mayor incluso que en aquellas en donde se da este por sí solo (Glass y Wright, 1985; Thompson, 1984, cit. en Atwood y Seifer, 1997). Estas distinciones surgieron a raíz de ver que en los hombres el componente sexual era el que más los hacía justificar sus relaciones extradiádicas, mientras que en las mujeres lo era el emocional (Boekhout et al., 1999). Las relaciones en donde ambos aspectos aparecían de manera conjunta se daban sobre todo en aquellas relaciones extradiádicas de larga duración, donde un hombre, al iniciarla por el lado sexual, al seguir en la relación, involucraba después el aspecto afectivo, y las mujeres, al iniciar con el involucramiento emocional, luego también se involucraban sexualmente, fortaleciéndose más este tipo de relaciones por el involucramiento combinado (Glass y Wright, 1985). Así, otra distinta clasificación de las relaciones extradiádicas es:

- Principalmente emocional. Sólo existe un vínculo afectivo.
- Principalmente sexual. Se da el vínculo sexual.
- Involucramiento combinado. El vínculo es tanto afectivo como sexual.

Esta es la clasificación general más comúnmente aceptada.

Sin embargo, Glass y Wright (1992) elaboraron una investigación, en la cual querían verificar la aparición de estos tres factores en la presencia de las relaciones extradiádicas, y encontraron que, en vez de tres, existían cuatro factores o dimensiones que explicaban el 74% de su varianza en cuanto a las justificaciones que daban para tener las relaciones extradiádicas: la dimensión sexual; la dimensión emocional la encontraron diferenciada en

dos factores (emocional y de amor), y, finalmente, una cuarta dimensión extrínseca. Estas dimensiones se explican a continuación:

- Dimensión sexual. Incluye la excitación sexual, curiosidad sexual, novedad o variedad y disfrute sexual con un miembro ajeno a la pareja formal.
- Dimensión emocional. Incluye razones que parecen reflejar aspectos de una cercana amistad, tales como intereses intelectuales similares, compañía, comprensión, respeto y fortalecimiento de la autoestima.
- Dimensión de amor. Comprende la justificación de obtener amor, afecto. En general, enamorarse.
- Dimensión extrínseca. Incluye aspectos tales como la búsqueda de un avance profesional o de venganza.

Argumentan también, estos autores, que no sólo se da la presencia de uno sólo, sino que se puede dar una combinación de estas 4 dimensiones. La división que encontraron del aspecto emocional, y de hecho, la diferenciación que hacen de la intimidad emocional respecto de la de amor es importante, ya que dan una explicación de cómo una relación de amistad puede tornarse o producir una relación extradiádica. En este sentido comentan que:

"... cuando una persona aprueba una intimidad emocional en una amistad de sexos opuestos, también están de acuerdo que razones sexuales o de enamoramiento, son justificaciones válidas para una relación extramarital, con lo que, la probabilidad de un involucramiento extramarital concreto ha sido potencializado. Una amistad emocionalmente íntima que se sexualiza o transforma en amor romántico, ha cruzado un umbral crítico que separa la amistad de las relaciones extradiádicas " (p. 377).

Esto es, que los satisfactores que se obtienen de la relación de amistad, tales como el ser escuchado, comprendido y apoyado, provocan una reacción en el otro, de tal forma que una

relación extradiádica se justifica puesto que estas situaciones motivan a tenerlas, y no es tanto un enamoramiento, pues en realidad son estas cosas las que la provocan; mientras que al enamorarse, se involucran ya otros aspectos tales como la obtención de afecto y amor en sí mismo.

Hasta aquí, se han descrito clasificaciones que preponderaban una parte de las características de las relaciones extradiádicas: los componentes sexual y afectivo. Lawson (1988), realiza otra clasificación, en donde en vez de estas, enfatiza en el conocimiento y/o consentimiento de la pareja en cuanto a las relaciones extradiádicas, que él llama aventuras (affairs), y distingue tres tipos:

- **Aventura Paralela.** Aquí, la aventura es conocida por el miembro de la relación formal, y es tácitamente condonado, dispensado, tolerado.
- **Aventura Tradicional.** Esta no es conocida por el miembro de la relación formal por lo que sería una violación al acuerdo marital.
- **Aventuras Recreacionales.** Son generalmente encontrados en los matrimonios abiertos. Aquí se invita a personas adicionales a la cama marital, de forma comúnmente consensada, lo que no provoca violación alguna de cualquier acuerdo tácito de la pareja.

Atwood y Seifer (1997), por su parte, también consideran que las relaciones extradiádicas pueden ser:

- **Unilaterales.** Sólo un miembro de la pareja principal está involucrado en una o más relaciones extradiádicas.
- **Bilaterales.** Ambos miembros de la pareja principal, están involucrados en una o más relaciones extradiádicas.

Humprey (1987, cit. en Lusterman, 1995) realiza una clasificación en la cual empieza a tomar en cuenta más aspectos que caracterizan a las relaciones extradiádicas y como un intento de resumir las distintas facetas observadas. Categoriza los tipos de relaciones extradiádicas por los siguientes criterios:

- Tiempo.
- Grado de involucramiento emocional.
- Con relaciones sexuales o abstinencia.
- Secreta o descubierta.
- Relación extradiádica uni o bilateral.
- Heterosexual u homosexual.

Lusterman (1995) coincide con esta clasificación y además agrega un criterio más: número de parejas sexuales. Tomando en cuenta esta clasificación, una relación extradiádica tiene un componente descrito en cada una de estas dimensiones. Por ejemplo, una persona que haya asistido a un baile sin su pareja y haya tenido una relación extradiádica, ésta se puede encuadrar con las características de: tiempo corto, sin involucramiento emocional, con contacto sexual-coital, hecha de manera secreta por sólo un miembro de la pareja y realizado con una pareja heterosexual durante una sola ocasión. Lusterman (1995) comenta también que, durante el tratamiento, la tercer parte se vuelve un "objeto de transición" en la vida de la persona que mantiene una relación extradiádica cuyo propósito es hacer que se dé cuenta si su relación formal puede ser mejorada o terminada.

Finalmente, Brown (1991, 1999), presenta una clasificación distinta a las demás, pues con base en su trabajo en la práctica de la psicología clínica, desarrolla cinco tipos, cada uno de ellos con características específicas en tiempo, número de parejas sexuales, grado de intimidad sexual y/o emocional, etc.:

- Aventura (affair) del matrimonio evita conflictos. Parece que marcha todo sobre ruedas, con tal de no enfrentar el odio, resentimiento y en general evita todos los conflictos. Para no entrar en ellos, prefieren resolver las carencias a través de otra pareja, pero sin romper la formal.
- Aventura (affair) del matrimonio evita intimidad. Con el afán de impedir un acercamiento sobre cuestiones íntimas, permanecen continuamente en conflictos, por lo que cualquier acercamiento termina en pelea.

- Aventura (affair) para los adictos sexuales. La pareja busca sexo de manera compulsiva para eliminar carencias de afecto, compañía, autoestima, etc.
- Aventura (affair) de nido vacío. El amor e interés de continuar la pareja ha quedado ya muerto, pero no se atreven a separarse y viven como pareja en una vida ya sin interés en el compartir mutuo.
- Aventura (affair) fuera de la puerta o de salida. Revela un matrimonio que ya está muerto, en donde las relaciones extradiádicas fungen como pretexto para terminar dicha relación.

Las clasificaciones revisadas surgieron de la investigación que sobre la prevalencia del fenómeno se ha hecho, y también como parte de la búsqueda de causas, consecuencias o correlatos a los que se han asociado las relaciones extradiádicas. Para profundizar más en el estudio de este fenómeno, es necesario que también se tenga una perspectiva de la dinámica del fenómeno, es decir, de los fenómenos o situaciones que le anteceden y suceden, llámense causas y consecuencias o correlatos, y que esta información sea una herramienta más que nos lleve a entender el porqué y para qué de las relaciones extradiádicas y, sobre todo, el cómo trabajar con ella en la práctica profesional.

Como se verá en el siguiente capítulo, los efectos de las relaciones extradiádicas pueden ser en pro o en terminación de la relación formal. Tiene una variedad de componentes asociados y, dentro de éstos, los más aceptados y tomados en cuenta para distinguirla son los componentes sexual, emocional y la combinación de éstos. Los demás aspectos que la distinguen son: duración, secreta o no, uni o bilateral, homo o heterosexual y número de parejas sexuales.

## **CAPÍTULO V**

### **CAUSAS O RELACIONES Y CONSECUENCIAS O EFECTOS DE LAS RELACIONES EXTRADIÁDICAS**

#### **CAUSAS O RELACIONES**

Existen muchas teorías que intentan explicar el fenómeno de las relaciones extradiádicas y que adjudican su existencia tanto a aspectos de la relación de la pareja, de la historia del individuo, hasta situaciones del contexto o de género.

Para iniciar, Thompson (1984) habla sobre la existencia de dos teorías generales acerca de las causas de las relaciones extradiádicas:

**Teoría del déficit.** Es el aspecto que más comúnmente se maneja. Refiere que la relación extradiádica se da como una búsqueda de la satisfacción de necesidades no satisfechas en la pareja o en el propio individuo.

**Teoría del crecimiento personal.** Refiere que pueden no existir déficits en la relación de pareja o en el individuo; sin embargo, se presenta la relación extradiádica como un intento de sentirse sexualmente atractivo, explorar nuevos tipo de parejas, variedad sexual, entre otros aspectos.

Desde aquí comienza la controversia, pues la mayoría de los autores suponen una carencia como la que provoca que la relación extradiádica se dé, mientras otros indican que es una situación hasta cierto punto normal, dada la naturaleza poligámica del ser humano y que la monogamia ha sido culturalmente impuesta.

Ellis (1986, cit. en Hernández-Rossette, 2000), concuerda con este aspecto, pues afirma que el ser humano tiene necesidad de la variedad sexual, puesto que la monogamia es un

elemento culturalmente impuesto, y, por ende, puede haber personas "sanas" que amen y tengan relaciones sexuales con más de una persona.

Aquí, el punto de vista de Goldstein (1988, cit. en Montano y Neria, 1994) es de notarse, pues indica que las relaciones extradiádicas debieran tomarse como un evento normal, ya que los sujetos tienen la capacidad de elegir y discernir sobre sus parejas, así como también sobre su sexualidad. Claro que para ello, se agregaría que debiera de haber un consentimiento por ambos miembros de la pareja para que en el consenso se eviten consecuencias problemáticas para la misma pareja.

Sin embargo, Silverstein (1998) habla de que una persona con una excesiva necesidad de validación, resultado de inseguridad o depresión, puede buscar en una relación extradiádica satisfacer estas carencias, sin importan cuán positivo o amoroso sea su pareja principal. Asimismo, para Boylan (1972, cit. en Hernández-Rosette, 2000), las relaciones extradiádicas surgen por la incapacidad de la pareja para comunicar lo que cada uno quiere.

Como se ha visto, ambas posturas tienen autores e investigaciones a favor y en contra, pero antes de ahondar sobre los partidarios de cada una de estas posturas, es conveniente aclarar que se deben obtener más datos para apoyar una u otra postura, pues, coincidiendo con lo que comentan Glass y Wright (1992), los psicólogos clínicos han ignorado los descubrimientos de la investigación empírica y han generalizado el origen de las relaciones extradiádicas de matrimonios infelices o individuos emocionalmente estresados, soslayando datos que pudieran utilizarse para dar orden a este aspecto. Para no incurrir en el mismo error, es necesario retomar los datos expresados en el capítulo anterior, de la prevalencia, para señalar cómo han influido para la explicación del origen de las relaciones extradiádicas.

#### CONTEXTO, RELACIÓN DE PAREJA, DIFERENCIAS PERSONALES Y SEXO.

Tal como lo comenta Thompson (1983), se han hecho diferentes esfuerzos para investigar y abordar el fenómeno de las relaciones extradiádicas y precisamente para hacer una

clasificación que encuadre estos distintos esfuerzos, el mismo Thompson hace una clasificación de 4 aspectos generales ampliamente relacionados a este fenómeno: ambiente social o contexto, características de la relación, características propias del individuo y, diferencias por sexo y género. Esta clasificación resulta útil pues se logra dar un orden a las teorías, hipótesis y explicaciones, fruto de la investigación empírica, que se han hecho en torno a este fenómeno, por lo que a continuación se revisan cada uno de estos rubros.

#### AMBIENTE SOCIAL O CONTEXTO

Los factores asociados con las relaciones extradiádicas son el estatus ocupacional, nivel educativo, residencia urbana-rural, etnicidad, empleo de la pareja, edad, religión, orientación política y experiencia premarital, las cuales en mayor o menor grado, están relacionadas con la ocurrencia de las relaciones extradiádicas.

Williamson (1977, cit. en Montano y Neria, 1994) menciona que las relaciones extradiádicas tienen que ver también con el sentido de propiedad, que varía según la cultura, y afirma que resultan ser una vivencia en la cual se experimentan emociones que ya se habían perdido con la pareja.

El contexto social comúnmente juega un importante rol en promover el involucramiento sexual extradiádico, por ejemplo amistades del sexo opuesto pueden constituir una oportunidad poderosa para aventuras sexuales. Atwater (1982, cit. en Buunk y Dijkstra, 2000) encontró que, entre muchas mujeres el involucramiento extradiádico evolucionó gradualmente del proceso de desarrollar amistades íntimas. Este dato soporta la dimensión de amor que encontraron Glass y Wright (1992). También este dato es consistente con el de Wiggins y Lederel (1984, cit. en Buunk y Dijkstra, 2000) de que aquellos trabajadores que tuvieron relaciones extradiádicas con compañeros de trabajo tuvieron matrimonios más felices que los que tuvieron estas relaciones con otras personas tales como vecinos o extraños. A este respecto, Humprey (1983, cit. en Atwood y Seifer, 1997) habla del síndrome de la "taza de café", que establece que las relaciones extradiádicas resultan comúnmente de atracciones que son inicialmente bastante inocentes y asexuales, que

pueden iniciar con una salida a tomar una taza de café, y explica: dos personas, ambas casadas con otras personas, comienzan a relajarse alrededor de salidas a tomar café, por mencionar un ejemplo, ya sea porque trabajen en el mismo lugar o frecuenten el mismo sitio, y con el tiempo desarrollan en hábito de reunirse de manera regular y compartir más y más detalles de su vida y de sus sentimientos, y desarrollan la dependencia a estas "charlas de café". Finalmente, comenta Humprey, el "sexo mágico" entra como un siguiente nivel de involucramiento: "simplemente pasó".

De cualquier forma, muchos teóricos aseveran que el ambiente social no influencia la tendencia de una persona para tener una relación extradiádica (Brown, 1991), o por lo menos, su peso no es significativo comparado con otros aspectos tales como la relación de pareja o las características propias de cada miembro (Thompson, 1983).

#### RELACIÓN DE LA PAREJA

Involucrarse en relaciones extradiádicas no solo está relacionado a las características personales sino también a las características de la relación. Está ampliamente asumido entre los clínicos que este fenómeno se da primariamente por problemas en la relación formal.

Se han asociado factores tales como la estructura dominante de la diada, tipo de matrimonio, duración, historia de divorcio, número y edad de los hijos, intentos previos de abandonar a la pareja, satisfacción marital, romanticismo, frecuencia y calidad de los intercambios sexuales y tiempo y espacio fuera de la pareja; todas ellas asociadas con un modelo de déficit, es decir, mientras más déficits o baja estimación se tenga de la relación, ya sea de forma explícita o implícita, se hipotetiza que esto promueve o sostiene la relación extradiádica. Aunque Neubeck y Sheltzer (1962, cit. en Thompson, 1983), no encontraron relación entre satisfacción marital y la incidencia de sexualidad extradiádica, Thompson considera que la satisfacción marital y la coital son las dos variables que más intervienen en el surgimiento de las relaciones extradiádicas. En México, parece ser que la insatisfacción en la relación formal sí puede ser un factor que origine, al menos en parte, las relaciones extradiádicas (Casas et al., 1986).

## CARACTERÍSTICAS PERSONALES.

Las variables que más se han asociado a este aspecto para la ocurrencia de las relaciones extradiádicas son: la percepción del deseo que otros tienen por involucrarse con uno, justificaciones para involucrarse, enajenación/sensación de soledad, oportunidades percibidas de tener un involucramiento, conocimiento de que otro se ha involucrado, percibir que la actividad sexual es separable del amor y déficits en la personalidad, como baja autoestima, necesidad de validación, impulsividad, etc. (p.e. Buunk, 1980; Gerstel, 1979; Maykovich, 1975; Whitehurst, 1969, todos cit. en Thompson, 1983).

Buunk y Dijkstra (2000) comentan que existe evidencia de que los individuos que se involucran en una relación extradiádica comúnmente están caracterizados por bajos niveles de salud mental, llámese baja autoestima, dependencia, impulsividad, etc.

Como se logra apreciar, los aspectos estudiados en las características del individuo también soportan la idea del origen de las relaciones extradiádicas por déficits o carencias en uno o ambos miembros de la pareja.

## SEXO.

Se han obtenido numerosas diferencias en cuanto a sexo y género asociados a las relaciones extradiádicas, por lo que también se han sugerido diferentes causas para su surgimiento, mantenimiento o conclusión; de entre las cuales la que más ha resonado ha sido que los hombres buscan más las relaciones extradiádicas por causas de insatisfacción sexual, mientras que las mujeres lo hacen por motivos de carencias emotivas o amorosas (Brown, 1991; Glass y Wright, 1992; Thompson, 1983).

Aquí también es preponderante el dato obtenido por Pick et al. (1988) de que en México, el hombre tiene un soporte cultural para tener las relaciones extradiádicas y que exista una mayor aceptación de las mujeres para que así sea.

Ya que se han revisado los distintos datos obtenidos de la investigación empírica, también es importante revisar las teorías, que tanto psicólogos clínicos como sociales han desarrollado para explicar a las relaciones extradiádicas.

## TEORÍAS

Kinsey (1953) explica que las relaciones extradiádicas se deben a una búsqueda de variedad en la experiencia, situación más favorecida en los hombres y añade que los seres humanos, desde el punto de vista biológico, son polígamos y, culturalmente, son monógamos, y lo valida al señalar que los monos, toros y otros animales llegan a aburrirse de la cópula si la realizan con un solo compañero, mientras que si se copula con otras hembras se renueva el vigor sexual. En este sentido, Hernández-Rossette (2000) comenta que el deseo de lo novedoso y variado es inherente al ser humano y que la necesidad de mantener una relación monogámica es más una necesidad culturalmente impuesta que humana.

Elbaum (1981) comenta que las relaciones extradiádicas han sido consideradas una violación de las normas judeo-cristianas y que el tabú contra este tipo de relaciones probablemente se originó para proteger la integridad biológica y económica de la familia. Asimismo, comenta que la supervivencia económica depende de una unidad familiar cercanamente unida y las actividades sexuales indiscriminadas crean conflicto y contribuyen a esparcir enfermedades venéreas. Según Elbaum, la necesidad de validación que está ausente en el matrimonio es una causa común del coito extradiádico y algunas relaciones extradiádicas buscan afecto y confort de algún otro significativo. Finalmente, explica que un individuo que tiene muchas de estas relaciones podría tener dificultad con la intimidad y vulnerabilidad, temas que se implican en una relación estable.

Los 4 tipos de relaciones extradiádicas referidos por Glass y Wright (1992) también participan como causas que justifican el tener dichas relaciones, esto es, una relación extradiádica sexual busca novedad sexual, excitación y curiosidad; una de intimidad emocional busca el compartir intereses intelectuales, comprensión, compañía y respeto; aquella que se define como dimensión de amor, busca recibir amor, afecto y enamorarse y;

finalmente, la motivación extrínseca incluye razones tales como buscar un crecimiento profesional.

