

Infidelidad en las relaciones de pareja: Algunas consideraciones para su abordaje en terapia

61

Infidelity in couple relationships: Some considerations for their intervention in therapy

Daniel De Jesús Ventura^a

^aAcadémico del Colegio de Ciencias y Humanidades, Universidad Nacional Autónoma de México. Correo electrónico: daniel.ventura@cch.unam.mx

Historia editorial

Recibido: 30-03-2018

Primera revisión: 24-04-2018

Aceptado: 09-05-2018

Palabras clave

infidelidad, terapia de pareja,
problemas de pareja, interacción

Resumen

Romper el acuerdo de exclusividad, involucrándose con una tercera persona, suele ser un fenómeno recurrente que se presenta en las relaciones de pareja, causando en la mayoría de los casos, una serie de conflictos entre sus integrantes. En este sentido, lo que se presenta a continuación es una descripción teórica acerca de algunos aspectos relativos a la infidelidad en las relaciones de pareja, destacando los procesos de interacción que subyacen ante este hecho. Para ello, además de hacer una breve conceptualización acerca del tema, se examina cómo la infidelidad modifica las pautas de interacción entre los integrantes de la pareja, causando dificultades en el vínculo relacional. Todo ello con la intención de advertir algunas consideraciones que pueden resultar de utilidad para abordar este tipo de casos en terapia, ya sea como una orientación para aquellos que comienzan a incursionar en este terreno, o como complemento para aquellos que ya tienen experiencia en la atención de este tipo de casos.

Abstract

Breaking the exclusivity agreement, getting involved with a third person, is usually a recurring phenomenon that occurs in relationships, causing in most cases, a series of conflicts between its members. In this sense, what is presented below is a theoretical description about some aspects related to infidelity in relationships, highlighting the interaction processes that underlie this fact. To do this, in addition to making a brief conceptualization about the topic, we examine how the infidelity modifies the patterns of interaction between the members of the couple, causing difficulties in the relational link. All this with the intention of warning some considerations that may be useful to address this type of cases in therapy, either as an orientation for those who begin to venture into this field, or as a complement for those who already have experience in the attention of this type of cases.

Keywords

infidelity, couple therapy, couple
problems, interaction

En la actualidad no existen cifras exactas acerca de la prevalencia de la infidelidad en las relaciones de pareja, pues al ser un tópico con una importante carga moral, quienes participan en este hecho tienden a mostrarse reservados en cuanto a su exposición, convirtiéndolo en un asunto de carácter privado; sin embargo, algunos autores señalan que en su práctica clínica cerca de la mitad de sus consultantes que acuden a terapia conyugal, lo hacen por problemas relacionados con el tema de la infidelidad (Pittman, 1994; Campo, 2007). Esta información coincide con los resultados obtenidos por Whisman, Dixon y Johnson (1997) quienes, a través de un estudio con terapeutas de pareja, identificaron que la infidelidad se sitúa como uno de los principales motivos de consulta, en términos de incidencia, dificultades en el abordaje clínico e impacto negativo sobre la relación de pareja.

Dada la relevancia de este tema para la labor terapéutica, lo que se presenta a continuación es una descripción conceptual acerca de la infidelidad en las relaciones de pareja y de algunos aspectos subyacentes a este fenómeno relacional, que deben ser considerados por el clínico al aceptar este tipo de solicitudes en terapia, para así estar en mejores condiciones de abordar satisfactoriamente este tipo de problemáticas humanas. La elección de los siguientes apartados responde a la necesidad de contar con una visión interaccional de la infidelidad, en la que se describa la forma en cómo se modifican los vínculos interpersonales a partir de este hecho, de tal manera que, al mismo tiempo sirva como un marco de referencia para orientar las intervenciones clínicas.

2. DESARROLLO

ASPECTOS CONCEPTUALES SOBRE LA INFIDELIDAD

A pesar de que no existe un consenso unívoco acerca de lo que significa e implica la infidelidad en la pareja, pues cada sociedad la define según sus propias normas culturales y temporales. Se han desarrollado diversos abordajes teóricos que se han ocupado del tema, aportando conocimiento en diferentes vertientes y en los cuales pueden apreciarse puntos coincidentes al referirse a la infidelidad.

