

ALGUNOS APUNTES ACERCA DE LA TERAPIA DE PAREJA

CARLOS ARTEAGA P.
PEDRO GUJERRERO G.

RESUMEN

Ante la cada vez más evidente dificultad de convivencia en pareja, manifiesta de diversas maneras y principalmente en el creciente número de separaciones conyugales que se están observando en las últimas décadas, los psis, como componentes de un todo social, no somos inmunes a una situación que percute la base de la estructura social en la medida en que desestabiliza el núcleo de ella, la familia. De ahí, que con un doble compromiso somos llamados a escena: por un lado para satisfacer nuestro papel de "normativizadores" de las pautas socialmente aceptadas y por el otro para ayudar a los individuos en conflicto, e intentando dar respuesta a unos y a otros nos permitimos poner en consideración un modelo, que con un cambio de mirada, apunta más hacia la institución matrimonial que hacia el nosos de los sujetos en aprieto, sin negar la existencia de patos mental.

Este libro trata del espacio, del lenguaje y de la muerte; trata de la mirada.

M. Foucault.

Cuando oímos hablar de psicoterapia de pareja, tendríamos que asumir analógicamente con el modelo médico, que las personas objeto de dicho procedimiento terapéutico, sufren de algún modo cierta enfermedad, o padecen de una anomalía, o en el mejor de los casos son anómalas, con relación a los patrones de normalidad-adaptación asignados a los componentes del vínculo matrimonial. Siguiendo este orden de ideas cabrían varias posibilidades, tales como que el hombre tuviese algún trastorno o por el contrario fuese la mujer víctima de alguna noxa, o bien que uno y otra sufriesen de cualquier alteración con la cual se pondría en dificultades la armonía conyugal.

Pero nos preguntamos a manera de discusión: ¿Qué tipo de desorden es el que distorsiona la relación de pareja? Es evidente que aunque en ocasiones los padecimientos somáticos limitan o envilecen transitoriamente la afinidad marital, no es precisamente a estas personas a quienes está dirigida la psicoterapia de pareja, pues la lógica médica nos

enseña que una vez establecida la salud, sería probable que el sujeto en curación se reintegrara normalmente a su vida familiar. Sin embargo, no es improbable que personas con serios problemas físicos se adapten satisfactoriamente a la alianza conyugal, y por el contrario, independientemente de su salud, otras gentes nunca se adaptan a ella.

Esta reflexión nos hace pensar de inmediato que lo que impide la felicidad del matrimonio, no es tanto la salud o la enfermedad en términos somáticos, obligándonos a buscar otras causas del desarreglo, y es aquí en donde el gazapo salta de los textos de nosografía psiquiátrica.

Por todos es aceptado que un grave trastorno psicológico hace muy difícil la relación interpersonal y por ende la convivencia nupcial, y es cierto también que en la medida en que procedemos de una familia, aportamos a la propia un cierto grado de neurosis. Es decir, que los severos problemas mentales harán imposible la afinidad del connubio, y por lo tanto quien los padeciese sería objeto del saber psiquiátrico, pero en el evento de su curación, sucedería algo similar a lo que ya analizamos con relación a los sufrimientos somáticos, y entonces en estos casos la psicoterapia de pareja tendría tan solo un valor complementario o en ocasiones simplemente aleatorio.

Aceptando este discurso los que nos consideramos "más o menos normales" no requeriríamos, desde luego, de ningún tipo de tratamiento a pesar de tener dificultades con nuestra pareja. Esta última observación nos conduce a pensar que en ocasiones no son tanto las personas las que están mal, sino que tal vez la institución de pareja, tal como la concebimos hoy, es de suyo inadecuada para satisfacer las necesidades humanas.

Si la tesis propuesta nos resultare evidente, estaremos en la obligación de buscar un nuevo modelo de examen para el desajuste de la pareja, sin descartar el estudio de las dificultades personales, que como ya se dijo, aportamos al matrimonio, aceptando en principio que la institución por sí misma es generadora de nuevos conflictos, cerrándose así una especie de "círculo vicioso" que de no ser interpretado correctamente nos hace correr el riesgo de juzgar la desadaptación conyugal únicamente en términos de anormalidad psicológica.

Así pues, permitásenos iniciar nuestra presentación con un breve análisis de la institución desde la perspectiva histórico-social.

CONTEXTO SOCIAL DE LA PAREJA

Todos conocemos como en los albores de la civilización la organización humana se hizo por grupos amplios en los cuales la descendencia seguía la línea materna, dándose en estas hordas primitivas que vivían dentro de un régimen de producción comunitario, un proceder sexual regulado tan sólo por rudimentarios procesos de selectividad.

Aceptamos también que el desarrollo gradual de la sociedad hizo cada vez más evidente el canon sexual dirigido al fortalecimiento de las instituciones nacientes, dentro de un orden elemental que no obstante requería ya de un cierto establecimiento conyugal que satisficiera las necesidades de la propiedad privada, configurándose de este modo la familia matriarcal y con ella, por la diferencia del trabajo, la paulatina diferencia masculino-femenino, lo cual condujo a la mujer al interior del hogar para ocuparse principalmente de

la reproducción y de la crianza de la prole, mientras el hombre asumía el papel de proveedor económico, y como tal pudo constituirse en el jefe indiscutible de la familia (12).

Vemos entonces en este primer tránsito entre la comunidad primitiva y la original familia patriarcal, como aparecen dos factores determinantes: De un lado, la estructura económica que comienza con el "comunismo primitivo" y se continúa con la incipiente propiedad privada de características esclavistas; y del otro la regulación social del comportamiento sexual, que de lo meramente instintivo, común a todas las especies animales, evoluciona hasta la normativa de la exclusividad monogámica. Y desde esas épocas inmemoriales, estos dos factores continúan gravitando alrededor de la relación hombre-mujer y estableciendo la institución de la pareja humana. Dicho de otra manera, desde el comienzo de la división de clases, la familia y la pareja permanecen prácticamente inmodificables, salvo algunas diferencias de matices, más formales que de contenido, tema que intentaremos desarrollar a continuación en lo concerniente a la cultura occidental.