Silverstein (1998) ofrece desde su punto de vista psicoanalítico, diferentes hipótesis que identifican las causas de las relaciones extradiádicas. Comenta que algunos individuos tienen el síndrome "madona-prostituta" o su equivalente femenino, en donde el ser amado es una pura, dulce e inocente madona y el sexo es sucio, sólo para tenerlo con prostitutas, por lo que buscan las relaciones sexuales fuera de la relación formal. También comenta que la transferencia en el matrimonio puede guiar a ver a la pareja principal como la madre, padre o hermano (a) y su deseo sexual sea inhibido a causa de este pensamiento incestuoso, provoque rebelión o resentimiento que impida tener relaciones sexuales con la pareja principal y se busquen éstas fuera de la pareja. Otra hipótesis que maneja es que las relaciones extradiádicas son una defensa (muchas veces, inconsciente) en contra de la vulnerabilidad, miedo al abandono, rechazo, hundimiento, sofocación o sentimientos de inadecuación, que guían a tenerlas como una alternativa a estos sentimientos dolorosos, con lo que se actúa en vez de hablar o sentir, para mitigar o retardar dicho dolor. Finalmente, explica que tanto hombres como mujeres pueden ser estimulados por el sexo ilícito: violar una prohibición hace a la relación extradiádica atractiva y ofrece una estimulación erótica para mucha gente ("la fruta prohibida sabe mejor") y lo que es más, añade, las nuevas relaciones ofrecen más excitación que las que ya llevan un rato, con lo que se ve que la gente confunde intimidad con intensidad.

Siguiendo con la postura psicoanalítica, las relaciones extradiádicas son consideradas como una forma de comportamiento neurótico que se observa en personas infelices e inmaduras; la persona involucrada en una aventura necesita al amante para reforzar su pobre autoconcepto (Hernández-Rossette, 2000).

Para Streaan (1986, cit. en Hernández-Rossette, 2000) el involucrarse en relaciones extradiádicas, indica la inmadurez e incapacidad del individuo, de entregarse emocional y sexualmente a su pareja.

Dattilio y Padesky (1990), cuyo enfoque se basa en el modelo cognitivo, comentan que una razón usual por la que la gente tiene relaciones extradiádicas es porque están insatisfechos con su relación presente y sienten que las posibilidades de cambio son nulas o como un medio para evitar algún reto vital que no ha podido superar el individuo.

Nichols (1988), por su lado, considera que existen diferentes causas o significados del irrumpimiento de una relación extradiádica en la relación formal:

- Un intento para calentar un matrimonio frío. No hay deseo de abandonar el matrimonio, pero la pareja que tuvo la relación extradiádica desea que se conozca como un intento de demostrar que hay insatisfacción y que se responda con más interés y pasión en la relación.
- Una probadita de lo que hay fuera del matrimonio. Los individuos que están en conflicto por su matrimonio algunas veces comienzan a explorar algunas alternativas inciertas, acerca de si desean estar en la relación o irse para lo cual toman a las relaciones extradiádicas como pruebas.
- Un intento para hacer el matrimonio tolerable. Algunos individuos no desean y/o no intentan terminar su matrimonio, por diversas razones, pero no sienten que esta relación llegue a ser completa por lo que buscan una relación extradiádica como complemento.
- Un puente fuera del matrimonio. Esto significa que las personas que no están satisfechas en el matrimonio buscan otra relación como prevención para que, cuando la primer relación termine por problemas internos, no lleguen a estar solos.

Todas estas divisiones que hace Nichols (1988) tienen la presunción de que existen problemas dentro de la relación.

Por otra parte, la mayoría de los teóricos de la terapia familiar sistémica ven que los problemas familiares resultan al menos de la forma en que sus miembros se relacionan y no

por la conducta de una sola persona; por lo que las relaciones extradiádicas no ocurren en un vacío, sino que son usualmente una función de la relación marital o de pareja, aunque una historia familiar de estas relaciones y las dinámicas de la personalidad son factores contribuyentes.

Watzlawick (1974, cit. en Elbaum, 1981) introduce el término de colusión para explicar un fenómeno que se produce en los sistemas familiares y que también explica el surgimiento, mantenimiento o conclusión de las relaciones extradiádicas. La colusión implica que se da una cooperación, ya sea en un nivel encubierto o público, para mantener los patrones familiares en operación, principio que ciertamente puede ser aplicado a las relaciones extradiádicas, esto es, que hay una reciprocidad en la relación formal que motiva su uso como una solución alternativa para los conflictos de la pareja.

Para Brown (1991), terapeuta sistémica, las relaciones extradiádicas están atadas de forma intrincada a los patrones de la familia de origen, es decir, los patrones de evitación, seducción, secreto o traición observados en la familia de origen pueden hacer que en la futura pareja se desarrollen estas relaciones cuando se presente algún problema; además de la influencia de la misma relación de pareja. Para Brown, en muchas de las ocasiones se usan las relaciones extradiádicas para cerrar espacios vacíos.

Buunk y Dijkstra (2000) hacen una descripción de tres teorías que consideran particularmente relevantes, y que se robustecen por una gran cantidad de investigaciones, para entender las condiciones bajo las cuales las relaciones extradiádicas ocurren: la Teoría del Apego, la Teoría del Intercambio Social e Interdependencia y la Teoría de la Psicología Evolucionista.

#### TEORÍA DEL APEGO

De acuerdo a esta teoría, dependiendo de las diferencias en las respuestas de las niñeras o cuidadoras hacia las necesidades de los niños, éstos desarrollarán un estilo de apego seguro caracterizado por sentirse confortables y capaces de desarrollar intimidad y confianza en los

demás, o bien lo contrario, un estilo de apego inseguro que evita la intimidad y compañía y se basa en la dependencia. Esta teoría inicialmente se desarrolló para explicar las relaciones entre padres e hijos, pero también ha sido aplicada eficazmente a las relaciones entre adultos. La teoría del apego predice que individuos seguramente apegados buscarán relaciones de compromiso a largo plazo, caracterizadas por la fidelidad y confianza, mientras que individuos con estilo de apego inseguro desarrollarán relaciones menos estables, con mayor probabilidad de involucrarse en relaciones extradiádicas (Feeney, Noller y Roberts, 2000; Hazan y Schaver, 1987; Miller y Fishkin, 1997, todos cit. en Buunk y Dijkstra, 2000).

#### TEORÍA DEL INTERCAMBIO SOCIAL E INTERDEPENDENCIA

Esta teoría asume que los individuos forman y continúan sus relaciones con base en la reciprocidad en costos y recompensas. Por lo tanto, las relaciones son más satisfactorias y estables cuando los resultados para cada pareja tanto en costos como recompensas son más o menos iguales. Sin embargo, en el transcurso de la relación sus miembros se vuelven dependientes el uno del otro. Ellos desarrollan habilidades para controlar e influir en los resultados. Dichos resultados de ambos miembros se entrelazan, y experiencias positivas de uno pueden vicariamente volverse recompensas para el otro ("soy feliz porque tú eres feliz"). De acuerdo a Rusbult (1983, cit. en Buunk y Dijkstra, 2000), el compromiso es la representación subjetiva de la dependencia, basado en una alta satisfacción, inversiones irre recuperables y alternativas de baja calidad. El compromiso consiste en un sentimiento de apego psicológico a la pareja acompañado de un deseo de mantener la relación; por lo tanto, no podría esperarse que en general, la reciprocidad pueda generar un rol cuando los individuos contemplan un involucramiento en relaciones extradiádicas y cuando son confrontados ante este hecho realizado por sus parejas ("si tú lo haces, yo también"). Un alto nivel de dependencia y compromiso será acompañado por un deseo mayor de preservar la calidad y estabilidad de la relación actual y, por ende, habrá una menor inclinación para involucrarse en una relación extradiádica. También se ha visto que las mujeres que se sienten tanto supra como infra beneficiadas en su relación, tienen relativamente más fuertes deseos de involucrarse en una relación extradiádica, mientras que entre los hombres, ni la

fuerza de los deseos sexuales extradiádicos ni la frecuencia de los mismos está relacionado al grado de reciprocidad en su relación formal (Prins, Buunk y Van Yperen, 1992, cit. en Buunk y Dijkstra, 2000). Las relaciones sexuales extradiádicas son particularmente probables que se presenten en una relación caracterizada por una baja dependencia y un bajo compromiso (Buunk, 1980, cit. en Buunk y Dijkstra, 2000).

Rusbult (1989, cit. en Buunk y Dijkstra, 2000) también encontró que aquellas personas con un bajo compromiso están más abiertas a contactar miembros atractivos del sexo opuesto, mientras que aquellas con alto compromiso tienden a derogar dichos encuentros.

#### PSICOLOGÍA EVOLUCIONISTA

Esta perspectiva está ampliamente basada en las teorías neodarwinistas y en la biología evolucionista. Se asume que en los días presentes los humanos están caracterizados por un complejo set de mecanismos mentales que evolucionaron y promovieron el éxito reproductivo desde tiempos ancestrales. El ser humano ha resultado exitoso en el ámbito reproductivo (comparado con otros primates) y para lograrlo, el vínculo de la pareja fue fundamental. Las relaciones extradiádicas llegaron a ser una amenaza potencial de este vínculo. Sin embargo, para las hembras invertir en una relación de largo plazo es virtualmente una necesidad para producir descendencia que sobreviva, mientras que para el hombre esto no era importante pues requería invertir mínimamente, sólo un acto de relación coital. Como consecuencia, el hombre habría evolucionado hacia una mayor tendencia que las mujeres para ser abiertos al sexo casual extradiádico, en relaciones de pareja de corto plazo (Buss, 1994; Symons, 1979, ambos cit. en Buunk y Dijkstra, 2000). Los psicólogos evolucionistas comentan que la sexualidad extradiádica podría haber tenido también beneficios reproductivos considerables para las mujeres. Primero, las mujeres pudieron tener relaciones sexuales con varios hombres para crear confusión sobre quién era el padre de la descendencia y así elicitar la inversión de recursos de varios de ellos. Segundo, al igual que se ha observado entre aves que escogen parejas de largo plazo, las mujeres tenían que hacer un compromiso entre los genes del hombre y su deseabilidad para invertir. Esto es, que mujeres casadas con hombres de estatus y riquezas bajos parece que buscaban

mayores oportunidades de involucrarse en relaciones sexuales extradiádicas, supuestamente para incrementar la calidad de su descendencia (Baker, 1996, cit. en Buunk y Dijkstra, 2000). Debido a esta tendencia femenina, los hombres han enfrentado, en el curso de la evolución, el riesgo de que, sin saberlo, inviertan fuertemente en la descendencia de otro hombre sin transmitir sus propio genes: por lo tanto, es fácil de entender porque los hombres han desarrollado una tendencia a reducir las oportunidades de relaciones extradiádicas en sus parejas al ser posesivos y emplear tanto tiempo con sus parejas como sea posible, exhibiendo celos y amenazas a sus parejas con consecuencias indeseables por si quisieran tener relaciones extradiádicas, aunque esto constituyera sólo un único acto sexual (Buunk y Dijkstra, 2000).

La teoría evolucionista sugiere que la inclinación a involucrarse en sexo extradiádico entre hombres está más sexualmente motivado y que las mujeres estarían más inclinadas a ello cuando su relación formal ya no las satisface y buscan nuevas parejas que ofrezcan mayor soporte y protección.

Hasta aquí se revisaron diferentes posturas que adjudican las relaciones extradiádicas a causas diversas, ahora es necesario saber cuáles son los efectos que tiene este fenómeno sobre la persona, la relación de pareja y la sociedad misma.

## **CONSECUENCIAS O EFECTOS**

Las relaciones extradiádicas frecuentemente tienen un alto potencial de recompensas y pueden, al menos temporalmente, sobrepasar a la relación formal en términos de excitación sexual, crecimiento personal, autodescubrimiento y comunicación. Sin embargo, tales aspectos positivos son ensombrecidos por problemas emocionales y prácticos, acompañados de que, mantener una relación secreta incluye varios esfuerzos extra, tales como tener un lugar privado para los encuentros y todo el arsenal de conductas que provoquen dicha furtividad. Un problema adicional que afrontan los individuos que se involucra en dichas relaciones puede ser el involucramiento desigual que se puede dar, pues una relación extradiádica no implica fuertes compromisos, además de que se sabe poco de

la estabilidad de las relaciones extradiádicas. Hurlbert (1992, cit. en Buunk y Dijkstra, 2000) encontró que las relaciones extradiádicas duraban más cuando tenían un alto índice de amor, cuando los miembros de la relación se habían conocido uno al otro largo rato antes de iniciar esta relación y cuando tenían más actitudes positivas hacia el sexo.

Las relaciones sexuales extradiádicas la mayor parte de las ocasiones constituyen una seria amenaza a la relación formal. Sin embargo, hay opiniones encontradas sobre si sus efectos son positivos o negativos. Por supuesto tales reclamos pueden ser racionalizados desde el punto de vista de la persona que las tiene, pues una separación o divorcio puede ser benéfica o no, según lo perciba la pareja formal. No obstante, es interesante revisar los resultados que han obtenido los investigadores y clínicos al respecto.

Aunque algunos investigadores han reportado efectos positivos de las relaciones extradiádicas (p.e. Weil, 1975. cit. en Boekhout et al., 1999), la mayoría han encontrado consecuencias negativas. Thompson (1984), encontró que incluso aquellas personas que habían tenido relaciones extradiádicas, creían que tales involucramientos se dan en detrimento de la relación formal, especialmente en aquellas en donde el involucramiento era tanto emocional como sexual. En otro estudio (Charney y Parnass, 1995, cit. en Boekhout et al., 1999), una muestra de terapeutas comentó que el 34% de sus casos termina en divorcio y un adicional 50% de los casos eran relaciones que tenían deficiencias o estaban en considerable estrés, y aunque algunos matrimonios mantienen una relación positiva, los terapeutas reportan que el mayor impacto de la relación extradiádica era bastante dañina para el miembro de la pareja primaria que la descubrió, siendo el área más afectada la de la auto-imagen y la confianza sexual y personal. Boekhout et al. (1999) también comentan que el miembro de la relación formal que descubre la relación extradiádica, experimenta pérdida de confianza y pertenencia hacia su pareja, sentimientos de abandono y coraje y una incrementante necesidad de abandonarla.

Otra consecuencia de las relaciones extradiádicas tiene que ver con la transmisión de enfermedades venéreas. Datos de una investigación nacional hecha en Estados Unidos (Boekhout et al., 1999) muestra que menos del 12% de aquellos involucrados en relaciones

sexuales extradiádicas usaban siempre condones tanto en estas como con su pareja primaria, por lo que constituye una consecuencia de gran impacto epidemiológico debido a la probabilidad de transmisión de enfermedades venéreas (incluyendo al SIDA).

También es consecuencia de gran impacto cuando, producto de esta relación extradiádica, nace un hijo. Este hijo llega a ser un constante recordatorio de la transgresión y, comúnmente, es una víctima inocente inculpada de los problemas familiares.

Cuevas (1992, cit. en Montano y Neria, 1994) comenta que como factores desfavorables de las relaciones extradiádicas tenemos: duplicación de esfuerzos de todo tipo, embarazos no deseados, enfermedades venéreas y el divorcio.

Silverstein (1998), por su parte, comenta que hay ocasionalmente, motivaciones sanas para la interacción sexual fuera de la relación formal y da el ejemplo de una pareja donde un miembro está permanentemente discapacitado, incapaz o indispuesto para proveer interacción sexual o sensual y el otro miembro decide seguir unidos y, comenta que éste, que es el "miembro más funcional", puede decidir buscar fuera el soporte emocional, físico o financiero que no obtiene de la relación primaria.

Boturini (1989, cit. en Hernández-Rossette, 2000) comenta que muchos hombres y mujeres casados han descubierto que la relación extradiádica señaló el comienzo de una vida conyugal mejor, los problemas que antes se desatendían, se plantearon y corrigieron y la cooperación y comunicación aumentó. También comenta Boturini que libera a la pareja del tedio y el aburrimiento y disminuye la propensión al conflicto, siempre y cuando se mantenga en equilibrio.

Lake y Hills (1980), Neubeck (1969) y Shope (1975, todos cit. en Hernández-Rossette, 2000) también señalan que las relaciones extradiádicas también pueden tener una función positiva dentro del matrimonio, convirtiéndose en un complemento de la relación marital o como una válvula de seguridad necesaria para preservar a las parejas de las presiones

culturales excesivas, siendo este beneficio palpable en aquellas parejas donde existe aburrimiento, separación temporal o tendencia al conflicto.

Cuevas (1992, cit. en Montano y Neria, 1994) señala como factores favorables de la relación extradiádica: que es un aliciente y provoca un nuevo estado de gozo en el cónyuge que lo vivencia, libera la sensación de apatía y soledad, revaloriza la autoestima y da un despertar a la vida sexual.

Como se pudo apreciar, los investigadores han encontrado tanto efectos positivos como negativos con la presencia de las relaciones extradiádicas, que pueden delimitar la forma en que se elaboran y aplican los tratamientos. Sin embargo, sobre el tipo de tratamiento, existen también controversias en aspectos tales como el manejo de los celos, la confidencialidad que pide la pareja sobre revelar o no la relación extradiádica, si se debe terminar la relación extradiádica por lo menos mientras se da la terapia, cuando la pareja se separa y cuando hay probabilidad de violencia. Es por eso que, antes de ir directamente a revisar los diferentes modelos desarrollados en el tratamiento de este fenómeno, es necesario revisar las soluciones intentadas a estos aspectos, que sin lugar a dudas, son los temas que más polémica y dificultad pueden producir en los investigadores y clínicos.

## **CAPÍTULO VI**

### **FACTORES QUE INCIDEN EN EL TRATAMIENTO DE LAS RELACIONES EXTRADIÁDICAS.**

Este capítulo de temas especiales en el manejo de las relaciones extradiádicas se desarrolló por separado debido a que presentan puntos bastante controversiales y de trascendencia para los actores involucrados, por lo que, antes de pasar de lleno a los tratamientos desarrollados para el manejo de las relaciones extradiádicas, se muestran las posturas de los distintos autores al respecto y ya con estos datos como precedente, se pueda abordar cada uno de los tratamientos planteados. Con base en la revisión bibliográfica hecha, se observó que los temas que más controversia y dificultad en su intervención presentaban, eran los siguientes:

1. CONFIDENCIALIDAD DEL SECRETO DE LA RELACION EXTRADIÁDICA
2. TERMINAR O CONTINUAR CON LA SEGUNDA RELACIÓN
3. CELOS Y SU MANEJO
4. SEPARACIÓN O DIVORCIO
5. VIOLENCIA.

#### **CONFIDENCIALIDAD DEL SECRETO DE LA RELACION EXTRADIÁDICA.**

Como lo comenta Silverstein (1998), cuando hay secretos en la relación (sobre todo, el de una relación extradiádica), se complica el tratamiento en la terapia de pareja, por lo que esta autora considera como una tarea de los terapeutas maritales y de pareja descubrir las agendas ocultas y qué es lo que está sucediendo para que esta relación permanezca y se mantenga oculta y así identificar su función, antes de empezar a cuestionarnos si se debe revelar o no. Huelga decir que esta decisión, la de revelar la relación, como todas las demás que puedan suscitarse, debe ser tomada por los miembros de la pareja y no por el terapeuta. Elbaum (1981) también acuerda el identificar la función de la relación extradiádica antes que nada. Él considera que si el terapeuta no es capaz de identificar que

una relación extradiádica está oculta e impactando a la relación formal y bloqueando el tratamiento, puede perder el control de las sesiones y el tratamiento resultante llegue a ser negativo o inútil. Brown (1991) comenta en este sentido, que es necesario haber desarrollado un buen rapport para que la persona se sienta en confianza de revelarnos su secreto, y que si hasta el momento no lo ha hecho, pero se tiene la sospecha de que existe tal, sólo hasta que se tenga suficiente información para confrontar al individuo, el terapeuta puede solicitar una cita individual para indagar directamente al respecto.