De manera genérica se ha considerado la infidelidad, como la falta al compromiso de exclusividad por parte de uno de los miembros de la pareja, debido al involucramiento con una tercera persona (Pittman, 1994; Campo y Linares, 2002; Romero, Rivera y Díaz-Loving, 2010; Fife, Weeks y Stellberg-Filbert, 2013). En los casos más evidentes, se trata de un comportamiento que se mantiene a lo largo del tiempo de manera paralela a la relación primaria, no obstante, para adquirir esta cualidad basta con que el acto infiel se presente de manera ocasional con una o más personas.

Ahora bien, Moller y Vossler (2014), señalan que resulta difícil contar con una definición única respecto a que debe considerarse como infidelidad, ya que se trata de un concepto en el que se han identificado posturas contradictorias. Tradicionalmente el acto infiel se había asociado exclusivamente a las relaciones sexuales que se presentaban fuera del matrimonio, sin embargo, en la actualidad se asume que dicha transgresión a la relación también puede ser de carácter emocional o una combinación de ambas (Thompson, 1984). En la primera acepción, la infidelidad se caracteriza por establecer relaciones íntimas de carácter erótico, con una persona diferente a la pareja original, mientras que en la infidelidad emocional, la transgresión a la relación se encuentra matizada por la entrega de tiempo y esfuerzo hacía alguien más (Shackelford, LeBlack y Drass, 2000). En ocasiones, las relaciones extra diádicas mantendrán su cualidad de carácter sexual o emocional sin que necesariamente haya una combinación entre ambas, pero en otras tantas, sobre todo en aquellas relaciones de larga duración, es muy probable que se pase de una a la otra. En este sentido Glass y Wright (1977), han podido observar que los hombres que incurren en actos infieles, de manera inicial tienden a involucrarse sexualmente con otra persona y conforme mantienen el nuevo vínculo interpersonal por cierto tiempo, comienzan a experimentar un involucramiento de tipo emocional. Mientras que en las mujeres, parece ser que los primeros encuentros con una tercera persona son

de tipo emocional, para después extenderse al ámbito sexual. Si bien es cierto, esto puede ser una tendencia más o menos generalizada, la realidad indica que existen situaciones donde la dinámica se invierte tanto para hombres como para mujeres. Por lo cual, la infidelidad puede adoptar diferentes configuraciones, ya que puede ser de tipo sexual sin involucrar un vínculo emocional, estar cargada de factores tanto sexuales como emocionales, o bien únicamente estar determinada por el factor emocional sin la presencia de relaciones sexuales.

Cada una de estas modalidades de infidelidad tiene a su vez formas específicas en las que pueden manifestarse, desde las más comunes, como las que se establecen con amigas(os), compañeras(os) de trabajo u otras personas cercanas; pasando por el uso de servicios sexuales; hasta las relaciones que se establecen por internet, a través de las redes sociales, y/o a través de los dispositivos móviles inteligentes.

Una tipología diferente de cómo se presentan este tipo de relaciones extra diádicas, es descrita por Lawson (1988, en Atwood y Seifer, 1997) quien considera que la infidelidad puede ocurrir bajo dos variantes, la primera de estas denominada como infidelidad tradicional, la cual implica el desconocimiento por parte de la pareja, y por lo tanto representa una violación al acuerdo de exclusividad. Mientras que la otra variante, es definida como infidelidad paralela, en la que la pareja tiene conocimiento de la presencia de una tercera persona en su relación, y a pesar de ello es tolerada esta situación, debido a diferentes factores contextuales de sus integrantes y/o de la pareja.

Es importante señalar que lo dicho hasta el momento, incluye a cualquier tipo de relación de pareja, por lo cual es aplicable no sólo a los matrimonios, sino también a las parejas que viven en unión libre (heterosexuales u homosexuales), las parejas denominadas como *living apart together*, las relaciones de noviazgo, o cualquier otro tipo relación donde exista una transgresión al pacto de exclusividad. Por lo cual, una definición que resulta poco más adecuada es la proporcionada por Afifi, Falato y Weiner (2001), quienes consideran la infidelidad como la conducta romántica y/o sexual que tiene lugar fuera de una relación de pareja, entre miembros casados o no y que cohabitan o no, y quienes tienen una expectativa de mantener una relación formal con exclusividad en sus relaciones iniciales.