Dos fuentes de sabiduría convergen en el origen de nuestra civilización. En lo atinente al vínculo conyugal, el monoteísmo judío confundió en un mismo lugar los fenómenos afectivo-naturales con los procesos sociales en su lectura del matrimonio, con las consecuentes limitaciones de la manifestación de la sexualidad, especialmente para la mujer quien debió someter sus pulsiones a la fuerza de la ley. De otro lado y por el contrario, las culturas paganas supieron distinguir con claridad de una parte el afecto y el placer como hechos naturales, y de la otra, la institución social del matrimonio, cuyo fin último desde su óptica, era el de resolver los problemas de la reproducción y de la herencia. Esta noción de las cosas facilitó una legislación civil amplia que aceptaba el divorcio sin mayores dificultades, dejando ciertamente un espacio de mayor permisibilidad sexual para hombres y mujeres. Sin embargo, esta misma civilización hedonista creó en su seno el pensamiento idealista del amor y del sexo, representado en la opinión de la filosofía platónica y de la escuela peripatética, juicio que como veremos, luego fue retomado por los pensadores cristianos e incorporado a su cuerpo de doctrina.

El cristianismo al enfrentarse a las dos corrientes del mundo antiguo con respecto a la sexualidad y el casamiento, en esencia continuó los preceptos bíblicos por oposición a las costumbres del mundo grecorromano. Pero de suyo aumentó al ascetismo al reducir aún más el espacio erótico del matrimonio, en la medida en que lo concibe como indivisible, concluyendo así la antigua costumbre poligámica del pueblo judío, el divorcio y el placer sexual femenino, aún dentro de los límites conyugales.

La palabra de Cristo reglamentada por San Pablo y posteriormente ampliada y codificada por los Padres de la Iglesia hasta conducir al conyugo a la categoría de Sacramento, es acogida finalmente como asunto del Estado con la conversión de Constantino y desde entonces la nueva moral religiosa ejerce su influencia sobre el poder político, fenómeno que aún perdura en nuestros días.

Así pues la institución pareja-familia se conserva inmodificable, dando la apariencia al observador desprevenido de ser un asunto "natural" y por lo tanto inmutable, y en cuanto necesaria para la armonía social, es objeto de atención por parte del Estado el que asume su tutela como bien máximo a salvaguardar.

Por otra parte las costumbres sociales han hecho de la diferencia masculino-femenino otro suceso "natural" que refuerza paralelamente la institución marital. Al asumir nuestra

cultura que la mujer es "distinta" al hombre, especialmente por su ministerio maternal, no le queda otro lugar en el mundo distinto al matrimonio y es conducida a éste como su más deseable destino. Al varón por supuesto le corresponde sin remedio acompañar a la mujer en el cumplimiento de su sino.

Empero, de unos años acá asistimos a otra de sus "crisis". Dos acontecimientos fundamentales desde la perspectiva política y social determinan el principio del cambio del viejo parentesco patriarcal. En primer lugar, el avance del socialismo al equiparar en sus derechos al hombre y a la mujer, propicia una nueva tipología femenina en esta cultura. En segundo lugar, la crisis económica de los países occidentales obliga a la mujer a abandonar el recinto familiar, para buscar con su salario un equilibrio económico doméstico. Estos eventos van a producir un cambio gradual en la psicología femenina, y la mujer empieza a darse cuenta de que su infantilismo e impotencia no eran más que creaciones fantásticas de épocas anteriores, y al apropiarse de su producción poco a poco abandona su antiguo papel.

Otro factor de importancia que ha facilitado este tránsito de la mujer, es la aparición, a mediados de los años cincuenta de los anticonceptivos orales, con lo cual se mostró la invalidez de la trampa biológica de su inferioridad "sublimidad" por la maternidad, que fue a no dudar uno de los más serios obstáculos con que tropezó durante mucho tiempo en la búsqueda de su propia identidad.

Antes de terminar este acápite, permítasenos hacer algunas reflexiones acerca del amor, categoría íntimamente relacionada con el casorio. Es creencia popular que el "amor", como experiencia personal, es un sentimiento inherente a la naturaleza humana y por lo tanto inmodificable manifestación desde el principio de los tiempos. Sin embargo, esta ideología muestra una clara contradicción entre "amor" y sexo. De una parte, la concepción del "amor" tiene más que ver con la ternura, con una noción altruista y pura, no siempre asociada con la sexualidad, existiendo para ésta un espacio conocido como "amor carnal". De la otra, el sexo ha sido mirado con cierto recelo, como algo inevitable en el ser humano pero poco deseable para su teología inmaterial. Esta dicotomía origina un amor bueno en cuanto se asume dentro de los límites de la norma, y otro perverso cuando se expresa por fuera de ella, configurándose de esta manera las instituciones paralelas al matrimonio como el concubinato y la prostitución, y algunas figuras psicopatológicas como la promiscuidad, la ninfomanía y el satirismo, causas éstas de la infidelidad y del adulterio (16).

Por el contrario, creemos nosotros que nuestra programación genética sólo nos da la capacidad de desear y ésta queda a merced del modelo cultural que escamotea nuestra necesidad al obligarnos a amar a una sola y única persona dentro de la rigidez del yugo tradicional, so pena de incurrir en la ruptura de la ley. El modelaje al cual nos hemos referido queda en evidencia si observamos cómo dentro de nuestra misma cultura occidental ha variado el concepto de "amor"

Superado el esclavismo se dió una forma diferente de expresión afectiva durante casi toda la Edad Media conocida como amor cortés, y éste a su vez fue reemplazado por el amor romántico, nacido de la idea del individuo como ente de libertad. Es entonces cuando el hombre y particularmente la mujer pueden escoger libremente a su pareja; es la época del connubio por amor y de la cada vez mayor sexualización del matrimonio, con lo cual

en forma sutil el racionalismo humanista se introduce al lecho conyugal y desde allí manipula la sexualidad. Se trata pues de una y específica forma de amor originado en la Ilustración y respaldado por la ciencia y la moral. Es el deber del duplo monogámico y heterosexual, institucionalizado y posesivo, rígido en sus roles, amor exclusivista y celoso que impide lo espontáneo y lo ocasional (16).