Trabajar sobre la importancia de que la relación extradiádica sea descubierta o no y el papel que juega el terapeuta en no participar como cómplice en guardar el secreto y que no se coluda con uno de los miembros de la pareja, es fundamental. En este sentido hay todo un debate sobre su abordamiento, pues mientras que Ellis y Dryden (1989) sugieren que se acepte que los secretos sean develados en una sesión individual, aún con la petición de que no sean descubiertos, para tener la información de qué es lo que realmente le aqueja a la persona, Nichols (1988), por el contrario, explica que si se puede aceptar que se revele el secreto al terapeuta, pero se le debe advertir que su descubrimiento ante el otro miembro durante la terapia quedará a juicio de dicho terapeuta y así se deja a la persona la decisión de revelarla o no, bajo esas condiciones. Masters y Johnson (1970, cit. en Thompson, 1984) rechazan dar tratamiento en donde haya información que no pueda ser compartida.

Scharff (1978, cit. en Thompson, 1984) provee un interesante argumento en pro de la revelación de los secretos al otro miembro de la pareja (incluyendo la existencia de una relación extradiádica). Comenta que el descubrimiento pone a la pareja en una igualdad de información; compartir detalles puede ser interpretado como un gesto para intentar volver a comprometerse en la relación, o al menos, para decidir sobre el futuro de la misma; los terapeutas que aconsejan en contra de compartir detalles sobre la relación extradiádica, agrega, deben asegurarse que el miembro que está menos informado no tenga una desventaja de poder en virtud de la información que le es encubierta.

Vaughan (1998) manifiesta que la revelación de la relación extradiádica no es una simple cuestión de decir o no decir, sino que hay que preguntarnos el porqué, cuándo y cómo,

puesto que hacerlo de esta forma puede traer mayores beneficios en cómo la pareja afronte su descubrimiento. También explica que, revelarlo por voluntad propia no aligera el dolor producido, pero sí permite un grado de preparación que pueda reducir el dolor de haberlo descubierto de otra forma y que la persona, al decir que tiene otra relación, tome la responsabilidad de realizar acciones que tiendan a mejorar la relación formal, ya sea en su seguimiento o en su terminación. A este respecto, Brown (1991), terapeuta sistémico, contraindica el develamiento de la relación sólo para tres condiciones: cuando hay peligro de violencia física, cuando sea un motivo en contra en la separación legal o cuando el compañero padece de una discapacidad por lo cual se ha decidido continuar la relación formal. Este autor también comenta que mantener secretos en la relación provoca mucha angustia en el compañero, puede dividir a la familia en los que sí saben de los que no saben de la existencia de la relación extradiádica y, como para mantenerla en secreto requiere de un encadenamiento sucesivo de mentiras, con el tiempo la comunicación se ve afectada en otras áreas, por lo que el sujeto debe estar muy consciente de las consecuencias que acarreará el revelar o no este secreto. También explica que, cuando en una sesión individual, el miembro de la pareja le revela el secreto de su relación extradiádica al terapeuta y le pide que no lo revele, en realidad tiene ideas ambiguas sobre lo que desea, pues de lo contrario no lo hubiera revelado él mismo y subraya que se tiene que rechazar tal petición, puesto que si se acepta, se crearía una alianza y el proceso terapéutico se volvería deshonesto.

Para Dattilio y Padesky (1990), terapeutas cognitivos, el tema no encierra tanta controversia, pues como la decisión la toma en última instancia la persona, más bien se enfocan a ayudar a la persona a decidirse, a través de indagar qué significado tiene la relación extradiádica para él (ella), de qué manera ayuda o perjudica si se revela su existencia y qué pasos se tienen que dar para que la pareja tenga una sólida base de confianza.

También otra polémica que surge en la utilidad de revelar relaciones extradiádicas ocultas es cuando ésta ya tiene tiempo de haber ocurrido y finalizado. Nichols (1988) comenta que para decidir al respecto, se debe analizar qué se ganaría al revelar a la pareja una relación

que ya no existe, pero que existió y cuáles son los daños para este miembro si se descubre tal situación. Mientras que Martin (1976) y Sprenkle y Weiss (1978, ambos cit. en Thompson, 1984) piensan que es contraproducente revelar conductas ya pasadas, que ya no existen o afectan en el presente.

Lusterman (1995), terapeuta sistémico, se cuestiona sobre los límites de la intervención del terapeuta cuando se da esta situación de relación extradiádica encubierta: Si el terapeuta comienza a sospechar que uno de los compañeros(as) está involucrado en una aventura y que provoca que la relación se mantenga en una posición estancada, ¿existe una responsabilidad en el terapeuta para sacar el tema en el tratamiento?, ¿Cuáles son los límites de la confidencialidad?, entre otras preguntas.

Este mismo autor establece una estrategia para permitir un mejor rapport en el individuo cuando asiste a terapia individual. Le señala al sujeto que, como la orientación en su tipo de intervención es hacia los sistemas, las sesiones individuales pueden requerir de sesiones conjuntas con la pareja, pero que "todo lo que sea discutido en una sesión individual será considerado como confidencial. Si usted desea discutirlo con otros, puede hacerlo, pero yo no iniciaré el tema" (pp. 268). Todas estas acciones, dice Lusterman, crean una situación de información consensada, en la que el paciente está libre de examinar la aproximación terapéutica y hacer preguntas que considere relevantes. También permite que el paciente tome la decisión de terminar con la intervención por el miedo a las posibles consecuencias. Si acuden ambos miembros de manera conjunta a terapia, aconseja que se den, intercaladamente, sesiones individuales, para que se explore la posibilidad de que se haya iniciado o se mantenga una relación extradiádica. En caso de que así sea, se le pregunta al sujeto si esta información ha sido compartida con su pareja y se le asegura que la información dada de manera directa por él no será revelada en sesiones individuales con el otro miembro, pero se le aclara que si su pareja tiene sospechas propias, el terapeuta las explorará, tal como se explorarían con cualquier otro paciente dudoso de una relación extradiádica. Lusterman ha visto que la mayoría de sus pacientes aceptan esta información y continúan la terapia (pp. 268).

Cuando, por resultado del análisis, se ha decidido revelar la relación extradiádica, Brown (1991) sugiere que se haga en la casa, pero también puede hacerse en un lugar donde haya control de emociones como un lugar público o incluso durante la terapia, donde el terapeuta no lo revelará directamente, sino que su función será apoyar a la persona a descubrirla por sí misma. Se tiene que ser directo e ir al grano desde el inicio de la conversación. Si el sujeto ha decidido revelarla en la consulta, explica el autor, desde el inicio se debe abordar el tema, pidiendo que otros temas emergentes sean tratados para posteriores ocasiones, dada la preponderancia del tema que ahora les compete. El hacer esto permite que el compañero que la revelará, no divague y se decida a develar su secreto, además de dejar el resto de la sesión para trabajar sobre este descubrimiento.

#### TERMINAR O CONTINUAR CON LA SEGUNDA RELACIÓN

El que el sujeto haya decidido continuar con la relación extradiádica también ha traído polémica en la línea que seguirá el tratamiento, pues mientras la mayoría de los autores consideran como requisito indispensable que haya una moratoria en ella, para poder seguir con la terapia conjunta de la pareja formal (Lusterman, 1995; Brown, 1991; Nichols, 1988; Elbaum, 1981), otros consideran que esto no debe afectar en absoluto, sino por el contrario, esta segunda relación puede dar más información sobre su función en la relación formal (Marret, 1990) e incluso que podría ser útil, y posible, traer a la tercera parte a las sesiones con la pareja (siempre que no implique riesgos de violencia) para poder examinar con más detalle el triángulo: compañero-compañero-tercera parte (Nichols, 1988).

Para explicar un poco más a detalle las posturas de los autores para no dar terapia conjunta cuando se mantiene la relación extradiádica, Nichols (1988) comenta que sería una falta de ética y, en el mejor de los casos, inequitativo, continuar tratando a una pareja mientras se acuerda con uno de sus miembros de ocultar información acerca de la otra relación existente, pues hacerlo provocaría una colusión con ese miembro, lo cual haría nuestra postura carente de neutralidad. Elbaum (1981) es más específico, pues le solicita al miembro que tiene la relación extradiádica, que rompa todo contacto con ella por cinco semanas si desea que la terapia conjunta continúe. En caso de que rechace esta solicitud,

Elbaum informa a la pareja en la siguiente sesión conjunta, que las sesiones ahora se harán de forma individual. Brown (1991) coincide con estas acciones y comenta que si el otro miembro de la relación inquiriere el porqué de esa decisión, sólo se diga: "Pregúntele a su pareja" o "Su pareja ha tomado una decisión que me hace imposible seguir atendiéndolos de manera conjunta" sin explicar más para no develar el secreto y sugiere que ambos miembros se canalicen a diferentes terapeutas, para así evitar el impacto que podría sufrir el miembro de la pareja al enterarse de que su terapeuta hacía tiempo que sabía de la relación extradiádica y no la reveló.

Al contrario de Brown (1991), Lusterman (1995) sí propone un contrato terapéutico para ver a la pareja de manera separada cuando el compañero(a) que tiene la relación extradiádica se rehusa a tener una moratoria en esta relación. Este autor ha visto que esto da como resultado la movilización de ansiedad en ambos miembros de la pareja, y ayuda a que se rompa la conspiración del silencio, ya sea porque se revela el hecho o porque el miembro que desconoce la relación extradiádica reta directamente a su pareja. Si se pregunta el porqué de tener la terapia separados, se recuerda la cláusula de confidencialidad, en la que se acordó que no se revelaría ninguna información que saliera de la terapia individual. Explica que la pareja que tiene dicha relación se vuelve muy ansiosa de que no se dé la terapia de manera conjunta pues teme que el terapeuta la revele, por lo cual el terapeuta deberá comentarle que tal situación no se presentará pero que en caso de que el otro miembro sospeche de ella, se le pedirá que revise las pistas o datos que lo incitan a pensar en ello, "tal como se haría para cualquier otro paciente que sospechara de una aventura" (pp. 265). Finalmente, Lusterman enfatiza que no inicia ninguna terapia conjunta cuando un compañero(a) mantiene dos relaciones sin que establezca una moratoria, ni está de acuerdo en reunirse con la tercer parte.

ESTA TESIS NO SALE  
DE LA BIBLIOTECA

Marret (1990) terapeuta sistémico, está en desacuerdo con el punto de vista de los anteriores autores, pues considera de valiosa información los datos que pueda arrojar la relación extradiádica. No llega a ver a la tercera parte, sino que su intervención la realiza sólo con los miembros de la relación formal. No le dice a la persona que tiene la otra relación que la suspenda temporalmente, pero tampoco menciona que se tenga que

descubrir para poder tratarla. Sólo menciona el supuesto de que cuando esta segunda relación ya es conocida por ambos miembros y no se ha querido finalizar, se puede trabajar dilucidando la función que tiene de cercanía o alejamiento con respecto de la relación formal y así, verificar si esta última se tiene que acercar o alejar, para que supla la función que tiene la segunda relación y deje de ser necesaria su existencia. Nichols (1988) refuerza este punto de vista y señala que no se debe terminar abruptamente con la relación extradiádica hasta que la relación formal no esté lista para el cambio.

Sea cual sea la postura que tenga el terapeuta sobre solicitar que se suspenda la relación extradiádica temporalmente o se trabaje con ella, el terapeuta debe ser muy claro con los miembros de la pareja sobre este aspecto para evitar posteriores complicaciones del tratamiento. Ahora bien, revisemos las circunstancias especiales que se manifiestan en otro aspecto que surge con las relaciones extradiádicas: los celos.

## CELOS

Los celos son comunes en muchas crisis de pareja. Francis (1977, en Thompson, 1984; p. 243) encontró que los celos de los hombres se asocian principalmente con el involucramiento sexual de su pareja con un tercero y la comparación con ese rival. Las mujeres, por otro lado, tienden a relacionar sus celos con una pérdida más general de su pareja. Ambas situaciones inciden en la autoestima y autoconcepto de la pareja.

Lusterman (1995) explica que se ha etiquetado de manera errónea a los celos cuando surgen en una relación extradiádica, pues la han confundido con los celos patológicos. Comenta que una pareja con "celos patológicos" o celotipia tiene una larga historia de explosiones de celos no provocadas, que de ser el caso de la pareja en crisis, se debe trabajar este aspecto por separado en la persona que lo presente, pero si no hay historia previa de esta situación, se debe entender que el descubridor de la relación extradiádica tiene una "reacción traumática que puede, comprensiblemente, incluir algunos celos reactivos" (pp. 263). Es por eso que los celos que surjan después del descubrimiento de dicha relación, no deben considerarse como celotípicos, sino como una reacción ante la crisis que está viviendo la

pareja y, agrega que, los celos patológicos muestran algún desorden de personalidad paranoide, mientras que la suspicacia y los celos del descubridor son reactivos, más parecidos al resultado de un estrés postraumático.

Lusterman enfatiza la necesidad de un correcto diagnóstico que describa la reacción a la relación extradiádica descubierta (similar a un trastorno por estrés postraumático), por lo cual propone un formato similar al del Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales (DSM, por sus siglas en inglés), y el cual se transcribe a continuación:

*A: El evento estresante es el descubrimiento de la infidelidad marital prolongada (PMI) cuando la "víctima" cree que se mantiene el contrato monogámico.*

*B: El evento traumático es persistentemente revivificado en al menos una de las siguientes formas:*

- (1) Angustiantes recolecciones, recurrentes e intrusivas, del evento y de las mentiras que la "víctima" comienza a notar y que precedieron al momento del descubrimiento.*
- (2) Sueños angustiantes recurrentes.*
- (3) Sentimientos o actos repentinos de como si el evento traumático fuera repetitivo, con particular énfasis en las mentiras que precedieron el descubrimiento.*

*C: Rumiación obsesiva acerca de la aventura, su descubrimiento y los antecedentes de la aventura, combinado con intentos de detener dichas rumiaciones obsesivas. Es también caracterizada por una alternada sensación de alejamiento de la pareja, seguida de explosiones de gran necesidad de cercanía y tranquilidad. Hay generalmente un presentimiento de que el matrimonio terminará, a pesar de tener garantías de lo contrario*

*D: Síntomas persistentes de incremento de excitación (no presentes antes del trauma), que es indicada por al menos dos de los siguientes aspectos:*

- (1) Dificultad para dormir o para mantenerse dormido.*
- (2) Irritabilidad o explosiones de odio.*
- (3) Dificultad para concentrarse.*
- (4) Hipervigilancia.*
- (5) Respuesta exagerada de sobresalto.*
- (6) Reacción fisiológica ante la exposición a eventos que se parecen o simbolizan un aspecto del evento traumático (p.e. ser incapaz de ver un programa de televisión o una película que hable de la infidelidad).*

Por otro lado, Thompson (1984) explica que las reacciones de celos que surgen del conocimiento de los detalles de una relación extradiádica son mejor manejados en dos niveles: uno afectivo, donde los consejeros faciliten la expresión de los celos como una liberación del trastorno emocional; y uno cognitivo, donde los celos pueden ser relacionados al sistema de comunicación de la pareja, y agrega que si se usa como estrategia el tomar los celos de la pareja como absurdos o fingir que no se tienen provocará que se den ciclos continuos de los mismos.

Brown (1991), más que hablar de celos, habla de pensamientos obsesivos que funcionan como una forma de evitación de temas que la pareja no había deseado enfrentar en la relación y que el compañero(a) que los manifiesta aún no los quiere enfrentar. La autora comenta que como primer paso para superar esta fase de obsesión, se debe hacer una definición compartida del problema que, para que no sea hecha por el compañero herido, tiene que ser dirigida por el terapeuta y la pareja debe refinarla y compartirla, es decir, que ambos miembros estén identificados en su definición. El siguiente paso que sugiere es el de tomarse tiempo para reflexionar sobre las decisiones trascendentales que en ése momento desean hacer (como separarse) y no tomar decisiones apresuradas. También sugiere que se brinde soporte emocional, se restrinjan conductas destructivas y que, al descubrirse la

relación extradiádica, se dé toda la información al respecto, pues en caso de no hacerlo, se formarían minas de información no revelada, que explotaría en cualquier momento y que serían un factor que fomentara la permanencia de la obsesión.

## SEPARACIÓN O DIVORCIO

Cuando surge una relación extradiádica dentro de la relación formal, sin lugar a dudas trae consigo todo un cimbramiento de esta relación. El resultado que traiga consigo depende de la decisión que tome la pareja, ya sea continuar con la relación o bien terminarla con la separación o divorcio. La decisión que tome debe estar analizada con calma para evitar decisiones impulsivas, de las que se puedan arrepentir o que este sea un pretexto para no lidiar con situaciones difíciles (Vaughan, 1998). En el caso en que se decida la separación o divorcio, la ayuda de un especialista puede hacerla menos dolorosa. La intervención de un mediador ayuda a que se resuelvan temas tales como la tutela de los hijos, la pensión económica, entre otros, para que cuando lleguen a las instancias legales, el proceso tenga menos fricciones.

Lo que se tiene que considerar también es que más vale que la pareja postergue la decisión de separación o divorcio hasta que se tenga más control sobre las emociones y se hayan discutido los temas subyacentes a la separación y así poder decidir de forma más racional (Brown, 1991; Vaughan, 1998).

Cuando se produce una relación extradiádica, es común que un miembro de la pareja primaria tenga más interés en terminar la relación formal (ya sea el que la descubrió o el que la tuvo), mientras que el otro se muestra más reacio a tomar esta decisión. En estos casos, Dattilio y Padesky (1990) sugieren que se puede trabajar con el individuo que desea terminar la relación para tratar de comprender sus razones y analizar si existen creencias distorsionadas, tales como la desesperanza de poder mejorar la relación. Al decidir separarse, otras creencias pueden emerger en la pareja. La parte abandonada puede tener miedos reales sobre temas tales como las finanzas, la custodia de los niños y pueden surgir ideas de dependencia tales como: "no podré seguir adelante sin esa persona" o "debo tener

algo malo". Estos autores comentan que se deben someter a prueba estas creencias para hacerlas más "reales", con preguntas tales como: "¿en qué otros momentos de su vida pudo actuar eficazmente sin la ayuda de su pareja?", "¿qué personas usted considera que son atractivas y agradables pero no elegiría para una relación romántica?". También explican que el miembro que deja la relación puede tener creencias que hagan su separación más dolorosa, tales como sentirse culpable de provocar tanto dolor por querer irse y que es el responsable de desaparecer dicho dolor. Para trabajar con estas creencias, los autores sugieren que se examine y se busque algún aprendizaje de este proceso ("¿hay algún comportamiento o actitud que sería bueno cambiar?"), que se hable sobre el dolor sufrido y su utilidad en el proceso y/o se analicen las razones por las cuales se decidió dejar la relación, con el fin de reconocer que ambas partes comparten la responsabilidad de dicha decisión. Dattilio y Padesky (1990) explican que, ayudar a ambos miembros de la pareja a examinar estas y otras actitudes que se desencadenan cuando una relación finaliza, puede aumentar la probabilidad de que sean capaces de hablarse de forma directa de ciertos temas y problemas pendientes y así se reevalúe si la relación debe seguir o terminar definitivamente.

Finalmente, estos autores comentan que cuando ambos miembros de la pareja principal llegan a terapia ya con la decisión de separarse, el terapeuta puede ayudarlos a este proceso, después de una breve evaluación de las razones que tuvieron para tomar la decisión, sin que esto signifique que su intento sea que la pareja cambie de parecer. En esto hay que estar muy claro, la pareja es quien toma la decisión y no el terapeuta.