Intentando acotar algunas de las ideas expuestas, podemos decir que, debido a la complejidad de las relaciones extra diádicas, las características que estas pueden adquirir están determinadas por el tiempo y frecuencia de los encuentros con la otra persona, el grado de involucramiento emocional que se tenga, la presencia o ausencia de relaciones sexuales de carácter erótico, así como si la infidelidad es secreta o abierta.

PAUTAS RELACIONALES SUBYACENTES A LA INFIDELIDAD

Hablando particularmente de aquellas relaciones de pareja, en las que después de que ha ocurrido un acto infiel por parte de alguno de sus integrantes, ambos miembros deciden continuar con el vínculo interpersonal. Se ha observado en la práctica clínica que, si la pareja no logra resolver los problemas que surgieron a partir de la infidelidad, con mucha probabilidad establecerán un tipo de relación conflictiva en la que la pérdida de confianza y la dificultad para perdonar al miembro que cometió la infidelidad será una característica predominante de la convivencia cotidiana (Fife, Weeks, y Gambescia, 2008; Fife, Weeks y Stellberg-Filbert, 2013). Situación que no permitirá a ninguno de los integrantes sentirse satisfecho con la decisión tomada, ya que los momentos de cordialidad y armonía, serán ensombrecidos por todas aquellas situaciones donde imperen los problemas y discusiones producto del fantasma de la infidelidad.

Desde una perspectiva interaccional, se parte de la idea que la presencia de estos conflictos, son la expresión subyacente de las nuevas formas de organización que establece la pareja después de haber experimentado una infidelidad por parte de uno de sus miembros. Ya que se asume que los problemas que enfrentan a partir de ese momento, son el resultado de las nuevas reglas de poder que sitúan a uno y otro en un nivel diferente al que existía antes de la infidelidad, estableciendo así nuevo tipo de vinculación, donde la desconfianza y el rencor sirven como la materia prima para regular el

Esto ocurre así, ya que cuando dos personas se unen para formar una pareja, de manera implícita a través de sus interacciones, establecen ciertas formas de comportamiento con las que definen los derechos y obligaciones a las que deben apegarse, es decir, a través de la convivencia instauran una serie de reglas con las que definen su dinámica relacional. Jackson (1965), empleó la expresión del *Quid pro quo* (algo por algo), para describir ciertos tipos de reglas interaccionales que tienen lugar en los matrimonios, y que a nuestro juicio, son extensivas a cualquier relación de pareja. Se trata de una metáfora para referirse al acuerdo explícito o implícito en el que cada integrante de la pareja debe recibir algo, a cambio por lo que está brindando al otro(a), o dicho de manera más precisa, por lo que está aportando a la relación, y con dichas reglas se establecen los acuerdos mutuos a los que están obligados a seguir para mantenerse como pareja.

Tomando en consideración este elemento conceptual, resulta entonces que el compromiso de exclusividad donde las partes se consideran virtualmente suficientes el uno para el otro, y del cual excluyen la presencia de terceras personas, es un claro ejemplo de un *Quid pro quo*, ya que se espera que, al brindar fidelidad a la relación de pareja, el otro miembro debe responder de la misma manera. Evidentemente, la dificultad surge cuando este acuerdo no se cumple y por el contrario se da paso al involucramiento con alguien más, dando lugar a la modificación de las reglas del juego que hasta entonces había definido la relación de pareja.

Con la intención de ser más claro sobre el proceso de cómo es que se modifican las reglas interaccionales después de haber ocurrido una infidelidad, y de cómo estas permiten que germinen y se establezcan conflictos relacionales entre sus integrantes, es pertinente hacer referencia a la obra clásica Teoría de la comunicación humana, escrita por Watzlawick, Beavin y Jackson, publicada en 1967, en la que señalan que todas las relaciones humanas se caracterizan por ser simétricas o complementarias, dependiendo de la organización que hayan establecido los integrantes del sistema que participan en la interacción (Watzlawick, Beavin y Jackson, 2012).

Utilizando estos parámetros, las relaciones de pareja también pueden ser descritas según prevalezca un tipo patrón sobre el otro. Así pues, cuando ambos miembros han definido su relación como simétrica, el poder que existe en el vínculo de pareja se encuentra relativamente distribuido de manera equitativa, ya que existe un acuerdo implícito donde cada uno de ellos se percibe en igualdad de circunstancias en la toma de decisiones. Por el contrario, en las relaciones complementarias, uno de los miembros de la pareja es quien se ubica por encima del otro, es decir en “una posición arriba”, mientras que la persona que se encuentra “una posición abajo” acepta esta definición de la relación, existiendo en la mayoría de los casos un acuerdo mutuo; aquí la distribución del poder se da en forma desigual. Como es de conocimiento general, ninguna de las tipologías antes descritas por sí misma es mejor que la otra, ya que ambas organizaciones pueden ser benéficas para la pareja o igualmente destructivas según sea la situación y contexto en el que tenga lugar.