Resumiendo lo expresado hasta aquí, podemos decir que luego de la extinción de las comunidades primitivas y de la paulatina aparición de las sociedades de clase, y con éstas la familia patriarcal, el proceder erótico fué restringiéndose al interior del enlace como la conducta más deseable para la organización social, creyéndose popularmente que el matrimonio es un hecho natural y por ende inmodificable, invirtiéndose el orden del proceso en la medida en que prima el interés político sobre las necesidades particulares de los individuos.

EL CONCEPTO DEL ROL Y SUS IMPLICACIONES TERAPEUTICAS

La palabra rol proviene etimológicamente del latín *rotulus* que significa rolde o rollo, ya que en Grecia, también en la antigua Roma las diferentes partes dramáticas estaban escritas en rollos y los apuntadores se las leían a los actores, quienes trataban de memorizar sus papeles respectivos. Posteriormente, en los siglos XVI y XVII, con el surgimiento del teatro moderno, las partes de los personajes dramáticos fueron leídas en roldes o fascículos de papel y de esta manera cada parte de la obra teatral se convirtió en un rol. Por consiguiente, en su origen, rol no es un concepto de las ciencias sociales, sino que el vocabulario científico lo tomó del teatro y ateniéndonos a la afirmación de J. Moreno, fué él, quien la derivó a la psiquiatría: "Yo la introduje en los Estados Unidos a mediados de la década del 20. De los roles y controles, situaciones de rol y reservas de rol, se desarrollan naturalmente sus extensiones modernas: el ejecutante del rol, el desempeño de roles, el acting out y finalmente el psicodrama y el socio-drama" (23).

En su concepción más genérica, rol es, entonces, un galicismo por papel en una de sus acepciones: "Parte de la obra dramática que ha de recitar cada actor y la cual se le entrega para que la estudie" (10). Y es a partir de esta primera aproximación y ya inscrito en el lenguaje científico de nuestra época en donde se intenta su redefinición y aunque el término se halla hoy en día ampliamente difundido en la literatura de los psis (palabra que utilizaremos para designar psicólogos, psiquiatras y psicoanalistas), este no es un concepto claro y fácil de precisar, dadas sus múltiples y variadas definiciones. Observemos algunas de ellas, iniciando con la de su pionero:

J.L. Moreno (23): "Rol es la forma de funcionamiento que asume un individuo en el momento específico en que reacciona ante una situación específica en la que están involucradas otras personas u otros objetos".

G. Mead (21): Actitud que un individuo adopta en una relación interpersonal y que constituye la respuesta a las actitudes asumidas por los otros".

N. Ackerman (1): "Empleando el esquema de referencia psicodinámico, utilizaré el término para representar una unidad adaptativa de la personalidad en acción. Se considera aquí "rol social" como sinónimo de las operaciones del "yo social" o identidad social de la persona en el contexto de una situación vital definida".

Duetsch y Krauss (11): "El rol consiste en un sistema de expectativas que existen en el mundo social que rodea al ocupante de una posición, expectativa referente a su comportamiento hacia los ocupantes de otras posiciones".

Ahora bien, examinando correlativamente las deficiones citadas encontramos, al menos, los siguientes elementos en común:

1. Implica la existencia de un individuo dentro de una estructura que, en el caso de las relaciones interpersonales, requiere de otro u otros individuos complementarios en sentido dialéctico.
2. Dicha estructura, en este caso la sociedad, preexiste a los individuos y puede ser considerada independientemente de ellos, y
3. Para participar, el individuo debe llevar a cabo un proceso de incorporación que le permita adoptar una determinada actitud, en un espacio y un tiempo específicos, de acuerdo con las expectativas de los otros.

Es obvio, por ejemplo, que para que exista el rol de esposo, debe necesariamente existir también el rol de esposa; que dichos roles se desarrollan en una estructura social determinada y, para llevarlos a cabo, tanto uno como otro, deben introyectar unas determinadas pautas de conducta acerca del significado de cada rol en una cultura específica. Cabría, entonces, preguntarse: Quién y cómo se establecen las distintas normas que enmarcan un rol? Discusión en nada irrelevante, teniendo en cuenta que de ella dependen los criterios de lo bueno y lo malo, de lo permitido y de lo vetado o en otras palabras, de aquello que en un momento determinado puede ser objeto de manipulación terapéutica.

Aceptando que es el ser social quien determina la conciencia, y no la conciencia la que determina al ser social, un rol cualquiera que sea, está determinado por el ser social, ya que son los procesos sociales, procesos sin sujeto, los que crean los lugares donde esos sujetos habrán de inscribirse y que ese requerimiento exige la producción, también social, de los sujetos aptos para representar dentro de un sistema específico, un papel específico. A esta circunstancia la denominaremos rol asignado en la medida en que se trata de una interpelación que se hace al individuo desde lo social. Hasta aquí la respuesta por el quién que nos habíamos planteado previamente. Pasemos a contestarnos la segunda parte de ese interrogante, el cómo, sirviéndonos de N. Braunstein: "El sujeto no llega a serlo, ni por la maduración neurológica, ni por el despliegue de una libertad esencial, sino que está constituido como tal a partir de requerimientos emitidos por la estructura social y ejecutados por las instituciones, por los aparatos ideológicos del Estado, siendo los fundamentales, la familia, la educación, la religión y los medios de difusión de masas". Arribamos aquí al sujeto ideológico (ideología en el discurso del materialismo histórico, como una de las tres instancias del todo social y en donde a través de ella se asegura la inclusión de los sujetos en los procesos del conjunto), ubicado en su lugar correspondiente a él asignado en la estructura socio-económica. Y más adelante agrega: "este sujeto ideológico se expresa a través de una cantidad infinita de proposiciones (roles en nuestro caso), puestas gramaticalmente en primera persona, tanto del singular como del plural, que expresan la relación imaginaria que él mantiene con sus condiciones reales de existencia" (8), es decir, el yo y el nosotros en donde el individuo se hace poseer-

dor de un discurso ajeno y lo toma como suyo, situación a la que llamaremos rol asumido, generándose así la síntesis de lo individual y de lo prescrito.