Brown (1991), terapeuta con enfoque sistémico, comenta que la relación extradiádica es el pretexto que se ha buscado para terminar la relación formal y no la causa y que el acudir a terapia puede ser un intento por parte de quien se va, de justificar que, a pesar de buscar ayuda no se pudo mantener la relación y, para el miembro que no quiere terminar, que el terapeuta convenza a la otra parte de no irse. Brown sugiere que cuando ya se ha decidido la separación, se vea inicialmente a ambos miembros para que así puedan decirse el uno al otro sus emociones y se preparen para otros temas y recomienda que el tratamiento conjunto se haga por un corto periodo de tiempo y se busque la canalización a un proceso

de mediación, para que arreglen temas de implicaciones legales. Desafortunadamente, el trabajo de mediación está apenas iniciándose en el país, por lo que es difícil encontrar los espacios a los que se les pueda canalizar. Mientras se ve a la pareja, Brown aconseja que el trabajo se debe centrar en enfrentarlos a la realidad de que su relación está terminando, ayudarlos a poner atención al dolor y tristeza que ambos sienten por terminar una relación que les fue tan importante y facilitar que puedan hablar sobre lo que sienten de ver que sus planes sean truncados, pues el reconocimiento del dolor, comenta Brown, es el paso previo para la superación de este proceso y alcanzar así el posible perdón. También explica que un miembro puede tener ideas obsesivas sobre la relación extradiádica, como una forma de negar la propia responsabilidad del rompimiento y mantenerse, a través del coraje de estas ideas, alejado del dolor lo más posible. Ante esto pide que a dicho miembro se le aliente a expresar también su molestia, sin culpar al otro miembro, es decir, a manifestar y centrarse en el odio que está sintiendo (“¡Estoy muy molesto con todo esto!”, “¡Estoy que me lleva el diablo!”) sin dirigir al otro el inculpamiento de la situación (“¡Mandaste todo al diablo!”, “¡Me destruiste la vida!”), pues así, se tocan las emociones por las que está pasando y se aleja de la obsesión: al trabajar sobre su propia molestia, se puede pasar al dolor que está sintiendo, y así, como lo manifiesta el autor, se allane el camino a la superación de la crisis y a una búsqueda del perdón. Finalmente, Brown comenta que al trabajar con el coraje que tiene uno de los miembros en una situación controlada, se disminuyen las probabilidades de violencia. Este dato puede ser soportado por la investigación hecha por Mc Cullough y Worthington (1977, cit. en Hernández-Rossette, 2000) sobre el perdón en las relaciones interpersonales cercanas, donde encontraron que el perdón inhibe respuestas agresivas y permite a las personas comportarse constructivamente con quienes le ofendieron.

## VIOLENCIA

Aún cuando aquí se intentan dar algunos puntos básicos cuando hay riesgo de que se presente violencia en la pareja, es importante que el profesional que va a orientarla, busque mayor información sobre la dinámica especial de las relaciones de violencia y cómo manejarla, para que cuente con los recursos necesarios y suficientes para hacer una intervención adecuada, pues debe tener una buena preparación para identificar cuando hay

probabilidades de que uno o varios actores del fenómeno estén en peligro y actúe de manera preventiva.

Con el fenómeno de las relaciones extradiádicas, la ira que desencadena por su descubrimiento puede llegar a niveles muy peligrosos con la presencia o riesgos de violencia física, por lo que, cuando llega a niveles muy elevados, tal como lo comenta Dattilio y Padesky (1990), se requiere una atención especializada, anteponiéndose la seguridad personal de ambos miembros de la pareja a la terapia. Algunas veces la separación física es la única garantía de seguridad en la pareja y deber ser recomendada. Sin embargo hay que aclarar el concepto de violencia física que tiene la pareja, pues algunos consideran que los gritos pueden ser considerados como tal y otros que las cachetadas no lo son; para que así no caigamos en los excesos, pues si bien se trata de evitar daño físico, esto no debe ser tomado como pretexto para evadir los problemas que hay que enfrentar en la relación cuando un miembro decide alejarse por seguridad propia.

Cuando se ha confirmado el riesgo de violencia física, el terapeuta puede ayudar a explorar opciones para garantizar la seguridad del miembro amenazado, p.e. vivir temporalmente con una hermana, acudir a alguna asociación civil en contra de la violencia o, en su caso, solicitar ayuda legal y judicial.

Dattilio y Padesky (1990) manifiestan que la terapia cognitiva es de mucha ayuda para trabajar con personas violentas. El terapeuta puede ayudar al miembro violento a ver que sí tiene alternativas de control de sus actos violentos, con preguntas como "¿Qué haría si de repente se pusiera furioso y tuviera un oficial de policía parado justo a su lado?" o "¿Qué ha hecho usted cuando se ha puesto furioso con otras personas?". Estos autores también comentan que, al igual que los miembros violentos tienen creencias sobre sus actos violentos, también las personas que son golpeadas en una relación pueden tener creencias que las mantienen dentro del ciclo de violencia y dan argumentos que podrían evidenciar este hecho: "Yo lo hice enojar", "Él no es así siempre", "Me prometió que va a cambiar".

Dattilio y Padesky (1990) sugieren que aquellas personas con alto riesgo de violencia asistan a terapia individual para ayudarles a evaluar este tipo de creencias y aprendan estrategias para reducir los riesgos y que, de ser necesario, vivan separados hasta que ambos miembros estén lo suficientemente fuera de la crisis como para trabajar en sus problemas mutuos, bajo el mismo techo y sin riesgo. Brown (1999) comenta que no sólo porque una persona nunca ha sido violenta no significa que no lo llegue a ser al descubrir la relación extradiádica, por lo que sugiere que se debe revisar el potencial de violencia existente, a través de la identificación de factores situacionales (ausencia de soporte social, accesibilidad a armas, que se descubra la relación extradiádica anexada a otro evento crítico, como perder el trabajo, etc.) y de personalidad (baja autoestima, impulsividad, tener una historia de violencia física, abuso de sustancias, entre otras) y se tomen las precauciones necesarias para prevenir o minimizar cualquier duda de que algún miembro de la pareja está en peligro.

Beck (1988, cit en Dattilio y Padesky, 1990) desarrolló un modelo cognitivo de la ira donde sugiere que el dolor y el miedo subyacen a la mayor parte de las respuestas de rabia o ira, por lo que el terapeuta puede ayudar a cada uno de los miembros de la pareja a identificar el dolor y el miedo subyacente por medio de preguntas (p.e. "¿Qué significa esto para usted?") y enseñando a la pareja a hacer este tipo de preguntas cuando la ira aparezca o se sientan furiosos, para que aprendan a identificar y controlar el dolor y el miedo en cualquier momento. Así, concluye, al expresar el dolor y el temor, el conflicto puede ser reemplazado por la mutua comprensión, apoyo y resolución de los problemas.

Bachman (1994, cit. en Brown, 1999) comenta que la violencia ocurre más seguido entre aquellos que se conocen que entre extraños y de forma especial en contra de la mujer. Explica que la violencia es una posibilidad para cualquier miembro involucrado en una relación extradiádica, pues el odio que desencadena su descubrimiento provoca fantasías de tortura contra la pareja o el tercero involucrado, fantasías que en algunos casos se llevan a la realidad. Brown comenta que el odio surge de sentimientos de abandono y humillación, que han sido asociados a violencia extrema.

Este último autor, con base en su experiencia clínica en el trabajo sobre este problema, da unas estrategias para prevenirla, ya sea por los miembros de la pareja primaria o por el tercero en escena:

- *Prevención de la violencia por parte del miembro de la pareja principal involucrado en la relación extradiádica.* Ser honesto y hacerse responsable de lo que se hizo; no acusar al compañero(a) de haber motivado que se buscara otra relación; “No restregar la relación extradiádica en la cara del compañero(a)”; reconocer que el miembro de la pareja primaria está muy dolido(a) y molesto(a); no tratar de arreglar, explicar o justificar la relación extradiádica al compañero(a); no comparar a los miembros de las dos relaciones; respetar y no insultar al compañero(a) y, alejar las armas lo más posible.
- *Prevención de la violencia por parte de la tercera persona con quien se tuvo la relación extradiádica.* No hablar a la casa de la pareja; no contactar al compañero(a) de la persona con quien se tiene la relación y si él (ella) fue quien buscó primero, tratar de ser respetuoso(a), tomar la responsabilidad del rol que se jugó, finalizar cualquier discusión y, considerar dar una pausa a la relación extradiádica.
- *Prevención de la violencia por parte del miembro de la pareja principal no involucrado en la relación extradiádica.* Si se está a punto de perder control y volverse violento(a), buscar ayuda de inmediato (llamar a un amigo, al terapeuta, etc.), recordar que hay que responsabilizarse de cualquier acción que se necesite para no perder el control; alejarse de las situaciones que le desencadenan coraje; si se da cuenta de que está “rumiando” qué actos violentos podría hacer, cambiar de inmediato la situación (llamar a un amigo, salir a caminar, etc.) para interrumpir ese pensamiento obsesivo (técnica de detención del pensamiento); si se sabe de antemano que se tiene un problema de control de impulsos, acudir de inmediato con un terapeuta; evitar el abuso de sustancias, alejarse de las armas y, recordarse a sí mismo que lastimarse o lastimar a otros no resolverá el problema.

Estos consejos los proporciona Brown (1999) para situaciones en las que aún no se ha presentado la violencia, pues: “son acciones que se toman para lograr la seguridad propia antes de una situación crítica. Una vez que ya se está en peligro, las opciones se limitan enormemente” (pp. 74). Pero en aquellas situaciones en las que ya se encuentra la violencia presente, sugiere que se actúe de la siguiente manera: si se puede, abandonar de inmediato el lugar y buscar ayuda; no intentar quitarle el arma a una persona enfurecida; no discutir con una persona enfurecida, mejor repita en un tono neutral de voz lo que la otra persona dice (p.e. si el sujeto violento dice “¡eres basura!”, repetir en tono calmado “piensas que soy basura”), para que con ello se le haga ver que es escuchado y que no se le contradice; no pedir a la persona enfurecida que justifique su coraje o pruebe nada ni decir que no es el momento para discutirlo, más útil resulta ratificar lo que la persona dice; no intentar persuadir a la persona enfurecida de renunciar a su odio, mejor intente mantenerla hablando con el fin de ganar tiempo. Brown explica que, cuando se está enfurecido, se gasta mucha energía, por lo que el nivel de furia decrecerá y así, cuando la persona baje de su pico más alto de furia, se puede intentar calmarlo y buscar inmediatamente ayuda profesional.

Ya después de haber revisado con la importancia debida estos aspectos especiales que se presentan en el tratamiento de las relaciones extradiádicas, en el siguiente capítulo se abordarán los modelos que, desde distintos enfoques psicológicos, se han desarrollado para enfrentar los problemas de pareja y, en especial, del tema que nos interesa.

## **CAPÍTULO VII**

### **ALGUNAS INTERVENCIONES TERAPÉUTICAS MARITALES Y DE PAREJA**

Tras haber dado la información previa para allanar el camino en la comprensión del complejo fenómeno de las relaciones extradiádicas, ahora se hará un recuento de algunas intervenciones desarrolladas en especial sobre este fenómeno. Sin embargo, tal como lo comenta Marret (1990), existen muy pocos modelos en el campo de la terapia marital, de pareja y familiar que asesoren sobre este asunto, no así los modelos desarrollados para enfrentar de forma generalizada los problemas que se presentan en la pareja, matrimonio o familia, de los cuales hay una gran variedad. Es por eso que, como un intento de brindar más opciones y cubrir los huecos dejados por la carencia de modelos específicos, en el presente capítulo también se mencionarán algunos modelos de terapia de pareja que podrían ser utilizados en el tratamiento de las relaciones extradiádicas. Se mostrarán, de forma general, los modelos de los enfoques que más han aportado al campo de la terapia de pareja: psicoanálisis, terapia sistémica y terapia cognitiva y conductual, para pasar a revisar los modelos en específico que se han desarrollado para este tema y, finalmente, algunos modelos desarrollados o aplicados en México, para terapia de pareja en general.

#### **DIFERENTES APROXIMACIONES EN TERAPIA DE PAREJA**

Antes de entrar de lleno a los tratamientos, cabe hacer unas anotaciones al respecto: Brehm (1992) comenta que, con base en la revisión que se ha hecho sobre la efectividad en la pareja, sus resultados son, en promedio, modestamente exitosos, donde sobresale la mejoría en habilidades de comunicación como la que tiene cambios más persistentes. También menciona que se ha visto que una pequeña proporción de parejas han sufrido efectos negativos de los programas a los que se les ha sometido, por lo que sugiere que antes de aplicarlos, se haga una evaluación del estado en el que se presentan, para así referirlos al que más se adecúe a ellos. Finalmente, explica que los programas pueden asesorar a muchas parejas a desarrollar una mejor relación, pero no pueden crear por sí mismas la

felicidad in garantizar su durabilidad. Con estas aclaraciones, ahora comencemos a hablar sobre los tratamientos en sí.

Brehm (1992) comenta que los formatos que puede tomar la intervención que se hace con parejas son:

- Individual. Se trabaja con una sola persona sobre su relación de pareja.
- Colaborativa. Cada miembro de la pareja tiene su tratamiento con diferentes terapeutas o grupos de trabajo y éstos últimos intercambian información entre sí.
- Concurrente. Un mismo terapeuta o grupo de trabajo interviene por separado a cada uno de los miembros de la pareja, en sesiones individuales.
- Conjunta. Un terapeuta o grupo de trabajo interviene con ambos miembros de la pareja en la misma sesión.
- Grupos conjuntos. Un terapeuta o grupo de trabajo trabaja con un grupo de parejas.

Además de las diferentes formas en que se realiza la intervención, también existen diferentes enfoques teóricos en los que se ha enmarcado el tratamiento con parejas, de las cuales mencionaremos las que más sobresalen en este aspecto:

- Aproximaciones Psicodinámicas.

Los que trabajan desde una perspectiva psicodinámica con parejas, coinciden en tres proposiciones fundamentales (Brehm, 1992): los individuos frecuentemente actúan (acting out) sus conflictos inconscientes en la forma en que escogen a su pareja y en la interacción que se da dentro de ella; muchos de estos conflictos inconscientes se formaron de eventos que tuvieron lugar en la familia de origen de la persona y; el mayor objetivo terapéutico es que los individuos ganen insight sobre estos conflictos, para así entender por qué sienten y actúan de la forma en que lo hacen y tengan la oportunidad de decidir si quieren seguir haciéndolo igual o de forma distinta.

- Aproximaciones Sistémicas.

A pesar de existir una gran diversidad de modelos desarrollados en esta aproximación, existen algunos puntos en común. Para empezar, no perciben el problema como único de una persona, sino como una manifestación de la relación del sistema (familiar, de pareja, nuclear, etc.) que expresa a través de un "paciente designado" (Selvinni-Palazzoli, Boscolo, Cecchin y Prata, 1986) las formas en como el sistema ha sobrevivido como tal, con lo que el tratamiento no se centra en las personas, sino en sus relaciones. También este enfoque ha hecho un énfasis en el proceso de comunicación, al explicar que éste refleja cómo opera el sistema. Finalmente, el objetivo terapéutico mayor de esta aproximación es desestabilizar al sistema para que se puedan desarrollar relaciones más flexibles y útiles (Brehm, 1992).

- Aproximaciones Conductuales.

Aquí se define a un matrimonio (o pareja) disfuncional en términos de un bajo nivel de intercambio de reforzamientos entre sus partes, por lo que la Terapia Marital Conductual (TMC) intenta incrementar los niveles de reforzamiento positivo entre sus integrantes, así como disminuir los negativos y los castigos. Tal como lo comenta Brehm (1992), la TMC tiene muchas variantes, pero se pueden distinguir procedimientos comunes: 1) el terapeuta da instrucciones a la pareja para incrementar las conductas positivas que ellos mismos desean; 2) se enseñan habilidades de comunicación, negociación y solución de problemas y; 3) se trabaja a través de contratos terapéuticos, que proveen los lineamientos a los cuales se compromete la pareja para cumplirlos durante el tratamiento.

- Aproximaciones Cognoscitivas.

Uno de los mayores objetivos de estas aproximaciones es reemplazar creencias irracionales por otras más racionales. Esto se hace cuando el terapeuta ayuda a la pareja a darse cuenta de que ambos compañeros tienen expectativas y estándares irreales, que entiendan el daño que dichas creencias pueden causar y, que pueden desarrollar perspectivas más explícitas y

flexibles. Dos factores cognitivos que son comúnmente revisados en estas aproximaciones son las expectativas irreales y las atribuciones causales. Según Ellis y Harper (1961, cit. en Brehm, 1992) los problemas maritales (y de pareja) sobrevienen por expectativas irreales de la persona acerca de la perfección que debe tener su pareja, y que choca con la realidad de ese individuo. De las expectativas irreales más frecuentes que se pueden encontrar están: cualquier desacuerdo entre la pareja es destructivo, se tiene que saber lo que la pareja desea sin la necesidad de decírselo, las personas no cambian, el desempeño sexual debe ser perfecto y, hombres y mujeres son tan distintos que son difíciles los acuerdos en la pareja (Eidelson y Epstein, 1982, cit. en Brehm, 1992).

Ya que se revisaron los aspectos generales de los marcos teóricos que han desarrollado tratamientos para las parejas, ahora se hablará de los tratamientos específicos al fenómeno de las relaciones extradiádicas.

## MODELOS ESPECÍFICOS AL TRATAMIENTO DE LAS RELACIONES EXTRADIÁDICAS

Como ya se mencionó con anterioridad, son pocos los modelos desarrollados en específico para intervenir en las relaciones extradiádicas, que dada su complejidad y particularidad, ha provocado que algunos autores hayan cuestionado la utilidad de aplicar modelos generales de la terapia de pareja a este fenómeno y que, buscando una mayor eficiencia, hayan desarrollado (sobre todo, con base en su práctica clínica) modelos concretos para manejar esta problemática.

Se revisarán los modelos desarrollados por Brown (1991, 1999), Lusterman (1995), Atwood y Seifer (1997), Thompson (1984), Marret (1990) y también se mencionarán algunos temas y asuntos que otros autores han considerado necesario subrayar.

## MODELO DE BROWN

Como se revisó en el capítulo 4, Brown distingue 5 tipos de relaciones extradiádicas, cada una con características y motivadores especiales y menciona que la intervención se debe hacer específica a cada uno de ellos. Considera de gran importancia la influencia que tienen los patrones de la familia de origen y que, para la reconstrucción de la confianza en sí mismo y en la pareja, también se tiene que revisar cómo influyeron estos patrones para que se tuviera la relación extradiádica.

Cuando ya se ha decidido continuar con la pareja primaria, Brown explica que existen una especie de prerequisites para el trabajo de reconstrucción y son: que la relación extradiádica ya haya sido revelada y concluida y si, por circunstancias especiales (trabajo, vecindad) llegan a darse los contactos con la tercera parte, serán manejados de manera abierta con el compañero; también otros prerequisites son que persista la atracción y el deseo de cuidarse el uno al otro; que ambos se comprometan a trabajar en sí mismo y en la relación; sabiendo de antemano que será doloroso, que tomará tiempo y que no se garantiza cuál será el resultado. A continuación, se detalla más el trabajo que propone este autor, dependiendo del tipo de relación extradiádica que se tenga o haya tenido.

- Reconstrucción para las parejas evitadoras de conflictos.

Con la esperanza de ganar seguridad, la pareja ha construido su relación evitando todo posible conflicto y, como no se verbalizan pareciera que no existen tales problemas, con lo que se da una imagen de pareja perfecta, pero la aparición de la relación extradiádica salta a los ojos de la pareja de que sí existen problemas, los cuales hay que enfrentar. Es por eso que este es el primer paso en el tratamiento, que la pareja enfrente los problemas de su relación. Brown (1991) menciona como objetivos de trabajo: ayudar a la pareja a hablar sobre los temas que no se han atrevido a manejar, en un ambiente de apertura, honestidad y comunicación; reconstruir la confianza y, prepararlos para tomar una decisión pensada acerca de la viabilidad de su relación.

Si por alguna circunstancia se regresó con la relación extradiádica, o bien, nunca se terminó en realidad, la autora comenta que se debe concluir de forma directa pues el no hacerlo entorpecería el proceso de reconstrucción de la pareja primaria. Se debe cerrar esta otra relación no por teléfono ni por carta, sino en persona, para así evitar que no queden las cosas lo bastante esclarecidas. También comenta que esta reunión debe ser conocida por el otro miembro de la pareja y después de tenerla, se debe platicar abiertamente cómo fue que se dio.