En cualquier caso, como se ha señalado, lo que está en juego después de la infidelidad son las nuevas formas de poder en torno a las cuales se organiza la pareja. Veamos a continuación algunas pautas de interacción que subyacen ante esta situación. En relaciones complementarias, sucede que hay situaciones en las que la distribución del poder se mantiene de la misma forma, pues la persona transgredida no tiene las condiciones necesarias para modificar la relación y aparentemente terminará aceptando la infidelidad, pero con la salvedad de que, a partir de ese momento será la desconfianza la que matice su relación, haciéndola evidente cada vez que se tenga oportunidad. En otras ocasiones, se invertirá el equilibrio del poder en las relaciones complementarias, situándose la persona transgredida por encima del miembro infiel, lo que representará una perfecta oportunidad para mantener el control de la relación de aquí en adelante, sobre todo cuando en el/la transgresor exista un sentimiento de culpa, favoreciendo así la activación de reproches constantes por la afrenta cometida, y en algunas ocasiones utilizando los sentimientos de rencor como una herramienta idónea para justificar cualquier acción que vaya en detrimento del otro(a), ya que después de todo, siempre se tendrá la oportunidad de decir “tú me fallaste primero”, “esto no se compara con lo tú

me hiciste”, “si tú no hubieras sido infiel, nada de esto estaría pasando”, o cualquier otra expresión de esta naturaleza. Algo similar ocurre en las relaciones simétricas, pues la persona transgresora de la relación tenderá a situarse en momentos por debajo del otro(a), asumiendo una postura de culpabilidad, aceptando las nuevas reglas de juego. En otras ocasiones, las parejas simétricas de manera abierta, “pagaran” la infidelidad con la misma moneda, o se enrolaran en una escalada de transgresiones mutuas que vayan en contra del otro(a).

De acuerdo con lo anterior, se han observado dos patrones relacionales típicos que enfrentan las parejas ante esta situación, el primero de estos tiene que ver con un incremento de la vigilancia del que es objeto el miembro que cometió la infidelidad, pues al existir un sentimiento de desconfianza por el agravio cometido, ocurre que buena parte de sus comportamientos son interpretados por la pareja como muestras de estar “ocultando algo” y/o ser indicios de otro potencial acto infiel. En este sentido Giraldo y Garcés (2013) señalan que, es frecuente la aparición de conductas persecutorias, reclamos permanentes e interrogatorios detallados por parte de la persona transgredida. Ante esta situación, la respuesta del miembro vigilado suele ser, intentar convencer mediante actos y explicaciones de que las sospechas de las que es objeto son infundadas, situación que en consecuencia confirma y refuerza la desconfianza inicial, ya que el razonamiento lógico del miembro transgredido frecuentemente adquiere la forma “si no tienes nada que ocultar, no tendrías por qué defenderte”

Dicho mecanismo interaccional que regula la desconfianza, y que es aplicable a diferentes situaciones interaccionales, fue descrito por Fisch, Weakland, y Segal (1988), bajo la categoría del perseguido/acusador, con el que señalan el juego relacional en que se encuentran atrapados los participantes.

El otro patrón que surge como parte de la nueva forma de organización relacional, puede denominarse como “la deuda permanente”, el cual consiste en que el miembro que cometió la infidelidad establece a partir de su comportamiento y actitudes una relación complementaria, es decir, se sitúa “una posición abajo” con la intención de hacerle ver al otro(a) que se está en la disposición de reparar la situación, o que por lo menos acepta la responsabilidad de los hechos, situación que normalmente es aceptada por la pareja, mostrándole entonces que, efectivamente se equivocó al involucrarse con una tercera persona y en consecuencia debe pagar por el daño cometido. Esta forma de reestablecer la relación puede ser adecuada si se cuenta con la madurez e inteligencia necesaria para establecer un pacto donde ambos se benefician, sin embargo, con cierta frecuencia ocurre que la reparación del daño se prolonga de manera indefinida, ya que para la persona transgredida nunca será suficiente lo que haga el otro(a) para pagar su deuda. Cuando esto ocurre así, ambos miembros de la pareja se encontrarán atrapados en su propio juego relacional, lo cual no permitirá a ninguno de ellos establecer una convivencia armoniosa como pareja.