Intentemos ahora una definición de rol en la cual se evidencie el valor de lo social, elemento imprescindible para aclarar el concepto, utilizando la de P. O'Donnell y que hacemos nuestra en estas líneas: "Se denomina rol a una conducta prescrita a partir de la situación en que se configura la dramática de un individuo, quien de este modo ocupa una posición preexistente que también podrá ser ocupada por otros simultánea o sucesivamente, corriendo por cuenta de lo personal tan sólo la disponibilidad hacia lo solicitado y el estilo en que dicho rol será desempeñado. Dicha prescripción puede estar a cargo de la fantasía inconsciente de otro individuo, o de la estructura y dinámica de la interacción de un grupo, o de la inoculación y presión por parte del contexto social. Estos tres orígenes de la prescripción son únicamente discriminables con una finalidad descriptiva, por cuanto son niveles que se entrecruzan e imbrincan de manera ineluctable" (24).

*"En el centro de mi vida
en el núcleo capital de mi vida
hay una fuente luminosa un surtidor
que alza convicciones de colores
y es lindo contemplarlas y seguirlas*

*En el centro de mi vida
en el núcleo capital de mi vida
hay un dolor que palmo a palmo
va ganando su tiempo
y es útil aprender su huella firme*

*En el centro de mi vida
en el núcleo capital de mi vida
la muerte queda lejos
la calma tiene olor a lluvia
la lluvia tiene olor a tierra*

*Esto me lo contaron porque yo
nunca estoy en el centro de mi vida" (4)*

Trasladando estas disertaciones al ámbito psicoterapéutico y admitiendo como objetivo de toda terapia la producción de un cambio, cualquier que sea la escuela seguida, la cuestión fundamental gira en torno a qué es lo que se debe cambiar y hacia dónde y cómo encaminar ese cambio. La respuesta a estos interrogantes ha sido y continúa siendo un punto álgido, un talón de aquiles epistemológico que viene revisándose desde muchas perspectivas sin apuntar a una solución inmediata, dada la variedad de opiniones que tienen su fundamento en teorías radicalmente cotrapuestas. Sin embargo, mientras la discusión prosigue, y ojalá continúe, nosotros nos vemos diariamente abocados a una situación concreta: la persona que consulta, ante la cual tenemos dos alternativas, aceptamos o no aceptamos ese encargo, reto que algunos hemos acogido no sin preocupación, debiendo enmarcar la praxis dentro de un contexto teórico determinado que, obviamente, señalará el derrotero de la primera.

Con un carácter amplio, P. Watzlawick, y en forma eminentemente práctica plantea así el problema: "quien acude a nosotros en busca de ayuda, es porque, de alguna manera sufre bajo el peso de su relación con el mundo. Con esto quiere decirse que sufre bajo el peso de su concepción o imagen del mundo, bajo la no resuelta contradicción entre lo que las cosas son y lo que, de acuerdo con su visión del mundo, deberían ser. En este punto, le quedan dos posibilidades: una intervención activa, que acomoda en mayor o menor grado el medio ambiental a su visión del mundo, o, donde esto no es posible, proceder a la inversa, es decir, acomodar su visión del mundo a los datos inamovibles" (31). La primera una solución política, la segunda en palabras del mismo autor "objetivo y meta propia del cambio terapéutico". Se insinúa, acaso, que la única posibilidad psicoterapéutica es la adaptación del sujeto al medio, o siguiendo el hilo conductor de estas páginas sinonimizar rol asumido con el rol asignado. A nuestro entender, no. Ya en un trabajo previo (3) habíamos cuestionado el concepto de adaptación, que en tanto y cuanto criterio de la biología como ciencia natural, aceptarlo sin ningún reparo en las Ciencias Sociales no pasa de ser un reduccionismo. "La adaptación como meta suprema conduce a lo que Winnicott denomina un "falso self", establecido sobre una base de conformismo; un "self verdadero" no sólo es adaptativo, es, también, un self creador, capaz de transmitir al mundo que lo rodea lo que hay en él de inédito y de nuevo" (17). Pero a falta de pan, buenas son tortas y continuamos utilizando el término por ausencia de uno más adecuado despojándolo de una connotación biológica: adaptarse a un medio natural no es lo mismo que adaptarse a un sistema social.

Así las cosas, recurrimos a la noción de rol posible como faro hacia donde dirigir la intervención terapéutica, en la medida en que nuestro objetivo es la reubicación del individuo en el mismo escenario pero con un papel diferente que le permita disminuir la carga de sufrimiento que soporta, movimiento factible por lo que nos queda de libertad: "Al fin de cuentas cada uno es siempre responsable de lo que se ha hecho de él, incluso si no puede hacer nada más que asumir esta responsabilidad. Creo que un hombre siempre puede hacer algo con lo que se ha hecho de él. Es la definición que daría hoy a la libertad, ese pequeño movimiento que hace de un ser social totalmente condicionado, una persona que no restituye la totalidad de lo que ha recibido de su condicionamiento. Lo que hace de Genet un poeta, por ejemplo, aunque haya sido rigurosamente condicionado para ser un ladrón. Porque cuando Genet dijo "soy un ladrón", este minúsculo desplazamiento fué el comienzo de un proceso por el cual se convirtió en poeta" (27).

Ese desplazamiento depende, según lo vemos, de dos aspectos íntimamente relacionados: el primero, y principal, la disponibilidad de sitios hacia donde movilizarse dentro de una estructura social determinada que como ya se dijo, pero no sobra recalcar, se encuentra previamente delimitado por ella misma y en donde la cantidad y la calidad de dichas posibilidades es directamente proporcional al nivel de desarrollo social alcanzado y, en segundo lugar, el grado de sometimiento y alineación que restringe o amplía la percepción de alternativas. La relación terapéutica se desenvuelve, entonces, en este segundo plano en el cual psis y paciente, en el caso de la psicoterapia individual, o psis y pacientes, en el caso de la psicoterapia de pareja, familia o grupo, enfrentan una tarea común en la búsqueda de alternativas, el análisis de las mismas y la decisión de movimiento de una a otra posición, que una vez llevada a cabo se despliega en el primero de los aspectos referidos, pues el sujeto desempeñará sus nuevos roles en el sistema social en que vive. Es decir que la pretensión de la psicoterapia no es y no puede ser la modificación de la sociedad en sen-

tido estricto, pero tampoco es una relación aséptica de dos o más miembros en donde se soslaya la importancia de lo social en la formación y determinación del individuo.

Trabajar como psis requiere de una crítica permanente, de un darnos cuenta que también nosotros hemos asumido un rol como tales y en qué medida y hasta qué punto, éste nos ha sido asignado, pero no siendo el objetivo del presente trabajo, abortamos la polémica al punto de iniciarla.