Cuando el compañero que sufrió la transgresión insiste que haya un cambio de domicilio o de trabajo para evitar los contactos que pueda tener su pareja con la otra persona, debe verse este comportamiento como obsesivo y tratarse como tal (en el capítulo anterior se describe la forma en que lo trata Brown), pues el problema no es la tercera persona, sino la tambaleante relación. La relación extradiádica no es la causa, es el pretexto.

Durante este tratamiento, Brown explica que se debe revisar la familia de origen, para que la pareja reconozca las historias que se repiten en su vida, los patrones de comportamiento que tiene. También se le indica a la pareja que no todo el tiempo tiene que estar muy cerca de su compañero(a) y se le pide que distinga en qué ocasiones quiere estar más cerca o más lejos de él(ella). Finalmente, se enlistarán las tareas que se requieren hacer para reconstruir la confianza e intimidad: finalizar la relación extradiádica, aprender a reconocer sentimientos, separar diferencias entre sentimientos y conductas (el que esté molesto(a) contigo no significa que tenga que lastimarte), aprender a expresar los sentimientos a la pareja, responsabilizarse por compartirse mutuamente, aprender a establecer límites, compartir secretos, resolver temas no abordados, involucrarse en un nuevo cortejo con la pareja y, decidir sobre el futuro de la relación.

- Reconstrucción para las parejas evitadoras de intimidad.

Estas parejas evitan tener una intimidad emocional debido a que, según Brown, existen cicatrices de su infancia que les impiden tener sentimientos profundos hacia su pareja y por ello, al hablar sobre cualquier tema, fácilmente se termina en discusiones, por lo que para

poder intervenir, se debe de hacer que dichas discusiones sean manejables y no terminen en pleitos. Así que, el terapeuta debe trabajar sobre el control de impulsos de la pareja y dentro de ésta cae el que se trabaje para que los miembros de la pareja no tomen el control de la terapia con estas constantes discusiones. Cuando por fin se estén tocando temas que requieren de un cierto nivel de intimidad, no se deben apresurar otros temas, pues el miedo a este enfrentamiento tan súbito puede provocar que la pareja bloquee el tratamiento.

La mayor tarea que tiene el terapeuta es ayudar a la pareja a que se hable sobre sus sentimientos (dolor, miedo, odio, alegría) y fomentar que se hable sobre temas subyacentes e íntimos de manera paulatina.

- Reconstrucción para las parejas sexualmente adictas.

Brown comenta que el adicto sexual busca a través de las relaciones sexuales, llenar o sustituir sentimientos de vacío, soledad, vergüenza o baja autoestima, los cuales se inhiben o postergan durante la conquista de la siguiente pareja sexual, pero que, tras la excitación de conseguirla, viene la vergüenza y culpa por haberla tenido, pero tras un periodo relativamente corto, nuevamente surge la necesidad de llenar los vacíos, con lo que el proceso se repite. Comenta que la adicción sexual se da porque en la familia de origen se fue permisivo ante este hecho, donde se podía reemplazar sentimientos desagradables por periodos cortos de excitación sexual o por el contrario, se ejercía un control excesivo sobre la expresión de la sexualidad. La adicción sexual se entiende como la conducta sexual compulsiva sobre la cual se ha perdido el control, cuyas características son: la conducta es compulsiva, el adicto está frecuentemente preocupado por su conducta adictiva, la cual continúa a pesar de los costos personales, familiares y de trabajo; frecuentemente se da una gran cantidad de relaciones sexuales extradiádicas (una cada semana, cada vez que se sale de viaje, etc.), no hay involucramiento emocional con la pareja sexual y, la conducta sexual es secreta, lo que orilla a un aislamiento de la familia.

Brown considera como primer paso del tratamiento para este tipo de relaciones extradiádicas aceptar que la conducta está fuera de control. Manifiesta que ésta es una de

las adicciones más difíciles y establece unos elementos importantes para su intervención: romper con la negación o rechazo, identificar el ciclo adictivo y aprender a interrumpirlo, sentir y expresar dolor y odio, reconocer las necesidades propias y de qué forma satisfacerlas e involucrar a la familia en el tratamiento. Los objetivos principales para el adicto sexual son: detener la conducta sexual adictiva, reconocer sentimientos propios, establecer relaciones saludables con otros y excusarse con aquellas personas a las que se les lastimó con la conducta adictiva. Es probable que el otro compañero también necesite tratamiento para su co-dependencia.

- Reconstrucción para las parejas con relaciones extradiádicas de “nido vacío”.

Este tipo de parejas y familias están fundamentadas en la creencia de que las familias deben ser perfectas, cueste lo que cueste, y aquí se intenta aparentar esa perfección al evitar cualquier discusión entre los miembros. La relación extradiádica es el síntoma del miembro de la pareja que no soporta esta situación. Se busca a alguien más para aliviar la ansiedad y la desaprobación que se tiene de la relación formal, por lo cual se idealiza a la otra persona y se deposita todo el coraje en el miembro de la relación formal. Brown establece como objetivos del tratamiento el hablar con el miembro que tiene la relación extradiádica sobre los temas que se ven, tienen un fundamento en la familia de origen; que pueda expresar lo que realmente siente y no lo que debe sentir, trabajar sobre la angustia que esto genera, hasta que sea capaz de compartirse a sí mismo(a) sin intentar complacer lo que la otra persona quiere o desea.

- Reconstrucción para las parejas con relaciones extradiádicas de salida o “fuera de la puerta”

Brown explica que en este tipo de relaciones extradiádicas, el individuo ya ha tomado la decisión de separarse de su pareja formal, pero no puede o no quiere hacerse responsable de tomar esta decisión, por el gran peso del dolor o sufrimiento que conlleva para la otra persona, por lo que, al dejar pistas sobre su otra relación, propicia que su compañero(a) se entere de ella y sea quien tome la decisión de separarse.

Cuando todavía no se ha descubierto la relación extradiádica, pero ya se decidió finalizar la relación formal, el terapeuta tiene como objetivo ayudar a la persona a que exprese esta decisión y que lo haga lo antes posible. ¿Cómo se da cuenta el terapeuta de que el sujeto ya tomó esta decisión? Brown comenta que puede ser cuando la pareja muestra gran lejanía o desinterés en que la pareja salga adelante o cuando su lejanía es enormemente emocional.

En los casos en que la separación es el tema a trabajar, se recomienda revisar el capítulo anterior, en la sección que habla de separación o divorcio.

#### ▪ Perdón.

Brown (1991) considera la búsqueda del perdón como la última etapa en la superación de la relación extradiádica. Que resulta de confrontar y resolver los temas dolorosos que provocaron su aparición. El objetivo del perdón es lograr el bienestar emocional necesario para una relación más íntima o para una mejor separación. La autora comenta que muchas veces se intenta ya no hablar de la otra relación para asumir que ya se superó, o bien, exagerar en que se ha superado muy exitosamente, pero es necesario que la pareja hable abiertamente entre sí sobre ella, que no sea un fantasma o un tabú que no se vuelva a mencionar, porque de hacer esto, volverá a crearse una mina que explotaría tarde o temprano. Por lo que, antes de pasar a la etapa del perdón, se deben resolver todos los temas pendientes. Una técnica que sugiere la autora para prevenir que exista algún tema sin resolver es pedirle a los sujetos que identifiquen las formas en que podrían sabotear el trabajo, y así, al querer en algún momento intentarlo, serían evidenciados por esta confesión previa.

El perdón se solicita por ambos miembros de la pareja, por el papel que ambos desarrollaron para que se produjera la crisis. Perdonar al otro también implica perdonarse así mismo. La solicitud de perdón se hace de manera formal, en una sesión especial, en donde se evidencia el arrepentimiento por el rol jugado en la producción del dolor. El perdón puede ser acompañado de rituales que simbolicen el fin de dicho periodo doloroso,

el comienzo de un nuevo inicio o bien, ambos, y se les puede ayudar a pensar qué tipo de celebración les gustaría tener, qué símbolos ocuparían (objetos, ropa, lugares, fechas, etc.) y con qué personas les gustaría compartir dicho ritual. Con el perdón se da fin al proceso de reconstrucción de la confianza, para dar paso, según lo haya decidido la pareja, a un proceso de cierre y conclusión de la relación, mediación para divorcio, divorcio directo o entrenamiento para mejora de la pareja.

## INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA DE LUSTERMAN

El tratamiento desarrollado por Lusterman, está dividido en tres fases: Restauración de la confianza, Examinación de factores predisponentes y acercamiento. Como requisito para su intervención, establece la moratoria en la relación extradiádica.

### 1. Restauración de la confianza.

Se explora el trauma de la traición de la confianza para que así se inicie su restablecimiento; el sujeto que tuvo la relación extradiádica es motivado(a) a validar y dar soporte a su compañero(a) para que así supere esta posición y se preparen para analizar los factores que predispusieron que se presentara. El restablecimiento de la confianza es muchas veces, explica, complejo, pues periodos de nueva confianza incrementan los sentimientos de vulnerabilidad y esto puede provocar una hipervigilancia hacia el compañero(a), lo cual puede provocar en éste último mayor defensividad. Tal vez sea necesario volver a trabajar sobre este aspecto más adelante, incluso en la segunda fase del tratamiento o hasta en la tercera.

### 2. Examinación de factores predisponentes.

Tan luego el odio y desconfianza inicial disminuyan, el terapeuta puede ayudar a la pareja a revisar cómo era el matrimonio previo a la extrarrelación. Si hay una regresión a mantenerse hiperalerta y continuar obsesionado con una posible repetición de los actos

extradiádicos, se debe regresar a la fase 1. Un error en este sentido usualmente provoca la terminación de la terapia por parte de la pareja.

### 3. Acercamiento.

Lusterman enfatiza en que se construyan en la pareja, habilidades de auto descubrimiento y solución de problemas. En esta etapa, se espera que la pareja ya superó la etapa en que se inculpaban el uno al otro. Así que, aquí es donde deben considerarse si pueden continuar como un matrimonio exitoso o si deben moverse a la separación o al divorcio.

Lusterman explica que, cuando ambos miembros de la pareja se presentan, la primer sesión cuando la extrarrelación ya fue descubierta, es típicamente dolorosa y dramática. El descubridor está, por un lado furioso, y por el otro, desconsolado. El miembro que engañó parece estar más tranquilo(a) y se defiende con excusas para justificar la búsqueda de otra relación para llenar deficiencias en la relación. El coraje mostrado por el descubridor del engaño deriva no sólo de la violación de la intimidad, sino del constante mentir que inevitablemente lo acompaña.

El autor también manifiesta que el tratamiento se llega a complicar debido a que la pareja no asiste de inmediato a terapia tras haberse descubierto la extrarrelación sino que se tiene que enfrentar día a día con estímulos persistentes asociados a dicho evento, tales como: contacto diario con la pareja, continuar el contacto con el tercer involucrado, descubrimiento de pequeños pedazos de información que sostuvieron la relación, chismorreo de la comunidad, entre otros, que hacen que los pensamientos obsesivos, el dolor y odio, aumenten o persistan.

Lusterman (1995) manifiesta que pueden surgir durante el tratamiento dos preguntas frecuentes en la pareja que tuvo la relación extradiádica: "¿qué puedo hacer realmente para tranquilizar a mi pareja?", "¿Cómo puedo defenderme cuando mi pareja me está atacando?", a lo que comenta que existe una respuesta para estas dos preguntas: "La pareja en la posición de víctima (como él llama al miembro que sufrió la transgresión) requiere

reaseguramiento, en donde la sospecha y el miedo son comprensibles, por lo que la situación debe ser platicada tanto como sea necesario" (pp. 266). Explica que es común que sea muy difícil para el individuo de la extrarrelación aceptar y llevar a cabo esta acción, porque cada vez que surge el tema, sus propios sentimientos de defenderse y autojustificarse surgen nuevamente, pero mientras continúe justificando la extrarrelación la ansiedad de su pareja permanecerá alta, por lo que necesita darse cuenta del dolor producto de la mentira y el engaño y evite justificarse a causa de temas y problemáticas de la pareja que le precedieron. Además, agrega, mientras más descubrimientos haga su compañero de las mentiras que se tuvieron que decir para tener la relación oculta, más importante resulta darle soporte y honestidad para que puedan ser revisados. Es común que el sólo hecho de admitir que se tuvo la relación extradiádica no sea suficiente, por lo que también es necesario que se exprese remordimiento por el mentir constante y un entendimiento del impacto que produjo la mentira en su compañero. Lusterman dice: "en la ausencia de expresiones de remordimiento, el pronóstico de un matrimonio mejorado disminuye, y la posibilidad para un divorcio corrosivo aumenta" (pp. 266).

Cuando el compañero expresa remordimiento, un cambio interesante puede ocurrir, pues el otro puede sentir que es empático con su dolor. En este punto, el autor expresa que se pueden manifestar sentimientos de culpa, desaprobación de su conducta y, frecuentemente, tristeza y duelo hacia la pérdida de la otra relación. A pesar de que las sospechas y coraje continúen apareciendo de vez en cuando, hay un campo creciente de empatía entre los dos compañeros que asisten a terapia y se incrementan las probabilidades de un resultado favorable. Es importante recordar, que tanto un mejor matrimonio como una mejor separación son buenos resultados.

## EL MODELO TERAPÉUTICO SOCIAL CONSTRUCCIONISTA DE ATWOOD Y SEIFER

Estos autores abordan a las relaciones extradiádicas desde un punto de vista construccionista. Comentan que el significado que le da la pareja a las relaciones extradiádicas está determinado por su ambiente sociocultural, quien provee el sistema de

significados de la realidad y los "scripts" que son parte del punto de vista de la pareja sobre su mundo, por lo que consideran como objetivo del tratamiento el trabajar sobre la relación dialéctica existente entre la realidad del individuo y sus significados sobre la relación extradiádica, contruidos socialmente.

Comentan que, a pesar de que el terapeuta trate de ser lo más objetivo posible, su formación teórica, su estado de ánimo, e incluso las lecturas que haya hecho un día anterior, afectan el asesoramiento y las estrategias del tratamiento que utilizará. Explican que, los terapeutas de pareja han estado de acuerdo con el punto de vista negativo de la sociedad sobre las relaciones extradiádicas, usando una aproximación "orientada al problema" o de déficit, que lleva inherentemente asumir que la pareja debe protegerse y que cualquier actividad que amenace su unidad sea considerada problemática, lo cual también puede provocar que se cree un foco terapéutico negativo que puede amplificar el problema, en vez de disminuirlo.

Es por estas razones, que proponen el uso de un modelo terapéutico social construccionista que evite una narrativa y asesoría teórica/terapéutica impuesta por el terapeuta, sino que fomente una aproximación colaborativa, que en vez de buscar puntos de vista aislados, investigue las múltiples perspectivas para describir el fenómeno clínico. Este modelo describe y utiliza los procesos mediante los cuales la gente le da significado a su mundo y a sí mismos como un intento de articular formas comunes de entendimiento de su pasado, presente y futuro.

Las premisas básicas de este tipo de aproximación son: no hay verdades absolutas ni realidades absolutas, más bien, la realidad es una experiencia subjetiva de cómo se percibe e interpreta al mundo (Glaserfeld, 1997); la persona co-construye su realidad a través de su lenguaje y la continua interacción con el ambiente sociocultural (Atwood y Seifer, 1997; p. 67). El discurso provee el marco dentro del cual las acciones sociales se llevan a cabo. Las parejas tienden a re-crear la imagen de su mundo compartido al darse cuenta de las conductas que las otras personas hacen y que confirman sus autodefiniciones y definiciones

de las situaciones, además de ignorar selectivamente la información de las conductas que las desconfirman.

Explican que su modelo se centra en revisar el punto de vista que tienen las parejas del significado de la relación extradiádica a través de técnicas tales como metáforas o reencuadres, que amplifican el proceso que sostiene la pareja y se buscan las excepciones del mismo (deconstrucción) para que así se provean las semillas (reconstrucción) para su transformación.

El punto de partida de su modelo inicia con la creación de un rapport empático en donde el terapeuta se mimetiza con el lenguaje de la pareja para que se ayude a crear un ambiente terapéutico seguro. Se tiene la afirmación básica de que la pareja es la experta y el terapeuta actúa como un observador curioso interesado en aprender de su historia. Ya que se tiene este marco de trabajo, la intervención en sí es la siguiente:

#### 1. Pasado de la relación.

Se intenta averiguar las bases que fomentaron la aparición de la relación extradiádica. Se explora también el sistema de creencias y conductas aprendidos de la familia de origen que pudieron haber contribuido su habilidad para construir racionalizaciones para que la extrarrelación esté en su presente. Se hacen preguntas como: “¿recuerdas alguna experiencia de cuando eras pequeño(a) que te ayude a definir la segunda relación de ahora?”, “Si regresáramos a su relación antes de que se presentara la extradiádica, ¿cómo era en ese entonces?”, “¿Hubo alguna cosa en ese entonces que quisieron cambiar?”. El hacer estas preguntas les deja el significado implícito de que hubo momentos en los que el problema no estaba ahí y que puede haber un futuro sin que éste exista. Esta intervención provoca que la pareja localice al problema en el tiempo más que en ellos mismos.

## 2. Presente de la relación.

Ahora el foco se centra en examinar cómo se combinaron los sistemas de significados y conductas de la pareja para co-crear sus propios scripts y cómo se insertó la relación extradiádica dentro de ese script, para lo cual se toma nota de las simbolizaciones lingüísticas, metáforas, mitos, leyendas, patrones conversacionales y soluciones intentadas.

## 3. Invitar a la pareja a expandir sus sistemas de significados.

El rol del terapeuta en esta etapa consiste en hacer notar los scripts ocultos o subyacentes en el sistema de significados de la pareja. El cambio requiere por lo menos dos perspectivas distintas y el terapeuta puede buscar que se construya una definición relacional al asistir a la pareja a descubrir dos o más definiciones complementarias del problema (White, 1989, cit. en Atwood y Seifer, 1997). Esto reta al sistema actual de creencias y abre la posibilidad de que se creen otros scripts, más funcionales para la pareja.

## 4. Estabilizar el nuevo sistemas de significados.

En este punto, ya que se descubrieron los scripts ocultos de la pareja y se crearon nuevas posibilidades de los mismos, se puede acceder a nuevos significados para la relación extradiádica. La pareja ya puede centrarse en su futuro. El pensar en el futuro de la relación, les permite visualizarse en una situación en donde la otra relación ya no es un tema a trabajar y que poseen herramientas para resolver otros problemas: el sistema es libre de crear otros mapas. Aquí se utilizan preguntas como: "si pudieran ver su vida a futuro, en donde la relación extradiádica ya no es un tema que les preocupe, ¿cómo se ven en su relación?", "¿Qué sería diferente?".

## 5. Fin de la terapia.

En esta parte, a cada miembro de la pareja se le pregunta cómo se previnieron de los efectos de la historia de la extrarrelación y qué pasos tomaron para salir adelante. La pareja

también puede hacer un recuento de los recursos que movieron cuando empezaron a hacer frente a los efectos de este fenómeno y a especular en cómo usarían estos recursos para enfrentar problemas futuros. Se pueden hacer uso de rituales para marcar un nuevo inicio, tal como escribir un nuevo compromiso de pareja.

## LAS 6 AREAS DE THOMPSON

Thompson (1984) habla sobre seis temas en los que se circunscriben las experiencias difíciles y reacciones complejas de las parejas en las crisis extradiádicas, y para los cuales se debe de trabajar de manera específica, tomando en cuenta las situaciones concretas. Tales temas a trabajar son: Trastorno cognoscitivo y emocional, puntos de la relación aún no resueltos, defensividad, presiones relacionadas con la pareja extramarital, búsqueda de un marco de interpretación y decisiones acerca del futuro.