Desafortunadamente, en ambos patrones el miembro de la pareja que mantiene el control de la relación, difícilmente se da cuenta que sus acciones se convierten en una navaja de doble filo, ya que mientras hace pagar al otro(a) por la afrenta cometida, y/o intenta regular la relación a través de la desconfianza, al mismo tiempo está socavado el vínculo interpersonal del que es parte, lo que en definitiva resulta contraproducente para ambos, pues significa estar pateando la puerta del propio hogar.

Si la descripción realizada hasta el momento resulta lo suficientemente clara, basta entonces puntualizar que, los conflictos en la pareja después de haber experimentado una infidelidad tienen lugar cuando el nuevo estatus de vinculación es empleado para controlar la relación o sacar provecho de la misma. Con lo cual no se pretende causar la impresión de que a partir de ese momento el miembro traicionado(a) se convierte en el verdugo del otro(a), sino por el contrario únicamente se busca hacer notar cómo ambos miembros de la pareja, después de haber experimentado una situación de infidelidad, participan en alimentar el fantasma de este, siendo justamente ese patrón relacional, el que mantiene y alimenta sus conflictos en la convivencia cotidiana.

Dentro de la amplia gama de transgresiones mutuas que pueden cometer los miembros de la pareja, la infidelidad quizá no sea la peor de las acciones a través de la cual los cónyuges pueden causarse daño, pero si representa el acto más desconcertante y desorientador, ya que la mentira se instaure como la punta de lanza con la que se conduce el miembro infiel durante este tiempo (Pittman, 1994), por lo que, cuando el amorío es descubierto o develado, la sensación de traición y ambivalencia emerge como una constante entre quienes participan. En este sentido, establecer una relación en secreto y por lo tanto al margen del conocimiento de la relación primaria, con frecuencia impacta de manera negativa a nivel emocional a ambos integrantes, generando sentimientos de rabia, pérdida, ansiedad, tristeza y desesperación (Giraldo y Garcés, 2013). Como es de suponer, cuando la infidelidad sale a la luz, suele tener efectos devastadores para los miembros de la pareja tanto a nivel personal como relacional, ya que representa una fuente de estrés que facilita la aparición de problemas de salud y dificultades en el vínculo interpersonal (De Stefano y Oala, 2008).

Particularmente en esta última área, ha podido observarse que, cuando sus integrantes no logran hacer los ajustes necesarios que les permita tener una convivencia armoniosa después de que la infidelidad ha salido a la luz, en algunas situaciones la pareja se disolverá totalmente por iniciativa del cónyuge transgredido al considerar intolerable esta situación. En otras, la separación ocurrirá por decisión del miembro que incurrió en la infidelidad. En algunas más, y a pesar del daño que pueda sentir el cónyuge traicionado(a), la pareja decidirá permanecer unida. La elección que tomen los integrantes estará mediada por la evaluación que hagan de la situación, sus repercusiones y las expectativas que tengan tanto a nivel personal, relacional y familiar, así como por las historias personales y de la propia pareja.

Tomando en cuenta lo anterior, un elemento importante que influye de manera significativa en el transcurso que seguirán las relaciones que se encuentren en estas circunstancias, tiene que ver con la forma en como fue expuesta la infidelidad, ya que cuando la infidelidad es descubierta, existen la posibilidad de que la pareja permanezca unida, sin embargo, cuando la infidelidad es confesada, la separación suele ser inminente.