"PSICOPATOLOGIA" DE LA PAREJA

No es para nadie desconocido el hecho que desde hace unas décadas se viene observando un incremento progresivo de dificultad de la convivencia en pareja, lo cual en muchos casos conduce a la ruptura de vínculo o cuando ésta no se produce, por diversas razones que analizaremos más adelante, el grado de malestar, de uno o ambos cónyuges, puede llegar a ser enorme. Aunque en nuestro medio no poseemos datos estadísticos, ni siquiera aproximados, con relación a las separaciones en el caso del matrimonio eclesástico, o de divorcios en el caso del matrimonio civil, o de disoluciones en el caso de las uniones libres, o de abandono en cualquiera de las anteriores, es evidente el inmenso número de querellas entabladas ante los distintos establecimientos del Estado, principalmente el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. En afinidad con lo anterior menciona C. Rogers (25): "En California hubo en 1970, 173.000 matrimonios y aproximadamente 114.000 divorcios. En otras palabras, 66 parejas se separaron por cada 100 que se unieron". Esta situación ha traído consigo una mayor demanda en consulta y asesoría profesional, relacionada directa o indirectamente con los problemas del duplo, evento para el cual los psis no estábamos y posiblemente aún no estamos, adecuadamente preparados. Si bien los informes presentados por algunos autores varían de unos a otros, estas diferencias no son significativas y están más o menos de acuerdo. Por ejemplo, Sager, Gundlach y Kremer reportaron que el 50% de los pacientes que pidieron psicoterapia, lo hicieron principalmente por dificultades maritales y que otro 25% tenía problemas relacionados con el matrimonio (26). Similarmente, Gurin, Veroff y Feld refieren que entre las razones por las que las personas buscan ayuda para sus dificultades emocionales, las preocupaciones maritales ocupan un primer lugar, seguidas por otras cuestiones familiares (18).

Como se había mencionado, no es nuestro propósito analizar los trastornos conyugales suscitados por grave alteración psíquica, pues sería ingenuo pensar que las estadísticas relatadas fueran proporcionales a la enfermedad mental, circunstancia que nos plantea la necesidad de una óptica diferente en la conceptualización de este asunto, enfatizando que en ningún momento negamos la existencia de la patología mental como evento causal o precipitante de la conflictiva marital, pero que por sí solo no explica la magnitud del problema. Volvamos a la tesis expresada inicialmente: la institución pareja, tal y como la concebimos hoy día, es generalmente inadecuada para la satisfacción de las necesidades de sus miembros, que de ser aceptada no exige una interpretación distinta de los fenómenos observados fuera de la mera adscripción nosológica.

No obstante, y a pesar de la evidencia cotidiana, la gente continúa uniéndose en pareja, sin interesar el nexo elegido, pues la estructura y la dinámica son análogas, es decir que él se enmarcará dentro del rol de esposo y ella en el de esposa, diferentes según las culturas y en menor grado según las clases sociales, pero coincidentes en varios aspectos fundamentales y que la caracterizan en la actualidad.

Abordar la estructura y la dinámica de cualquier proceso de interrelación requiere de una aproximación, al menos elemental, del concepto de sistema. El enfoque moderno lo define como un conjunto de partes que están organizadas de acuerdo con una cierta estructura, de tal forma que cada cual ocupa una posición especial en referencia con las demás, de manera que lo que hace cada parte influye en la totalidad del mismo y a su vez lo que hace el sistema influye sobre cada uno de sus componentes. Cuando además un sistema intercambia materia con su medio circundante, exhibe importación y exportación, constitución y degradación de sus componentes materiales, o en otros términos, existe una interacción dinámica entre sus partes que puede autorregularse de acuerdo con la información suministrada, nos encontramos frente a un sistema abierto, por oposición a uno cerrado, siendo el primero de una complejidad mucho mayor. Los modelos mecánicos son un ejemplo de un sistema cerrado, mientras que los modelos biológicos y sociales lo son de un sistema abierto. Esta teoría introducida y desarrollada por L. von Bertalanffy a mediados del presente siglo encontrado eco en psicología, psicopatología y psicoterapia y en donde puede mencionarse a Grinker (15), Castilla del Pino (9), la escuela de Palo Alto (29, 30, 31) y el mismo Bertalanffy (7), para citar tan sólo algunos casos por nosotros conocidos.

Después de este paréntesis retomemos el aspecto estructural. "Todo sistema tiene una estructura, es decir un nivel de organización y un conjunto de reglas o leyes, implícitas o explícitas, que rigen su funcionamiento" (22) y que en el caso de la pareja en nuestro medio, son las siguientes: heterosexualidad, monogamia, exclusividad y maltusianismo. Dicho en otras palabras, el conjunto de normas socialmente impuestas determinan la estructura y ésta, a su vez, conlleva una dinámica acorde para mantenerla y perpetuarla, en donde cada participante debe asumir el rol asignado para obtener el sistema deseado y por tanto aceptado, constituyéndose en el paradigma a imitar. Así cada cultura crea, con disparidad de matices y según la época, un tipo ideal de pareja que se ajusta en mayor o menor grado a las necesidades sociales y que en el mundo occidental de ascendencia judeo-cristiana se halla enmarcada por los cuatro parámetros expresados: debe ser conformada por personas de sexo distinto; la actividad sexual ha de realizarse únicamente al interior del connubio; además se restringen otras relaciones, tantas como sea posible, a las cuales se les atribuya connotación erótica; y en donde uno de los objetivos primordiales es la conformación de una familia. Esa aparente idealidad cae sepultada ante la incontrovertible realidad de una organización rígida que la convierte en una relación opresora y limitante, que poco o nada tiene que ver con aquella fantasía que sutilmente nos fué inoculada durante el crecimiento y desarrollo.