### 1. Trastorno cognoscitivo y emocional.

Es casi obvio señalar que las situaciones de crisis son acompañadas de desequilibrio emocional y tensión mental. Las relaciones extradiádicas se han relacionado con emociones tales como: pánico, culpa, celos y confusión (Elbaum, citado en Thompson, 1984; pp. 241), además de darse de la mano de recurrentes y persistentes pensamientos acerca de la situación y de dificultades en la concentración y funcionamiento intelectual de otras áreas a consecuencia de pensamientos distractores relacionados a la crisis (Thompson, 1984).

En este sentido, los clientes necesitan una oportunidad para expresar sus pensamientos y sentimientos en una forma constructiva, porque las fuertes emociones y quejas persistentes son respuestas normales y desarrollar hábitos para manejar las reacciones propias y las de los demás. Para ello, el terapeuta debe facilitar la expresión de emociones y la instrucción de una escucha activa y entendimiento empático.

El terapeuta, además, debe monitorear el grado en que estos trastornos emocionales y cognoscitivos interfieren con el funcionamiento normal de la pareja y sobre todo, reconocer

si el odio que se genera puede precipitarse en violencia, para lo cual se debe entrenar en ejercer control sobre dicho odio. Por ejemplo, se pueden discutir los temas cargados de emoción sólo ante la presencia de un intermediario o en un lugar público, escribiendo dichos temas o asignando tiempos para hablar y escuchar.

Comenta que es común que se requieran muchas sesiones para que se produzca un poco de alivio, aunque parezca que estas reacciones se retarden y requieran de atención a lo largo de todo el proceso terapéutico.

## 2. Puntos de la relación aún no resueltos.

Los problemas de la relación de pareja, según Thompson, se conglomeran en tres áreas centrales:

- Relación emocional. Que una o ambas partes no se sienta suficientemente aceptada, motivada o respetada dentro de la pareja
- Relación sexual. Que una o ambas partes se sienta insatisfecha con su habilidad de dar o recibir satisfacción sexual.
- Comunicación. Una extrarrelación furtiva significa honestidad limitada y apertura limitada en la relación.

Aunque exista en la literatura controversia sobre si sólo los déficits en la relación o en el individuo provocan las relaciones extradiádicas, Thompson comenta que, al final de cuentas, una crisis extramarital involucra problemas de comunicación, dado su carácter oculto y no consensuado, por lo que los terapeutas pueden empezar por explorar el rompimiento de la comunicación. Los clientes revelan de alguna u otra forma su típico estilo de interacción, por lo que el terapeuta puede ayudar invitando a que examinen los temas de intimidad emocional y sexual e identificando patrones de comunicación entre ellos.

### 3. Defensividad

Thompson comenta que los individuos frecuentemente no son honestos, directos o explícitos con su pareja acerca de la marejada emocional que se desprende de la extrarrelación y reaccionan de diversas maneras defensivas, tales como minimizar el hecho, regresar al status quo o suponer que al terminarse la relación se termina la crisis. Las soluciones fáciles les proporcionan alivio temporal pero generalmente son propiciados por evitación. La defensividad puede ser un valor funcional que proporciona alivio temporal del sufrimiento.

Thompson (1984) explica que se debe propiciar un ambiente más cooperativo y equitativo, en donde los clientes puedan expresar sus sentimientos ocultos y de esta forma, inseguridades, culpas, miedos y odio puedan ser explicitados más que permanecer sumergidos o disfrazados.

### 4. Presiones relacionadas con la pareja extradiádica.

Thompson afirma que para la mayoría de las parejas en crisis, ya se han manifestado pistas de que una extrarrelación esta ocurriendo. Sin embargo, este descubrimiento se da como un proceso antecedido por la aparición de detalles que lo desenmascaran parte a parte. Dentro de los aspectos estresantes de este descubrimiento, la identidad de la pareja extramarital, el grado de involucramiento emocional y la naturaleza de las prácticas sexuales son los que mayor impacto tienen sobre la pareja engañada. Hablando de detalles, se puede percibir un tenaz interés por conocer los últimos detalles de la relación oculta y se llega a ejercer mucha presión para que sean descubiertos, lo cual es muy estresante pues puede abarcar áreas sensibles y amenazantes para la pareja (p.e. temas en los que ya se habían puesto de acuerdo).

Para complicar las cosas, agrega, el tipo y grado de involucramiento del compañero infiel afectará la forma en cómo manejará esta situación. Por ejemplo, mientras más larga y

satisfactoria sea la relación externa, será más difícil y complicado el proceso de terminar dicha relación.

#### 5. Búsqueda de un marco de interpretación

Usualmente los sujetos se formulan sus propias explicaciones sobre la conducta extradiádica. La función de estas interpretaciones es dar a la crisis un significado personal y explorar caminos de solución.

Un modelo explicativo de esto es el ofrecido por Atwater (Thompson, 1984; pp. 246) quien distingue entre excusas y justificaciones. Excusa es una persona que trata de eliminar su responsabilidad en la extrarrelación y que usualmente implica circunstancias externas como los puntos de cambio (“no tenemos tiempo para nosotros”, “casi no estás en casa”); mientras que en la justificación el actor asume la responsabilidad pero niega las consecuencias negativas del hecho e involucra cambios internos, basados en valores (“es normal que tengas tu canita al aire mientras no se entere tu pareja”).

La pareja puede ser asistida para examinar sus formulaciones interpretativas acerca de la crisis extradiádica y considera a éste como un prerequisite para mejorar la comunicación, entendimiento mutuo y futuras soluciones de problemas. Resulta común que no se llegue a tener un mismo significado de la EMS por ambas partes, dado que se han vivido y visto desde diferentes perspectivas, por lo que más que debatir por unificar criterios, se debe hacer entender que es inevitable que haya diferencias en la interpretación de este hecho y que el comunicarse no es que ambos tengan la misma idea sino que se comparta y se entienda lo que cada uno piensa, esté o no de acuerdo.

#### 6. Decisiones acerca del futuro.

Cuando una relación extradiádica se hace presente, la pareja comienza a pensar sobre su futuro. No es raro que el resultado sea una separación o divorcio, pero no es el final inminente al que se llega, por lo que es común que los clientes busquen ayuda para tomar

estas decisiones. Es importante no caer en los extremos de fomentar el divorcio o el mantener la relación a como de lugar, pues en un caso puede significar que el terapeuta no sabe con certeza cómo manejar dicho problema y, en otro, impedirían la oportunidad de reconciliación, crecimiento y estabilidad de la relación.

Se ha visto que los clientes rápidamente piensan en la separación / divorcio, pero son frecuentemente ambivalentes y vacilantes (Sprenkle y Weiss, 1978, en Thompson, 1984; pp. 247) cuando se tiene que tomar esta decisión.

Algunos de los factores en los que los consejeros pueden dirigir su atención para que la pareja tome esta decisión incluyen: calidad y duración del matrimonio, el significado de la relación extradiádica, consecuencias en los hijos, autoestima de cada parte, seguridad económica y la habilidad de la pareja de ser independiente. Thompson comenta que se debe recalcar a la pareja que en muchos matrimonios, la extrarrelación en sí misma no significa automáticamente la necesidad de separación o divorcio.

La pareja que decide continuar como tal, puede ser ayudada con sus decisiones y planes futuros, enmarcando el sentido de la relación extradiádica, pues si concuerdan que fue a causa de un déficit en la relación, este sería el foco de la terapia marital.

#### MODELO BIRRELACIONAL DE MARRET

Marret (1990) comenta que cada relación extradiádica involucra dos relaciones y, al menos, tres diferentes personas o perspectivas. Una relación está dada entre ambos miembros de la pareja formal (no solamente como esposos, sino en noviazgo, unión libre, etc.) y la otra entre un miembro de la pareja y un tercero. Los puntos de vista convencionales (según Marret) involucran en el tratamiento usualmente sólo dos de estas tres perspectivas: las de la relación formal. Comenta que, como existen dos relaciones, pueden existir dos funciones de regulación de la distancia entre sus miembros: informal - formal, formal - informal. Explica que, una relación que es distante puede provocar que se busque en otra la cercanía que se necesita, o viceversa, que una relación sea tan cercana que asfixie y se busque en la

extrarrelación esa distancia de la pareja formal. Pero también se puede dar el caso de que ambas relaciones tiendan a la cercanía pero que una de ellas sea incapaz de obtenerla y la otra sí lo haga. Igual sucedería con la distancia emocional.

Marret afirma que la intervención debe ser asesorada dentro del contexto de ambas relaciones para "determinar cuál de las funciones involucradas en las dos relaciones es primaria o dominante" (Marret, 1990; pp. 23), o sea, distinguir que es más importante para la persona: ser distante de su pareja formal o cercano(a) de su pareja informal.

Ya que se tiene esta información, ahora se pasa de trabajar con las dos relaciones a sólo con la formal. Aquí Marret ayuda a que la pareja busque otras alternativas que satisfagan en la relación formal, la función que tiene la relación informal, tomando también en cuenta la función que tiene la pareja formal para el miembro no involucrado en la relación extradiádica. Esto es, si el compañero que tiene sólo una relación busca en ella cercanía, mientras que el otro(a) busca la distancia a través de su segunda relación, se buscan otras alternativas para que ésta persona logre esa distancia que busca por otros medios. En síntesis, buscar un punto medio en el que puedan ser satisfechas ambas necesidades de los miembros de la pareja.

Ahora que se tiene la información sobre las intervenciones específicas hechas por algunos autores, se pueden mencionar algunas estrategias empleadas por otros autores.

Nichols (1988) comenta que para poder enmarcar el significado de la extrarrelación para la pareja, se deben dejar atrás posiciones de víctima o victimario y sugiere que se haga tal observación a la pareja de la forma siguiente:

“Ambos están afectados por lo que está [o ha estado] sucediendo. Necesitan entender, tanto como puedan, el significado del porqué está ocurriendo. Ciertamente parece posible e incluso muy probable que lo que veamos es que se comparte alguna responsabilidad de que lo que está pasando en su matrimonio los haya guiado a la infelicidad actual. Esto no significa que se tienen que culpar el uno

al otro ni que se excusen las acciones de [el esposo(a) involucrado en la aventura]. Ambos están infelices e insatisfechos con el matrimonio. Su respuesta de involucrarse fuera del matrimonio es sólo una forma de responder. Lo significativo aquí, además del dolor por el que están pasando, es que ya se dieron cuenta de que no están satisfechos con su relación y que buscan un cambio. Tal vez haya otros métodos, quizá más directos y efectivos para hacerlo, pero lo que resalta es que se han atrevido a sacar esta inconformidad al frente" (p. 192).

Nichols (1988) comenta que así se cumplen dos tareas: compartir la responsabilidad para trabajar hacia el cambio y reencuadrar las conductas dentro de un marco de lucha por cambiar desde una relación insatisfactoria. Con ello, agrega el autor, se cumple el objetivo del tratamiento, que es que se ayude a resolver la ambivalencia de la pareja y se decidan por seguir dentro de la relación y mejorarla o bien terminarla.

## MEXICO

Como ya se comentó al inicio de este capítulo, en México existen escasos modelos en la intervención en específico de las relaciones extradiádicas en la terapia, por lo cual se hará mención de dos modelos de terapia de pareja aplicados de forma general y que pudieran ser una alternativa de tratamiento específica, para lo cual se tendrían que someter a prueba.

### MODELO DE CONSEJO MARITAL DE BARRAGÁN.

El modelo de consejo marital basado en la aplicación de estrategias de solución de conflictos y de reforzamiento recíproco de Barragán (1998), basado en un modelo breve de Consejo Marital, evalúa la satisfacción marital de la pareja tras usar estrategias de solución de problemas y reforzamiento recíproco. Su trabajo fue desarrollado con 6 parejas que solicitaban ayuda psicológica (no se especifica si alguna de ellas presentaba alguna relación extradiádica). La intervención duraba, en promedio, 12 sesiones, aunque estaba

diseñada para 8: 2 sesiones de evaluación, 5 de entrenamiento y una final de post-evaluación, pero se asentaba la opción de más sesiones, en caso de que fuera necesario. Parece a primera vista que se necesitaría ampliar el número de sesiones del tratamiento, pues el promedio fue 4 sesiones mayor a lo diseñado.

Barragán (1998) encontró que este modelo producía los siguientes resultados: incremento en el uso de categorías conductuales positivas en el momento de enfrentar situaciones de conflicto, aumento en la ocurrencia de estrategias de solución de conflictos al desarrollar habilidades de negociación, incremento en el uso de razonamientos verbales así como disminución en el uso de agresión verbal y física al enfrentar conflictos, disminución en la frecuencia de conflictos reportados en la relación marital, identificación de intercambio recíproco de gratificantes, cambios en el funcionamiento familiar orientándose éste hacia uno con menor conflicto, mayor organización, expresión, cohesión, independencia y recreación y, finalmente, incremento en los niveles de satisfacción marital (p. 1).

En general, la intervención se dio de la siguiente forma: en las dos primeras sesiones se aplicaron cuestionarios para evaluar cómo se encontraba la pareja al momento de la llegada, para poder hacer una evaluación pretest-postest. Cuando la evaluación mostraba que uno de los cónyuges presentaba dificultad para controlar sus emociones, se interrumpía la interacción del terapeuta para evitar escaladas de agresión. En las sesiones de entrenamiento se enseñaron las estrategias de reforzamiento recíproco, solución de conflictos, se videgrababa a la pareja y se daban reforzamientos, retroalimentaciones y modelamientos, se establecían acuerdos de intercambio de gratificantes y el cumplimiento de los mismos, se establecía el contrato terapéutico y se corroboraba que se llevara a cabo. Al final de cada sesión se podían dejar tareas o cuestionarios a contestar, lo cual era revisado al inicio de la siguiente sesión. En la sesión de post-evaluación se aplicaban los cuestionarios que se dieron también en la fase de evaluación y, en los casos que fueron necesarios, se programaron citas subsecuentes.

Tal como lo comenta la misma autora, la limitación que tiene su trabajo es que, al ser una muestra de 6 parejas, los resultados no pueden ser generalizados, por lo cual resulta

necesario verificarlos con más parejas. Además, resulta necesario que se revise su utilidad en el manejo de las relaciones extradiádicas, para ver, qué aspectos en específico tendrían que agregarse o modificarse para hacer una intervención eficaz y eficiente.

## PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO DE COMUNICACIÓN ENTRE PAREJAS DE MINNESOTA

Cuando se presenta una relación extradiádica, lo primero que se puede deducir es que existe un problema en la comunicación, dado que para que exista o se haya presentado, debió haber un conjunto de situaciones que tuvieron que ser ocultadas, un conjunto de mentiras que tuvieron que hilarse una a otra y que poco a poco pudieron traer problemas en otras áreas de la comunicación de pareja (Vaughan, 1998; Lusterman, 1995). Es por eso que se revisa el modelo de Minnesota, aplicado en México, pues podría ser una opción de abordar el problema de las extrarrelaciones, por la deficiencia en comunicación que comúnmente existe.

Este programa intenta ayudar a las parejas a responsabilizarse de su relación, a través de la enseñanza de un sistema de habilidades y de las opciones que tiene para modelar sus relaciones. Las tareas del programa incluyen el establecimiento de un ajuste sexual mutuo y satisfactorio, un sistema de comunicación, habilidades para la solución de problemas y relaciones con amigos y familiares (Miller, 1976, cit. en Fernández y Sánchez, 1993).

Este modelo supone que, intentar enseñar a parejas papeles conductuales dentro de la relación marital asumiría que hay conductas “correctas” para aprender y estándares normativos por encontrar, lo que impediría que la pareja construyera su propio libreto marital y se adecuara los tratamientos a cada pareja en especial. Para lograr el cambio y la estabilidad en el sistema marital y de pareja (enfoque sistémico) las parejas tienen que aprender dos habilidades:

- Habilidades de capacitación para entender las reglas y habilidades de interacción de la pareja.

- Habilidades de capacitación hacia el intercambio en sus reglas y habilidades de interacción de la pareja.

Fernández y Sánchez (1993) trabajaron este programa con 10 parejas en la ciudad de México. El total de sesiones fueron cuatro, de 3 horas cada una, donde se aplicó el método a manera de Curso-Taller. La evaluación del programa fue hecha a través de un pretest-postest. Obtuvieron como resultados: enseñar una serie de habilidades de comunicación que les permitiera una mayor conciencia de su relación de pareja e incrementar el grado y forma de comunicación. En cuanto a la satisfacción con la interacción, obtuvieron que se incrementaron: el espacio y tiempo para dedicarlas a su relación, las herramientas conceptuales que les permitieron evaluar la relación y un mayor conocimiento de la dinámica de pareja, basándose en expectativa, deseos, derechos, gustos y necesidades.

Como limitaciones que las propias autoras señalan a su trabajo están que su muestra fue muy pequeña, por lo cual no se pueden generalizar los resultados; el grado de experiencia de los instructores pudo haber influido en el resultado, dado que era su primer intervención de este tipo. Finalmente, comentan que no se enfatizó el entrenamiento de habilidades de comunicación a áreas específicas de la misma, lo cual también cuestiona la viabilidad de la aplicación de este modelo al problema específico de las relaciones extradiádicas. No cabe duda que se tiene que investigar más al respecto.

Vistos todos los tratamientos de manera general, se puede observar que existen una cantidad considerable de ellos en cuanto a intervenciones para problemas de pareja en general, no así para las relaciones extradiádicas. Sin embargo, se está forjando la senda para que los especialistas sean capaces de poder enfrentar este fenómeno adecuadamente y procurar a la pareja el servicio que necesitan y se merecen.

## DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Con la elaboración del presente trabajo se pudo conocer la historia de las relaciones extradiádicas en el mundo y, en especial, en México; sus principales definiciones; su prevalencia, tanto en México como en otros países; los tipos de extrarrelaciones que existen; algunas posibles causas y consecuencias de la misma; los posibles factores que la determinan, así como algunos tratamientos que se han desarrollado y aplicado hasta el momento. También se desarrolló, a partir de las diferentes definiciones planteadas, un esquema de los principales componentes de las relaciones extradiádicas y se determinó su distinta prevalencia entre hombre y mujeres. Finalmente, se pudo analizar cómo la tipología que se elaboró para las relaciones extradiádicas determinaba su concepción; las consecuencias tanto positivas como negativas que se lograban apreciar de su existencia y la incidencia de las mismas en la relación de pareja; los factores que afectan en mayor medida al diagnóstico y tratamiento de la infidelidad, así como los componentes que comparten entre sí los diferentes tratamientos sobre la infidelidad y algunos tratamientos que hasta la fecha se han propuesto para manejar este fenómeno. Por todo lo anterior, se puede concluir que se cumplieron a cabalidad con los objetivos que se plantearon con la elaboración de este trabajo. No obstante, es necesario discutir con más detenimiento las aportaciones hechas con este documento.

Como se pudo observar, las costumbres y normativas de la sexualidad e infidelidad en la historia del ser humano han sido diversas y aunque todavía existen dudas de saber si en un inicio se dio una promiscuidad inicial o una monogamia, las formas que han adoptado las relaciones familiares y de pareja han sido diversas, llámese poligamia, poliginia, cenogamia o familia conyugal moderna. A pesar de que los castigos que se han impuesto con el fin de evitar su presencia en las distintas sociedades monogámicas han sido muy estrictos e incluso hasta mortales, no ha habido manera en cómo evitar que se sigan dando, por lo que se puede concluir que el fenómeno de las relaciones extradiádicas han acompañado, y acompañarán al ser humano a lo largo de su vida en pareja monogámica y esto abre la cuestión sobre si será necesario que se sigan estableciendo normas prohibitivas, ya sean legales, morales, etc., para evitar su existencia o si es necesario que se empiecen a explorar

otras opciones de relación de pareja en las cuales las relaciones extradiádicas no sean vistas como problemas, sino como un fenómeno normal que se presenta en la pareja y familia.

En México también las relaciones familiares y de pareja han tenido diferentes características, que van desde la monogamia chichimeca con aprobación de la poligamia de las clases en el poder, hasta la búsqueda de una firme sociedad monogámica en el México actual. Además se pudo observar que las relaciones extradiádicas eran en unas ocasiones socialmente aceptadas y en otras castigadas, por lo que han jugado un papel importante en el ejercicio de la sexualidad y en el desarrollo mismo de las relaciones de pareja.

Al revisar la historia y evolución del tipo de relaciones sexuales manifestados en las diferentes culturas, a lo largo de la historia, surge casi de manera automática la pregunta de la génesis poligámica o monogámica del ser humano. Esta pregunta se puede abordar desde diferentes puntos de vista: evolutivo, antropológico, psicológico o sociológico, en donde algunos autores opinan que los datos nos arrojan un origen poligámico mientras otros uno monogámico. No cabe duda que el dilucidar u obtener un poco de luz sobre este tema resulta bastante interesante; sin embargo, esta cuestión rebasa los propósitos y objetivos de este trabajo. Más bien, lo que se intentó fue realizar una revisión que permitiera dar claridad al trabajo de investigación, teoría y práctica clínica que se ha hecho hasta el momento en el campo de la psicología, lo cual se cumplió ampliamente.

Para esquematizar los puntos en común y las divergencias de las distintas definiciones dadas por los investigadores de las relaciones extradiádicas, se presenta la siguiente tabla:

Tabla 1. Tabla que muestra los puntos que los distintos autores toman en cuenta para hacer su definición de la infidelidad.

AUTORES	Deslealtad de la pareja	Fuera de la pareja	Fuera del matrimonio	Contacto Sexual	Contacto genital	Contacto emocional	Rompe el contrato de exclusividad (emocional y/o sexual)	Sin conocimiento o consentimiento del otro
Afifi et al.		X		X		X	X	
Beck	X							
Brown			X	X				X
Edwards			X	X	X			
Moultrop			X				X	
Penn et al.	X							
Sahagun			X		X			
Stekel	X							
Thompson			X	X	X			X
Zumaya		X	X	X		X	X	X

Como se logra apreciar en la tabla anterior, las definiciones que, acerca de las relaciones extradiádicas, hacen Penn et al. (1997), Beck (1990) y Stekel (1978, en Estrada, 1993) son muy generales, donde solamente la mencionan como una deslealtad o goce fuera de la pareja. Todos los autores la mencionan en su definición como una relación que se da fuera del matrimonio, y aunque reconocen que también se puede dar dentro de parejas no casadas, sólo Afifi et al. (2001) y Zumaya (1998) reconocen este hecho dentro de su misma definición, con lo cual amplían el alcance de la misma a parejas que vivan en unión libre, noviazgo, parejas homosexuales, etc.

Moultrop (1990, cit. en Atwood y Seifer 1997) generaliza a las relaciones extradiádicas como una relación que impacta en el nivel de intimidad y emoción, mientras que Afifi et al. (2001) y Zumaya (1998) aclaran que la relación puede darse tanto en el plano emocional como sexual, o incluso en ambos. Edwards (cit. en Thompson, 1983), Thompson (1984) y Brown (1991), sólo mencionan el aspecto sexual del fenómeno, mientras que Sahagún lo encierra sólo al contacto genital, dejando fuera todo acto sexual y emocional que no involucre a los genitales. En este sentido, Brown argumenta que las "aventuras" del corazón (de involucramiento sólo emocional), o sea, aquellas que no involucran relaciones sexuales,

no son todavía realmente “infidelidades” debido a que el sentido de traición es substancialmente menor; mientras que Glass y Wright (1985) han comentado que ha sido un grave error tomar sólo los aspectos sexuales y soslayar o implicitar los emocionales. Es por eso que, el sentido de traición dado a los hechos, depende fundamentalmente de la interpretación que a éstos les dé la pareja, por lo cual un involucramiento fuera de la pareja que no tenga relaciones sexuales no puede ser dejado a un lado como parte del fenómeno de las relaciones extradiádicas, sea mayor o menor el impacto que éste produzca en la pareja.

Con base en las definiciones citadas anteriormente, podemos observar que este fenómeno debe estar delimitado, de forma general, por las siguientes características:

- Se da una relación extra, fuera de una relación monógama, sea ésta casada o no (noviazgo, unión libre, etc.).
- El involucramiento con la relación extra puede ser emocional, sexual o de ambos.
- Se viola el contrato inicial de exclusividad sexual y/o emocional que se tenía con la pareja inicial y,
- La relación extra se produce sin el conocimiento y/o consentimiento de la pareja inicial.

Pese a las distintas definiciones que se hagan de las relaciones extradiádicas, cada individuo y cada pareja construirá sus propios significados sobre qué conductas o actos en específico considera que lo son, pues mientras que para unos, una relación sexual de una noche con un desconocido puede no significar nada, para otros un beso sí puede ser una transgresión grave del contrato de pareja. Es aquí donde puede surgir la controversia, y de hecho existe tal, pues así como lo comentan Boekhout, Hendrick y Hendrick (1999), los estudios hechos han mostrado que los individuos coinciden en que las actividades sexuales extrarelación son inaceptables, pero hay una carencia de consenso sobre qué tipos de involucramiento no sexuales son aceptables. Pero también las actividades sexuales en sí carecen de consenso. Si tomamos la definición dada por Treas y Giesen (2000) de relación sexual como una actividad mutuamente voluntaria con otra persona (u otras personas) que involucra contacto genital y excitación sexual, aunque no haya coito u orgasmo, un beso, que conlleva una excitación sexual pero no un contacto genital, puede no ser considerada como una relación

sexual y por tanto, no considerarse como parte de una relación extradiádica, por lo que se reitera la importancia de que cada pareja construye sus propios significados, pero sobre todo, se percibe que es un fenómeno complejo, que no puede ser delimitado por un solo aspecto.

En cuanto a la terminología usada, se ha podido observar que existen diferentes términos aplicados a este fenómeno, en donde algunos son más amplios y otros más concretos. Usar el término marital, como en aventura extramarital (Atwood y Seifer, 1997; Marret, 1990; Nichols, 1988), se restringe a los matrimonios y por tanto, no se debería estudiar el fenómeno en parejas no casadas, como los novios y concubinos. Si se menciona el aspecto sexual, como en sexualidad extramarital (p.e. Thompson, 1984), no tendría que tomarse en cuenta el aspecto emocional de la misma, ni es válido que se implique dentro del término, pues como se ha revisado (Glass y Wright, 1992) son cosas totalmente distintas. Por esto resulta fundamental determinar y conceptualizar correctamente las características específicas que se van a estudiar del fenómeno, para usar los conceptos adecuados del mismo.

En cuanto al término infidelidad, unos piensan que sigue siendo válido su uso y otros no, todo esto con relación al peso moral y emocional que conlleva, pues mientras unos consideran que es un paso necesario reconocer las emociones que generaron en los miembros de la pareja la relación extradiádica (Brown, 1991, 1999; Lusterman, 1995) otros piensan que es más importante partir de una relación equitativa, que también involucra usar término más neutrales (Nichols, 1988, Thompson, 1984; Vaughan, 1998) y aunque no se ha comprobado la validez de uno u otro argumento, en este trabajo se optó por emplear el término de relaciones extradiádicas pues se consideró que la postura de relación equitativa permitía la relación neutral que debe tener el investigador o clínico y que pueden existir o desarrollarse otras formas para reconocer y validar las emociones asociadas a este fenómeno.

También en la terminología empleada para distinguir a los actores involucrados en el fenómeno tiene controversia. Existen diferentes posturas sobre lo que resulta más benéfico

para los actores involucrados en la relación extradiádica: si se les menciona con una etiqueta que identifique las emociones por las cuales está transitando (y se les llame, víctima, leal, infiel, desleal, traidor, etc.) y así las puedan superar de una forma menos complicada, al reconocerlas y no ocultarlas, o bien dejando a un lado términos que puedan entorpecer la intervención por hacer que la pareja se centre y no se mueva de algún término dado o creado por ellos mismos y se empleen otros que supongan una mayor equidad en la pareja. El presente trabajo se inclinó por este último argumento, pues al igual que con el concepto de relación extradiádica, se pueden buscar otras formas para reconocer y validar las emociones que se despiertan en los actores involucrados y por ello, se emplearon términos más neutrales que los identificaran: el miembro de la pareja que tuvo la relación extradiádica, el miembro no involucrado o compañero formal y la tercera parte o compañero informal, aunque tal vez sea necesario encontrar otros términos más concretos y cortos e igual de neutrales. También la relación en la que se rompió el contrato de exclusividad ha recibido diferentes adjetivos: principal, primaria o formal y como ya se detalló en el capítulo 3, éste último término es el que mejor se ajusta a dicha relación, pues implica el que es una relación abierta, es decir, no se oculta, y plantea un compromiso intrínseco o extrínseco para su existencia. La relación extradiádica, por ende, se adjectiva también con el término de informal.

Otro problema relacionado con el uso de diferentes términos para el manejo de las relaciones extradiádicas es el uso confundido y entremezclado de estos términos que, si bien no impide, si obstaculiza la comparación de los resultados hechos en diferentes investigaciones (Thompson, 1983). Por ejemplo, los resultados de una investigación en donde se haya usado el término de sexo extramarital, impediría su comparación con otros trabajos en donde se hayan empleado términos como sexo extradiádico o relaciones extradiádicas, pues mientras que las dos primeras enfatizan el aspecto sexual del fenómeno, la tercera deja abierta la posibilidad a los aspectos emocionales; asimismo, la primera sólo toma en cuenta a parejas casadas, mientras que las últimas dos toman tanto a parejas casadas como no casadas. Comparar investigaciones que tengan diferentes términos empleados en cada una de ellas puede hacernos ver diferencias en donde no las hay, cambios en la prevalencia en distintos años, países y culturas que no se den o que lo hacen

de distinta forma a la obtenida por los cuestionarios, y por tanto, que concluyamos tendencias en donde no las haya.

Lo que es más preocupante es que, incluso aquellos autores que ya han señalado el problema de usar distintos términos para explicar un mismo fenómeno, dentro de sus trabajos los manejan como similares o de manera intercambiable, por lo cual se debe de buscar una unificación de criterios, pero no sólo al exterior sino dentro de un mismo trabajo. Esto no quiere decir que se deba escoger uno y se dejen de usar o se prohíba el uso de los demás, sino que, dada la complejidad del fenómeno, se use el término al cual se le va a dedicar la investigación; esto es, si en la investigación sólo se va a tomar en cuenta el aspecto sexual en parejas casadas, el término de sexualidad extramarital estaría bien empleado. Si, por el contrario, se intenta investigar tanto los aspectos emocionales como los sexuales, y no sólo en parejas casadas, sino en todas aquellas relaciones de pareja en donde se haya hecho un compromiso de exclusividad sexual y emocional, el término de relaciones extradiádicas se podría emplear. Lo importante aquí es empezar a unificar criterios y llamar a las situaciones con el término más adecuado a sus características específicas. Y para ser congruente entre lo que se postula y lo que se hace, como en este trabajo se intentó hacer una exploración del fenómeno de la infidelidad tanto emocional como sexual, en parejas casadas y no casadas, que hayan tenido un convenio de exclusividad sexual y emocional y que el surgimiento de una relación extra a la pareja fuera considerado como problema y no conllevara el peso moral del término de la infidelidad, se utilizaron de manera general, el término de relaciones extradiádicas, empleando otros términos sólo cuando los autores así los hubieran usado para sus investigaciones y en dónde el fenómeno se especificó a situaciones más concretas.

En cuanto a su prevalencia, se pudo observar que en occidente, las relaciones extradiádicas van en aumento. De ahí la importancia de su estudio, puesto que al parecer, es un tema que seguirá existiendo en la faz del quehacer humano.

Con base en los estudios revisados, se puede hacer una tabla que ejemplifique los datos obtenidos de los investigadores en cuanto a la prevalencia de las relaciones extradiádicas y

su postura en cuanto a la relación calidad marital - infidelidad, que según parece, son algunas de las controversias más notables (ver tabla 2).

Tabla 2. Prevalencias obtenidas por los distintos investigadores sobre las relaciones extradiádicas y su relación sobre la calidad marital.

AUTOR	AÑO	Prevalencia			Relación Calidad marital - Infidelidad	
		% General	% Hombres	% Mujeres	SÍ	NO
Kinsey et al.	1953		50	26	X	X
Anthanasiou et al.	1970		40	36		
Johnson	1970		20	10		
Hunt	1974		41	18		
Bell et al.	1975			26		
Levin: Travis y Sadd	1975			39		
Pietropinto y Simenauer	1976		47			
Libby	1977	75				
Yablonsky	1979		47			
Wolfe	1980		72	50		
Nash et al.	1981		50-65	45-55		
Scarf	1987		55	45		
Hite	1987			70		
Gass y Nichols	1988		66	55		
CNI de EU	1988-1993	15	21	12		
Pittman	1989		26	21		
Greeley	1991	10				
Glass y Wright	1992		44	25		X
Atwood y Seifer	1997		50-66	45-55		
Shackelford y Buss	1997		26-70	33-75		
Treas y Giesen	2000	1.5 a 3.6			X	X

Aunque es difícil hacer generalizaciones por los datos disímboles que se obtuvieron en las distintas investigaciones hechas y también por la intervención de una gran cantidad de factores y variables que determinan la prevalencia tales como la edad de los miembros de la pareja, los años de casados, el tipo de valores, entre otros, además del uso indiscriminado de diferentes conceptos que definen diferentes situaciones y que se utilizan indiscriminadamente, se pueden comentar ciertos aspectos en los que coinciden la mayoría

de los autores: parece ser que la prevalencia de las relaciones sigue siendo mayor en el hombre que en la mujer; la prevalencia de dichas relaciones están aumentando en ambos sexos y la prevalencia en las mujeres se está asemejando cada vez más a la de los hombres; el fenómeno de las relaciones extradiádicas, en general, ha ido en aumento en las poblaciones y, finalmente, no hay un acuerdo en si la insatisfacción marital o de la vida en pareja es un buen indicador de probabilidad de ocurrencia de relaciones extradiádicas.

Debido a que no se pudieron obtener los datos de prevalencia, general y por sexos, del fenómeno de las relaciones extradiádicas en la población mexicana, no se pudo graficar su tendencia y diferencias, de haberlas, en cuanto a resultados de este tipo, entre los distintos autores, tal como se presentaron con los autores de otros países, sin embargo, los investigadores mexicanos tienden a concluir que, al igual que en otros países, "se está dando un incremento considerable en el índice de infidelidad conyugal, además de que parece ser que socialmente es cada vez, más natural y menos sancionado" (Casas et al., 1986). Claro que se necesitan más investigaciones para poder confirmar esta tendencia. También coinciden en comentar que la calidad marital tiene gran influencia en la presencia de las relaciones extramaritales, así como que la actitud ante ellas es más positiva conforme va aumentando la edad y el nivel de estudios de las personas.

Han sido varias las distintas clasificaciones hechas para explicar y dar orden al fenómeno de las relaciones extradiádicas y cada una de ellas toma en cuenta diferentes aspectos. Para tener una esquematización de todas ellas, se elaboró una tabla que permitiera tener una visión más completa y menos complicada (ver tabla 3).

Tabla 3. Indica las distintas clasificaciones dadas por diversos autores al fenómeno de las relaciones extradiádicas.

AUTOR	CLASIFICACIÓN	
Marret (1990)	Problemática	No problemática
Caprio (1983)	Psíquica	Factual
Dicks (1971)	Benigna	Maligna
Azcárraga (1986)	Fija	Ocasional

Elbaum (1981)	Noche de copas (One night Standing)		Con prostitutas		De larga duración		
Atwood y Seifer, (1997); Boekhout et al., (1999); Glass y Wright, (1985); Hulbert, (1992); Thompson (1984); Shackelford y Buss, (1997)	Sexual		Emocional		Combinada		
Glass y Wright	Sexual		Emocional	De amor		Extrínseca	
Lawson (1988)	Paralela		Tradicional		Recreacional		
Atwood y Seifer (1997)	Unilaterales			Bilaterales			
Humprey (1987)	Tiempo	Grado de involucramiento emocional	Con relaciones sexuales o abstinencia	Secreta o descubierta	Uni o bilateral	Heterosexual u homosexual	
Lusterman (1995)	Tiempo	Grado de involucramiento emocional	Con relaciones sexuales o abstinencia	Secreta o descubierta	Uni o bilateral	Heterosexual u homosexual	No. de parejas sexuales
Brown (1991, 1999)	Evita conflictos	Evita intimidad	Adicción sexual	Nido vacío	De salida		

Nota: La presentación de los datos de la tabla no corresponde a ninguna agrupación o clasificación hecha entre ellos.

En cuanto a las consecuencias que producen las relaciones extradiádicas, como se intentó demostrar, existen tanto efectos que se podrían ver como positivos o negativos en la relación formal cuando se enfrenta a este fenómeno, por lo que, no se deben ver como mutuamente excluyentes, sino como coparticipantes en la aparición de la extrarelación y, sobre todo, que depende de la interpretación de los miembros de la pareja el que se considere de una forma u otra. No se puede negar que la mayoría de los sujetos que viven este fenómeno lo consideran negativo o dañino, sobre todo aquellos que descubren la otra relación, y que las consecuencias pueden resultar muy peligrosas, además de que el beneficio que de esta segunda relación se produzca no se vea tan a la mano, sólo a través del paso del tiempo o mediante tratamiento psicológico. De ahí la relevancia del estudio de las diferentes formas en las que se ha intervenido sobre este aspecto, si bien no para evitar el dolor y sufrimiento de su descubrimiento, ni para tener como último fin el que la relación primaria sobreviva ni que la secundaria termine, ya que eso depende de la misma pareja, si para que se pueda elaborar este proceso de una forma menos dolorosa y dañina para todos los involucrados, y que no sólo se circunscribe a la pareja primaria y al tercero en escena,

sino que se prolonga hacia los hijos, familiares cercanos, amigos o hacia la misma pareja formal, en sus posteriores involucramientos de pareja.

Aún ahora es difícil concluir acerca de las consecuencias de las relaciones extradiádicas para la estabilidad de las relaciones formales, especialmente porque no sabemos cuántas parejas permanecen juntas después de que este fenómeno se presenta. En general, parece que las relaciones sexuales extradiádicas pueden probablemente guiar al divorcio cuando surgen principalmente de la insatisfacción con la relación formal. En tales casos las relaciones extradiádicas puede ser un factor que acelere más la decisión de divorcio

En el trabajo, se tomaron en cuenta temas especiales que han causado la mayor controversia en el manejo de las relaciones extradiádicas y que tiene que ver con la revelación de la relación extradiádica y con su terminación o no para poder dar un tratamiento conjunto a la pareja formal.

En cuanto a la revelación de la relación extradiádica al otro miembro de la pareja cuando se encuentra esta escondida, se puede observar que los autores manejados en el trabajo, a pesar de que tienen posturas contradictorias, (unos en pro de su revelación y otros en contra), coinciden en que la decisión de revelar o no la relación extradiádica al otro miembro de la pareja depende exclusivamente de la persona que la tiene, y que el terapeuta tiene la tarea de analizar junto a él (ella) cuál es la función de mantenerla oculta, cuáles serían los efectos de mantenerla así o revelarla y en caso de que así se decida, en qué forma y momento puede ser más adecuado hacerlo.