En parte de la literatura por nosotros examinada (5, 13, 14, 28), se ve la pareja desde distintos ángulos y se proponen diferentes modelos terapéuticos, pero sin cuestionar la institución per se, y en este sentido consideramos pertinente explorar nuestras tesis más a fondo: si bien existen personas mentalmente alteradas que se unen en pareja y hacen de la relación viacrucis, también existen individuos, "más o menos sanos" que no encuentran su satisfacción al interior de ella y que sufren, en tanto y cuanto, no logran adaptarse. El sufrimiento, por un lado, y el sentimiento de impotencia que se genera, por el otro, conducen a una serie de expresiones psicopatológicas que no son causa sino efecto de malestar en el depositorio. Con lo anterior no pretendemos declarar que todas las personas que se casan sufren dentro del ámbito conyugal ya que de hecho muchas pueden adaptarse a él: unos asumen su posición como un destino, como una carga que les impone dicha condición y que están dispuestos a tolerar; los otros, establecen un espacio de comunica-

ción en donde discurren acerca de los preceptos de su relación y llegan a acuerdos que les permiten un funcionamiento más armónico. Estos individuos si consultan a los psis lo harán generalmente por problemas distintos a la pareja.

Ahora bien, aquellos que no se adaptan tienen dos alternativas: o expresan su aflicción en términos psicopatológicos, o conciben la ruptura del lazo como la solución a su conflicto. Los primeros, cuando acuden a consulta, presentan motivos explícitos (referidos claramente a una problemática conyugal), o implícitos (no ligados conscientemente al vínculo y que con posterioridad se develan durante el proceso terapéutico). Aunque nuestra experiencia en terapia de pareja no es amplia, hemos encontrado los siguientes motivos de consulta en orden idecreciente de frecuencia, que por su escaso número no nos atravesamos a proponer como patrón estadístico:

MUJERES

Quejas psicósomáticas
Ansiedad
Depresión
Disfunciones sexuales
Crisis conversivas
Abuso de drogas (incluyendo OH)
Hipocondría

HOMBRES

Quejas psicósomáticas
Ansiedad
Depresión
Abuso de drogas (incluyendo OH)
Disfunciones sexuales

Al referirnos a la disolución del yugo, cualquiera sea su forma, debemos hacer una salvedad. Muchas parejas utilizan este argumento, más como un mecanismo de presión, como una punta de lanza para aguijonear a su compañero y obtener de él un cambio, que como una posibilidad genuina para resolver sus dificultades, y según nos parece el finiquitar una relación depende fundamentalmente, no tanto de percibir como más racional el celibato que el matrimonio, sino de poder hacerlo. En otras palabras la gente no se divorcia por la desdicha y la infirmitad de la cual es objeto sino porque le es dable la otra opción. No obstante y a pesar de la viabilidad y la posibilidad de realizar la separación, paradójicamente este hecho origina en muchos casos gran malestar psicológico, especialmente en quien toma la determinación, evento este que amerita la intervención terapéutica.

PROPUESTA TERAPEUTICA

*"¡Auxilio! Desean ahogarme.
¡Socorro! Quieren matarme.
¡Auxilio! Desean casarse conmigo;
me quieren enterrada en una casa,
en la cocina cocinando,
en los cuartos limpiando,
al piano tocando,
en la iglesia confesándome.
¡Socorro! quieren casarme conmigo,
en el lecho preñarme". (2)*

Como se ha podido observar, nuestro modelo teórico nos conduce más a preocuparnos por el pato de la pareja en conflicto, en cuanto su acepción de sufrimiento, y menos por

el nosos en tanto significado de enfermedad, —pues como ya explicamos, en este suceso las personas deben ser estudiadas desde el punto de vista psicopatológico. En rigor continuaremos refiriéndonos únicamente a las gentes que devienen en problemas con relación a su situación conyugal.

De momento debemos retomar el dechado médico para proseguir con el hilo de nuestra exposición, si queremos ofrecer un nuevo rol posible a nuestros consultantes como opción terapéutica, lo cual no puede salir del cubilete de mago, ya que debe responder de alguna manera al proceso deductivo de la mitología científica. Sabemos que una acción terapéutica y una previsión pronóstica se originan en el conocimiento psicopatológico, y éste a su vez proviene de un presupuesto psicológico. Y es precisamente aquí, en torno a la interpretación del fenómeno mental, en donde los psis aún no nos ponemos de acuerdo. No podemos aceptar desde nuestro punto de vista ningún tipo de determinismo y por lo tanto, en principio, nos alinderamos con la acepción freudiana de la psicología biológica, en cuanto programación genética que señala un funcionamiento específico de la psique cuya finalidad es la adaptación al entorno. Más a nuestro entender no basta con la existencia justa de un substrato biológico sin la posibilidad adecuada de la reflexión de la realidad, pues si bien es cierto que la programación genética por lo general es sana, no siempre la información con que ésta se alimenta es correcta, ya que dicha información preexiste al sujeto quien deben ajustarse socialmente a los requerimientos de su cultura.

Esta idea nos conduce a pensar que la conducta humana se establece por la interrelación dinámica de los factores biológicos y de los modelos culturales, manifestación que en fin de cuentas sería el objeto de estudio de los psis (9). Empero no es suficiente el conocimiento del fenómeno sin la precisión de su teleología. Dicho en otros términos aún nos falta comprender el para qué de la conducta y su adecuación social, o en otras palabras el concepto de su "normalidad". Y en cuanto nos concierne no podemos continuar aceptando como anormalidad la desadaptación a la norma esblecida, tal como lo señala la nosografía psiquiátrica, pues creemos que las pautas sobre las que se afirma la pareja convencional, distan de conciliar con las penurias humanas.

Pero antes de continuar, permítasenos hacer una breve disgresión que consideramos complementaria en cuanto al concepto de salud mental. Decíamos en párrafos anteriores que la finalidad del aparato psíquico es la de adaptar al organismo el entorno, y por lo tanto la salud mental no puede ser cosa diferente que la capacidad del hombre de solucionar sus carencias en un proceso que hemos dado en llamar "adaptación consciente" por oposición a la de los animales que tan sólo lo hacen en límites de supervivencia pasiva. El ser humano entonces, al asumir su salud debe buscar la transformación de la naturaleza, explorando mejores posiciones dentro de ella y por ende criticando y modificando las condiciones sociales que lo lesionan o lo restrinjan.

Dicho lo anterior y para retomar el cabo de nuestro discurso, con Laing tendríamos que decir que "...todo el que esté adaptado a esta sociedad está loco y quien esté desadaptado está sano. . ." (20). Sinembargo, el desadaptarse al común no se realiza impunemente, pagándose por ello un precio muy alto, traducido en términos de sufrimiento, es el patos a que nos hemos referido, lo cual justifica plenamente nuestra presencia como terapeutas.

Resumiendo lo anterior y ya con fines profilácticos, podemos afirmar que el desadaptarse a una institución social injusta no puede interpretarse como "anormalidad" y me-

nos aún proponer un tratamiento para ajustar al desadaptado. Sería tanto como intentar acostumbrar al hambre a quien no consigue trabajo, o cortar cabezas a falta de sombreros.

Lo cierto es que el hombre de nuestra cultura está señalado por ella a demandar la solución de sus miserias dentro del ámbito conyugal y para tal fin se le construye un aparato ideológico a través de la familia, de la escuela y principalmente de los medios masivos de información, escondiéndosele las verdaderas motivaciones económicas y políticas que determinan la constitución del vínculo.

Así las cosas, tarde o temprano se encuentra atrapado en un lazo que desdibuja la idealidad del primer momento que prometía la dicha del amor. Nuestro hombre fué obligado a expresar sus afectos en un espacio único, pre-establecido por la ley sin que conociera previamente sus alcances, motivado exclusivamente por la costumbre y que merced al suceso del enorramiento no pudo hacer consciente antes del connubio. Es claro que lo oneroso del encuentro no sólo depende de éste por sí mismo, sino también por la *calidad de* quien comparte la estrechez de la estructura, y es en este espacio en donde se conjugan las dificultades del establecimiento por un lado y el aporte neurótico por el otro. De esta precisión depende la alternativa del tratamiento, pues de no tener esta claridad se corre el riesgo de englosinarse con lo psicopatológico sin mirar el conjunto.

Como ya explicamos, en el acápite de la psicopatología de la pareja, nos consultan dos tipos de personas: las que sin darse cuenta de sus dudas sólo expresan manifestaciones sintomáticas, y aquellas que siendo conscientes de sus problemas no encuentran desenlace a los mismos. Frente a los primeros, nos queda la incertidumbre de si es nuestro deber descubrir siempre el trasfondo de sus conflictos. En cuanto a las segundas, la metodología se facilita y tanto en unas como en otras propendemos por la entrevista de la pareja y cuando ésta no es posible invitamos a la persona consultante a asumir su propia responsabilidad ante el equívoco, independientemente de los intereses de su compañero, circunstancia mediante la cual ayudamos a finiquitar con el mito de la dependencia afectiva, es decir con la creencia de que la felicidad del uno depende de la conducta del otro. Esta afirmación nos conduce a un punto importante de discusión: ¿Hasta dónde el comportamiento de la pareja afecta la estabilidad emocional del parteneire? Es evidente que proceder altamente lesivos para la seguridad del otro son incompatibles con la armonía de la convivencia, pero otra clase de pautas que simplemente preterminen las normas, podrían desde otra lectura no alterar al avenirse de ella.

La primera cuestión es resolver si aún existen nexos afectivos a pesa de la situación de colisión. Si esto es así por parte de ambos, se puede dimanar a un replanteamiento de la relación. Pero si uno de los dos o ambos se excluyen del lazo afectivo, la recomendación obvia es la disolución del vínculo como solución de la dificultad. En este tenor tenemos que aclarar, que es muy frecuente confundir un genuino interés por el otro, con la apreciación enajenada del amor a la imagen, del desplazamiento a la fantasía en la medida en que el sujeto está programado para amar un ideal, en cuanto parte constitutiva de la institución familiar y por lo mismo desconoce al individuo real que se encuentra en su espacio sentimental.

Desmitificar el amor es otra de las faenas del terapeuta. Con mucha frecuencia encontramos en las personas de creencia de estar enamorados de otras absolutamente impertinentes por sus maneras conyugales, cuando en la realidad y merced a su programación

y a su pensamiento mágico, tan solo están sugestionados por el ideal aprendido, y buscan en el psis, el chaman que pudiese convertir a su pareja inconspicua en el arquetipo predefinido por la cultura. En afinidad a esta cuestión hacemos nuestro el saber popular cuando dice que "no se puede amar sino lo amable", es decir, si bien es cierto que pretender explicar con la lógica los requerimientos de la pasión es una tontería, no lo es menos aceptar sin beneficio de inventario los pedidos de la emoción. Pensamos sí, por oposición a la Escolástica, que nuestra alternativa no puede ser otra que la de poner al servicio de la irracionalidad amorosa todo el potencial de la razón.

Aclarado este interrogante los sujetos consultantes estarán en capacidad de optar por la separación, en el caso de encontrarse frente al agotamiento afectivo, o en el evento de la persistencia del amor mutuo, podrán intentar un acuerdo para continuar su vida en común. Nos corresponde pues a los psis, en un mismo quehacer afrontar la responsabilidad desde dos ángulos distintos: de una parte nos comprometemos con los individuos que desean seguir unidos, en la búsqueda de nuevas elecciones, y de la otra, con aquellos que han decidido la separación, conseguir a través de la psicoterapia que la ruptura sea lo menos traumática posible. En ambas circunstancias nos enfrentamos en un comienzo a situaciones similares producto del trauma emocional de los individuos en conflicto. Casi sin excepción, las primeras entrevistas se dan como un "juego de tribunales" (6) en donde los miembros se acusan mutuamente e intentan poner de su parte al terapeuta.

Solventada esta dificultad, nos encontramos ante el manejo de los sentimientos de culpa que pueden presentarse bajo el disfraz de la agresividad o el resentimiento; o explicitarse en francas manifestaciones depresivas y ansiosas. Nuestro empeño entonces se dirige en lo fundamental a disculpabilizar a los sujetos, realizando un cambio de mirada, pues hasta el momento éstos se observaban en términos antagónicos, acusándose mutuamente de su propio sufrimiento. Los conducimos a un análisis sistemático de la institución, independientemente de los sucesos que los involucraron en la querrela y consecuentemente los convocamos a un proceso de crecimiento, hacia una genuina autonomía que les servirá tanto si continúan unidos o no. Si la elección es el arreglo, se continúa el estudio de las normas establecidas que como es obvio se han roto en la convivencia y se aclaran los roles asumidos por cada uno de los participantes, ayudando a los esposos a hallar sus propias reglas de juego desde un nuevo rol, asegurando con esta hasta donde sea posible una mayor libertad e independencia de las personas comprometidas en el cambio.