Para los casos en los que se decide seguir con la relación extradiádica y se rechaza la petición del terapeuta de suspenderla temporalmente, las voces de los investigadores optan por dos caminos: terminar la terapia conjunta y sugerir una individual (Brown, 1991; Lusterman, 1995) o seguir con la terapia conjunta y tomar la información que la extrarrelación aporta para entender su existencia (Marret, 1990; Nichols, 1988). Sobre la postura que se va a elegir en este sentido hay que ser muy cautelosos. Pedirle al miembro de la pareja que tiene la relación extradiádica una moratoria para la misma, con el fin de

que no obstaculice el proceso terapéutico y que, dependiendo de la respuesta obtenida, se decida continuar con el trabajo conjunto de pareja y trabajar con la pareja de manera individual o bien combinar tratamiento individual y de pareja, debe hacerse con la total seguridad de que es para no entorpecer el trabajo terapéutico de los sujetos y no como una justificación del terapeuta para no enfrentar situaciones que no sabe o es incapaz de manejar, ni que esta decisión sea resultado de prejuicios moralistas. Sea cual sea la decisión, el terapeuta debe estar convencido de ella y, sobre todo, hacerla de su conocimiento a la pareja.

Como se exploró en el capítulo 6, hay temas que requieren de un trato especial y de una preparación a fondo, pues el no contar con las herramientas necesarias para enfrentar situaciones tales como actos de violencia, celos y obsesiones, búsqueda de alianzas secretas con los miembros de la pareja o la separación misma, puede provocar, en el mejor de los casos, que no le sea de utilidad la terapia a la pareja o que no se les ayude a analizar sus opciones y tomar decisiones apresuradas o, en el peor de los casos, no poder prevenir riesgos que pongan en peligro la salud física o psicológica de los miembros involucrados.

Como se ha visto a lo largo de este trabajo, el fenómeno de las relaciones extradiádicas es un tema complejo, por lo cual se está haciendo necesaria la elaboración de tratamientos específicos a ellas, o bien, validar la aplicación de los modelos generales de terapia de pareja a este fenómeno en especial, verificando su eficacia. Por esto, a continuación se discuten las aportaciones de los trabajos elaborados por los autores revisados.

Brown (1991, 1999) desarrolló intervenciones terapéuticas especiales para cada uno de los tipos de relaciones extradiádicas que ella misma propuso. Se puede observar que existen ciertos aspectos en común en su intervención: reconoce como fundamental trabajar sobre los patrones aprendidos de la familia de origen, se tiene que trabajar de manera anticipada sobre los pensamientos obsesivos, enfatiza el trabajo sobre las emociones reales que vive la pareja y a que éstas sean compartidas. Apoya que se debe terminar, temporalmente, la otra relación para que se pueda trabajar con la formal y se dilucide si se desea seguir o terminar, salvo en los casos en lo que se ha identificado que ya se decidió terminar con la relación

formal y seguir con la extradiádica, donde el objetivo es ayudar a manifestar esta decisión. El tratamiento está basado en un modelo de déficit del individuo y de la relación, por lo que Brown no considera la aparición de las extrarrelaciones por otros motivos, tales como crecimiento personal. Finalmente, expresa que la duración del tratamiento puede ser variable, pero que, en los casos en los que se decidió continuar con la pareja y trabajar en la reconstrucción de la confianza, se puede prolongar hasta uno o dos años.

Lusterman (1995) enfatizó su tratamiento para parejas que han decidido continuar con su relación y concluir con la extrarrelación, aunque al final acierte en mencionar que la separación también es un buen resultado. Al igual que Brown (1991, 1999) considera fundamental que se trabaje expresamente con las emociones producidas durante todo el proceso de la existencia del fenómeno.

Atwood y Seifer (1997) afirman que la visión de las relaciones extradiádicas que impera en los clínicos es sobre un modelo de déficit, que evidencia que, por un lado, no se está haciendo caso de todos los datos empíricos que demuestran que no sólo es precedente la existencia de un déficit y, por otro, que no se está tomando en cuenta el bagaje personal del terapeuta, incluyendo sus propias interpretaciones, elección de intervenciones y juicios morales y éticos, que influyen grandemente en la intervención que le dará a la pareja. Expresan que en su tratamiento, terapeuta y paciente necesitan co-construir una nueva realidad que los mueva a ya no ver a las relaciones extradiádicas como un problema, a través de la adquisición de otro sistema alternativo de significados y conductas.

Thompson (1984) sugiere que el terapeuta debe reencuadrar el trabajo de la pareja en términos más equitativos (que ambos miembros de la pareja se sientan comprometidos en la problemática, evitar que uno se sienta lastimado y el otro victorioso, uno culpable y el otro molesto, etc.). En este sentido, Peck (cit. en Thompson, 1984) hipotetiza que ambos miembros de la pareja están igualmente de ocupados en un proceso de involucramiento fuera de su pareja, y que la única diferencia es que una de ellas rebasa un límite de exclusividad por lo que se debe de tener un tratamiento equitativo. Esta visión de Thompson, que fundamenta con el argumento de Peck, se opone a la de otros autores (Brown, 1999;

Lusterman, 1995) pues ellos afirman que cada miembro percibe diferentes emociones las cuales tiene que reconocer para superar y que los términos de víctima e infiel, traidor y traicionado ayudan a este proceso, aunque impliquen posiciones inequitativas.

Más que un modelo, el trabajo de Thompson (1984) es un listado de los temas que, de acuerdo a su revisión bibliográfica, resultan primordiales en las relaciones extradiádicas y ofrece algunas estrategias para abordar en la práctica clínica a cada uno de dichos puntos.

El trabajo que propone Marret (1990) es bastante singular, pues es de los pocos que sostiene que no es requisito que la relación extradiádica se suspenda, sino que por el contrario, se puede obtener información valiosa de ella. No obstante, dirige su intervención a aquellas parejas cuyo objetivo es que la pareja formal continúe y mejore. Se enfoca, en acuerdo con su enfoque sistémico, más que en las personas, en las relaciones entre ellas y promueve la opción de dar tratamiento aunque no se haya terminado la extrarrelación. Nichols (1988) va más allá y expone que se puede incluir a la tercera persona en las sesiones terapéuticas. No cabe duda que ambas posturas son arriesgadas, sin embargo, ofrecen otras alternativas que merecen ser consideradas e investigadas.

En México, los trabajos de Barragán (1998) sobre su Modelo de Consejo Marital y de Fernández y Sánchez (1993) de la aplicación en México del Programa de Entrenamiento de Comunicación entre Parejas de Minnesota se pueden ofrecer como alternativas de tratamiento para parejas mexicanas, como un intento de emplear intervenciones que hayan sido validadas en México, no obstante hay que reconocer las limitaciones que los mismos autores refieren a su trabajo. Barragán explica que, como en su trabajo se tuvo una muestra de 6 parejas, los resultados no pueden ser generalizados, por lo cual resulta necesario verificarlos con más parejas. Fernández y Sánchez también sugieren lo mismo, pues su trabajo se realizó con una muestra de 10 parejas. También comentan que el grado de experiencia de los instructores pudo haber influido en el resultado, dado que era su primer intervención de este tipo. Finalmente, mencionan que no se enfatizó el entrenamiento de habilidades de comunicación a áreas específicas de la misma. Aunadas a estas limitaciones está que, dado que las relaciones extradiádicas son un fenómeno especial, los trabajos

posteriores deben también enfocarse a verificar la eficacia que tengan estos tratamientos sobre el fenómeno, para ver, qué aspectos en específico tendrían que agregarse o modificarse.

Con base en la discusión hecha sobre cada uno de estos modelos de terapia de pareja, se puede concluir que:

Existe una gran variedad de tratamientos desarrollados para trabajar problemas de pareja, de forma general, pero que son escasos aquellos que se han desarrollado en específico para enfrentar las relaciones extradiádicas.

Dada la complejidad de las extrarrelaciones, es necesario que esos modelos generales de terapia de pareja sean validados en su eficacia en el tratamiento de este fenómeno, para garantizar que son aplicables a los mismos y aprovechar su existencia.

De los tratamientos que fueron desarrollados expresamente para trabajar sobre las relaciones extradiádicas, la mayoría de ellos adopta la postura del modelo de déficit, con lo que soslayan los datos obtenidos de las investigaciones en las que se plantea la posibilidad de que también existan sin que la causa sea una deficiencia o problema no resuelto en la pareja o en la historia del individuo. Aquí el modelo de Atwood y Seifer (1997) es el que maneja una opción distinta, pues ellos sí mencionan que hay varias posibilidades y que el tomar sólo una postura tiene que ver más con el juicio del terapeuta que con la construcción de la realidad que hace la pareja.

La mayoría de estos tratamientos mencionan como requisito indispensable para continuar el tratamiento conjunto con la pareja, que la relación extradiádica termine temporalmente, a excepción del modelo birrelacional de Marret (1990), quien sugiere que se aproveche la información que la segunda pareja pueda dar. Nichols (1988) va más allá y sugiere que se puede llevar a la tercera parte a consulta.

Los tratamientos coinciden en que es fundamental que se trabaje sobre la comunicación de la pareja, se expresen abiertamente las emociones, se llegue a un consenso sobre el papel que cada miembro desempeñó en el surgimiento de la extrarrelación y que se deben postergar las decisiones importantes acerca del futuro de la relación hasta que se tenga más tranquilidad emocional.

Ningún tratamiento revisado manejó explícitamente que la posibilidad de superación de la crisis tuviera como una opción la creación de matrimonios abiertos, con lo cual se evidencia la influencia que tiene el bagaje de conocimientos, creencias, juicios, etc. También se observa que implícitamente los intentos de los tratamientos han sido para rescatar la monogamia y a la relación formal. Aceptar que pueden darse las opciones de tener relaciones sexuales sin que este signifique un problema relacionado con la pareja o con la historia del individuo, permite abrir las opciones y aceptar otras propuestas tales como las de las parejas "swingers" y todas aquellas en las que se da mayor libertad sexual (como en los matrimonios abiertos), sin que sea vista esta variedad como problemática o "insana". De hecho, el tomar a las relaciones extradiádicas sólo como un síntoma de deficiencias, implica un contenido en el cual se considera a la monogamia como patrón de conducta deseable, quedando las demás opciones como indeseables y, en el mejor de los casos, no sanas, con el riesgo de mostrar un punto de vista moralista, que obstaculice un tratamiento adecuado a la situación propia de la pareja.

En México hay pocos modelos validados para la población mexicana en cuanto a terapia de pareja, y mucho menos para manejar a las relaciones extradiádicas. De los existentes, es necesario validarlos con más investigación y práctica clínica.

Tras haber hecho la revisión de las diferentes posturas teóricas y sus modelos desarrollados para el manejo de las relaciones extradiádicas en terapia de pareja, se puede observar que todavía falta mucho por hacer en este campo al tratar con las relaciones extradiádicas. Se han dado algunos pasos firmes, pero aislados. Es por ello que resulta imperioso que exista más interrelación entre la teoría, la investigación y la práctica clínica de este fenómeno, que nos lleve a un mejor entendimiento y que, las intervenciones terapéuticas, logren en

verdad que los individuos superen esta situación con el menor daño posible y sean capaces de, a través de la reconstrucción de la confianza, el manejo de sus emociones, ideas o creencias, lograr el perdón y tomar una decisión acertada acerca de su futuro en pareja, todo esto con el fin de construir relaciones más sanas, ya sea con su pareja formal, con la extradiádica, solos, en el marco de la monogamia o de los matrimonios abiertos.

## REFERENCIAS

Afifi, W.A., Falato, W.L. y Weiner, J.L. (2001). **Identity Concerns Following a Severe Relational Transgression: The Role of Discovery Method for the Relational outcomes of Infidelity.** Journal of Social and Personal Relationships. 18 (2), 291 - 308.

Atwood, J.D. y Seifer, M. (1997). **Extramarital Affairs and Constructed Meanings: A Social Constructionist Therapeutic Approach.** The American Journal of Family Therapy. 25 (1), 55-75.

Avelarde, M.P., Reyes, D.R., Díaz-Loving, R. Y Rivera, S. (1996). Efectos del Paso del Tiempo sobre el Amor, la Interacción, los Celos y la Infidelidad. **La Psicología Social en México.** Asociación Mexicana de Psicología Social. 6, 275-281.

Barbosa, A. (1994). **Sexo y Conquista.** México: UNAM.

Barragán, L. (1998). **Un Modelo de Consejo Marital Basado en la Aplicación de Estrategias de Solución de Conflictos y de Reforzamiento Recíproco.** Tesis de Maestría. Universidad Nacional Autónoma de México Campus Ciudad Universitaria, México, D.F.

Beck, A.T. (1990). **Con el Amor no Basta.** México: Paidós.

Boekhout, B.A., Hendrick, C. y Hendrick, S. (1999). **Relationship Infidelity: A Loss Perspective.** Journal of Personal and Interpersonal Loss. 4 (2), 27- 31.

Bonilla, M.P. (1993). **La Infidelidad en la Pareja, Conceptualización e Implicación en Hombres y Mujeres Mexicanos.** Tesis de Doctorado. Universidad Nacional Autónoma de México Campus Ciudad Universitaria, México, D.F..

Bonilla, M.P, Hernández, A.M. y Andrade-Palos, P. (1998). Actitud Hacia la Infidelidad y su Relación con Algunas Variables sociodemográficas. **La Psicología Social en México.** Asociación Mexicana de Psicología Social. 7, 188-192.

Bonilla, M.P, Hernández, A.M. y Andrade-Palos, P. (2000). Atribución y Actitud ante la Infidelidad. **La Psicología Social en México.** Asociación Mexicana de Psicología Social. 8, 17-23.

Brehm, S.S. (1992). **Intimate Relationships [Relaciones Íntimas].** USA: McGraw-Hill.

Brown, E.M. (1991). **Patterns of Infidelity and Their Treatment [Patrones de la Infidelidad y su Tratamiento].** New York: Brunner/ Mazel.

Brown, E.M. (1999). **Affairs: A Guide to Working Through the Repercussions of Infidelity** [Aventuras: Una Guía para Trabajar sobre las Repercusiones de la Infidelidad]. San Francisco: Jossey - Bass Publishers.

Buunk, B.P. y Dijkstra, P. (2000). Extradyadic Relationships and Jealousy. En Hendrick, C. y Hendrick, S (Eds.), **Close Relationships: A source Book**. (317-329). California: Sage Publications.

Carrancá y Trujillo, R., Carrancá y Rivas, R. (1999). **Código Penal Anotado**. México: Porrúa.

Casas, M.E., Gudiño, S. Y Nadelsticher, A. (1986). La Infidelidad en Matrimonios Mexicanos. **La Psicología Social en México**. Asociación Mexicana de Psicología Social. 1, 392-398.

**Código Penal Para el Distrito Federal**. (1998). México: Porrúa.

Dattilio, F.M. y Padesky, C.A. (1990). **Terapia Cognitiva con Parejas**. Bilbao: Desclée de Brower.

Elbaum (1981). **The Dynamics, Implications and Treatment of Extramarital Sexual Relationships for Family Therapist**. Journal of Marital and Family Therapy. 7, 489-495.

Ellis, A. y Dryden, W. (1989). **Práctica de la Terapia Racional Emotiva**. Bilbao: Desclée de Brower. pp. 114-121.

Estrada, A. (1998). **Consecuencias Psicológicas de la Infidelidad en Parejas Casadas**. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México Campus Zaragoza, México, D.F.

Fernández, A. Sánchez, R. (1993). **Aplicación de un Programa de Entrenamiento de Comunicación Entre Parejas en Población Mexicana y sus Efectos**. Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México Campus Ciudad Universitaria, México, D.F.

Glaserfeld, E. (1997). El Constructivismo Radical o la Construcción del Conocimiento. En Watzlawick, P. y Nardone, G (Eds.), **Terapia Breve Estratégica**. (39-50). España: Paidós.

Glass, S.P. y Wright, T.L. (1985). **Sex Differences in Type of Extramarital Involvement and Marital Dissatisfaction**. Sex Roles. 12 (9/10), 1101-1120.

Glass, S.P. y Wright, T.L. (1992). **Justifications for Extramarital Relationships: The Association between Attitudes, Behaviors, and Gender.** The Journal of Sex Research. 29 (3), 361-387.

Golden, C., Frazier, M. Y Clahoun, J.F. (1984). **The Sequence of Treatment And Additional Information in Person Perception Change of a Case of Infidelity.** Family Therapy. 11 (3), 229-240.

González, F. (1976). **El Código Penal Comentado.** México: Porrúa.

Hernández-Rossette, S. (2000). **Actitud y Estilos de Afrontamiento Ante la Infidelidad en Hombres y Mujeres Mexicanas.** Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México Campus Ciudad Universitaria, México, D.F.

Hite S. (1978). **El Informe Hite: Estudio de la Sexualidad Femenina.** Barcelona: Plaza & Janes.

Hulbert, D. F. (1992). **Factors Influencing a Woman's Decision to End a Extramarital Sexual Relationship.** Journal of Sex & Marital Therapy. 18 (2), 101-113.

Ibarra, L. (1998). **Las Relaciones Entre los Sexos en el Mundo Prehispánico.** México: Porrúa.

Kaplan H. S. (1978). **La Nueva Terapia Sexual.** Madrid: Alianza.

Kinsey, A.C., Pomeroy, W.B., Martir, C.E. y Gebhard, P.H. (1953). **Sexual Behavior in the Human Male.** Philadelphia and London: W.B. Saunders. **Sexual Behavior in the Human Female.** Philadelphia and London: W.B. Saunders.

Larousse (2001). **Diccionario enciclopédico.** México: Larousse.

Lusterman, D. D. (1995). **Treating Marital Infidelity.** En Mikesell, R.H. (Ed.), **Integrating Family Therapy: Handbook of Family Psychology & Systems Theory.** (259-269). Washington, DC: American Psychological Association.

Marret, K.M. (1990). **Extramarital Affairs: A Birelational Model For Their Assessment.** Family Therapy 17(1), 2-28.

Masters, W. H., Johnson, V. F., Kolodny R.C. (1987). **La Sexualidad Humana.** Barcelona: Grijalbo.

Montano, E.E., Neria, L.A. (1994). **Actitud hacia la infidelidad en parejas casadas.** Tesis de Licenciatura. Universidad Nacional Autónoma de México Campus Ciudad Universitaria, México, D.F.

- Morali-Daninos, A. (1980). **Historia de las Relaciones Sexuales**. Colección ¿Qué sé?. México: Cruz - Presses Universitaires de France.
- Norment, L. (1998). **Infidelity II**. Ebony 54 (2), 148 - 151.
- Penn, C.D., Hernández, S.L. y Bermúdez, J.M. (1997). **Using a Cross-Cultural Perspective to understand Infidelity in Couples Therapy**. The American Journey of Family Therapy 25 (2), 169-184.
- Sánchez-Azcona, J (1974). **Familia y Sociedad**. México: Grupo Editorial Planeta. pp. 15-24.
- Selvini-Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G. y Prata, G. (1986). **Paradoja y Contraparadoja**. México: Paidós.
- Shackelford, T.K. y Buss, D.M. (1997). **Cues to Infidelity**. Personality & Social Psychology Bulletin. 23 (10), 1034 - 1045.
- Silverstein, J.L. (1998). **Countertransference in Marital Therapy for Infidelity**. Journal of Sex and Marital Therapy. 24, 293-301.
- Soustelle, J. (1955). **La Vida Cotidiana de los Aztecas en Vísperas de la conquista**. México: Fondo de Cultura Económica.
- Thompson, A.P. (1983). **Extramarital Sex: A Review of the Research Literature**. The Journal of Sex Research. 19 (1), 1-22.
- Thompson, A.P. (1984). **Extramarital Sexual Crisis: Common Themes and Therapy Implications**. Journal of Sex & Marital Therapy. 10 (4), 239-254.
- Treas, J. Y Giesen, D. (2000). **Sexual Infidelity Among Married and Cohabiting Americans**. Journal of Marriage and the Family. 62 (1), 48-60.
- Vaughan, P. (1998, abril). **The Monogamy Myth [El Mito de la Monogamia]** (30 párrafos). Disponible en: [www.vaughan-vaughan.com](http://www.vaughan-vaughan.com).
- Zumaya, M. (1994). La infidelidad. En CONAPO. **Antología de la Sexualidad Humana III**. México: Miguel Angel Porrúa.
- Zumaya, M. (1998). **La Infidelidad. Ese Visitante Frecuente**. México: Edamex.