Frente a la alternativa de la ruptura como solución, evaluamos los siguientes factores que propone M. Kalb y de los cuales depende que se llegue a una disolución por consenso:

1. Identidad ocupacional y seguridad financiera.
2. Nivel educacional.
3. Presencia, número de hijos y sus edades.
4. Edad al contraer matrimonio y tiempo de duración de la relación.
5. Edad actual
6. Percepción del grado de atractivo personal
7. Sentimientos y actitudes hacia el divorcio e historia de rupturas previas.
8. Naturaleza y grado de las relaciones prematrimoniales.
9. Historia de exposición a riesgos.
10. Presencia o ausencia de un tercero en discordia (19)

Estos items no tienen la misma significación tanto para los hombres como para las mujeres, así como tampoco el mismo valor a la hora de cuentas, pero indudablemente ofrecen un marco de referencia dentro del cual movilizarse.

Cuando uno de los miembros no desea la separación, bien porque aún conserva un sincero interés por el otro, o porque no satisface los requisitos mínimos para sentir el celibato mejor que el connubio; por un lado, evitamos en lo posible los sentimientos de culpa de quien supuestamente se convierte en el causante del sufrimiento de aquel que persiste en la continuación del vínculo y que en la mayoría de los casos finge como inocente en cuanto respetuoso de la norma; y por el otro, colaboramos en la resolución del duelo a aquel que pierde su objeto amoroso. En estos casos preferimos realizar nuestra tarea en terapia individual.

Todo lo dicho hasta aquí no tiene pretensiones definitivas, ni mucho menos intenta mostrarse como la única manera de abordar los problemas que se originan en el espacio conyugal. Nuestra intención es tan sólo favorecer la elucidación a quienes se encuentran abocados a estas circunstancias, y ofrecer nuestra experiencia a la crítica de los colegas.

BIBLIOGRAFIA

- (1) ACKERMAN, N. *Diagnóstico y tratamiento de las relaciones familiares*. Buenos Aires: Horme, 1978.
- (2) AMADO, J. Gabriela, *Clavo y Canela*. Buenos Aires: Lozada, 1980.
- (3) ARTEAGA, C. *Algunas reflexiones acerca de la psiquiatría académica*. Tesis inédita. Facultad de Medicina, Colegio Mayor de Nuestra Señora del Rosario, Bogotá, 1982.
- (4) BENEDITTI, M. *Cotidianas*. México: Siglo XXI, 1980.
- (5) BERENSTEIN, I, KALINA, E. LIENDO, F., et. al. *Psicoterapia de pareja y grupo familiar con orientación psicoanalítica*. Buenos Aires: Galerna, 1970.
- (6) BERNE, E. *Juegos en que participamos*. México: Diana, 1975.
- (7) BERTALANFFY, L. *Teoría General de los Sistemas*. México: Fondo de Cultura Económica, 1976.
- (8) BRAUNSTEIN, N. *Psiquiatría, teoría del sujeto, psicoanálisis (hacia Lacan)*. México: Siglo XXI, 1980.
- (9) CASTILLA DEL PINO, C. *Introducción a la psiquiatría*. Madrid: Alianza universidad, 1980.
- (10) *Diccionario Real Academia Española de la Lengua*. Madrid: Espasa-Calpe, 1970.
- (11) DUETSCH y KRAUSS. *Teorías en Psicología Social*. Buenos Aires: Paidós, 1970.
- (12) ENGELS, F. *El origen de la Familia, la Propiedad Privada y el Estado*. Bogotá: Los Comuneros, 1970.
- (13) ESTRADA, T. *Psicoterapia Conyugal*. P. 158-171. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. Bogotá Vol. 8, No. 2 (1979).
- (14) GONZALEZ, A. *Análisis de la relación de pareja*. Buenos Aires: Nueva Visión, 1979.
- (15) GRINKER, R. *Toward Unified Theory of Human Behavior*. New York: Basic Books, 1967.
- (16) GUERRERO, P. *Miedo al Sexo*. Bogotá, Canal Ramírez Antares, 1984.
- (17) GUNTRIP, H. *El self en la teoría y la terapia psicoanalítica*. Buenos Aires: Amorrortu, 1974.
- (18) GURIN, G., VEROFF, J., FELD, S. *Americans View Their Mental Health: A Nation Wide Interview Survey*. Joint Commission of Mental Illness and Health Monog. New York: Basic Books, 1960.

- (19) KALB, M. The Conception of the Alternative and Decision to Divorce. pp. 346-354. *American Journal of Psychotherapy*. Vol. 37 No. 3 (1983).
- (20) LAING, R.D. *El cuestionamiento de la familia*. Barcelona: Paidós, 1980.
- (21) MEAD, G. *Sociedad, personalidad y cultura de masas*. Buenos Aires: Paidós, 1972.
- (22) MINUCHIN, S. *Familias y Terapia Familiar*. Buenos Aires: Gedisa, 1982.
- (23) MORENO, J. L. *Psicodrama*. Buenos Aires: Horme, 1974.
- (24) O'DONNELL, P. *Teoría y técnica de la psicoterapia grupal*. Buenos Aires: Amorrortu, 1974.
- (25) ROGERS, C. *El matrimonio y sus alternativas*. Barcelona: Kairos, 1980.
- (26) SAGER, C., GUNDLACH, R., KREMER, M., et. al. *The Married in Treatment*, p. 205-221. *Arch. Gen. Psychiatry*, No. 19 (1968).
- (27) SARTRE, J.P. *El escritor y su lenguaje*. Buenos Aires: Tiempo Contemporáneo, 1967.
- (28) SLUZKI, C. (comp.) *Psicopatología y psicoterapia de la pareja*. Buenos Aires: Nueva Visión, 1979.
- (29) WATZLAWICK, P. BEAVIN, J. y JACKSON, D. *Teoría de la Comunicación Humana*. Barcelona: Herder, 1981.
- (30) WATZLAWICK, P. WEALAND, J y FISCH, R. *Cambio*. Barcelona, Herder, 1982.
- (31) WATZLAWICK, P. *El lenguaje del cambio*. Barcelona: Herder, 1980.