Veamos algunas particularidades de ambas situaciones. La primera de estas implica que, el integrante que sostiene el amorío había hecho lo posible por mantener esta segunda relación en secreto, conduciéndose de manera discreta e intentando dejar la menor cantidad de rastros posibles que pudieran inculparlo, justificando cada una de las acciones que pusieran de manifiesto cambios en su rutina, y en otros casos negando cualquier reclamo o insinuación por parte de su pareja. Por obvio que parezca, ocultar la segunda relación, normalmente tiene la función de lograr mantener ambas relaciones de manera paralela, lo que significa un deseo por seguir beneficiándose de la segunda relación, pero sobre todo siendo un claro indicador de no estar dispuesto a perder el vínculo de la relación primaria. De acuerdo con Baizán (2007), el infiel buscará proteger su aventura amorosa siguiendo la estrategia de cubrir con una mentira otra mentira, sin embargo, por muy bien que esté trazado el plan, siempre habrá indicios que terminarán por delatarlo, transformando las sospechas en una confirmación del acto infiel, admitiendo la traición únicamente cuando las pruebas sean evidentes e irrefutables. Llegado este momento, la persona transgresora hará todo lo posible por justificar su comportamiento, culpando a su pareja por lo que ha dejado de hacer en la relación o responsabilizándola de que algo hizo mal; y en otros casos, jurando perdón a la pareja y prometiendo que no volverá repetirse un hecho de esta naturaleza.

Este tipo de respuestas (negación, justificación a través de la culpa y búsqueda de perdón), tienen como denominador común, la esperanza de conservar a la pareja original. Por lo que las implicaciones relaciones serán diferentes. La crisis que enfrentarán albergará la posibilidad de restaurar el vínculo de pareja si así lo deciden ambos, ya sea a través de la puesta en marcha de recursos personales o con el apoyo de un proceso terapéutico.

Algo diferente sucede cuando la infidelidad es confesada, es decir, cuando el miembro de la

pareja hace saber de manera explícita que mantiene una relación con alguien más. En esta situación el amorío puede mantenerse oculto por cierto tiempo, pero llegado el momento y después de una evaluación, la persona transgresora puede considerar que los beneficios que obtiene de esta segunda relación y expectativas de logro son mayores en comparación a su relación primaria, por lo que confesar la infidelidad representará el anuncio de la salida de la relación primaria, para enfocarse de manera total en esta nueva pareja.

En una variante de esta segunda situación, se ha observado que, en ocasiones algún miembro de la pareja o ambos, al sentirse poco satisfechos con el estado actual de su relación, experimentan un profundo deseo por romper el vínculo, pero siendo conscientes de dificultad de hacerlo, debido al estrecho apego que existe entre ellos. Es entonces cuando uno de los integrantes decide involucrarse con una tercera persona, no con la intención de subsanar las carencias de su relación primaria, ni con intención de establecer una relación paralela, sino más bien siendo utilizada como una estrategia para deshacer el vínculo, por lo que el mensaje de fondo es “ayúdame a salir de esta relación” (Brown, 1991). Dicho en otras palabras, lo que ocurre es que “se invita a la cama” a una tercera persona, asegurándose de que la pareja “descubra” este hecho, con el único objetivo de forzar al otro(a) a tomar la decisión de abandonar la relación; y una vez que el cometido se ha alcanzado, el amorío también se da por finalizado o se mantiene por un tiempo breve. Como puede apreciarse, este tipo de infidelidad sirve para abandonar la relación teniendo una aparente justificación, por lo que debe entenderse como un medio y no como una consecuencia, de ahí que se le denomine como un amorío de salida (Brown, 1999).

Lo que caracteriza a estas dos últimas variantes de infidelidad, es el deseo por no mantener a la pareja original, así que las implicaciones que sucedan en adelante serán diferentes. La persona que cometió la infidelidad sentirá cierto alivio por haber conseguido zafarse de esa relación, estando en mejores condiciones para continuar con su vida, mientras que el otro miembro seguramente experimentará esta situación como una traición (Baizán, 2007). Así pues, ante este hecho, la persona transgredida deberá poner en marcha sus propios recursos para lograr sobreponerse de esta crisis, y en algunas circunstancias iniciar un proceso terapéutico de manera individual.

Evidentemente, las situaciones antes descritas, no constituyen el único factor que determinará el transcurso que seguirán las relaciones de pareja que se encuentren en esta situación, pues como se mencionó, el descubrimiento o revelación de la presencia de una tercera persona en una relación diádica, exigirá a la pareja una nueva dinámica de organización, misma que estará determinada por factores como, el tipo de infidelidad en que se haya incurrido, los motivos que existieron para hacerlo y el contexto bajo el cual se hayan dado las cosas (Romero, Rivera y Díaz-Loving 2010), así como por las atribuciones y significados que cada uno de los integrantes se formulen producto de esta experiencia (García y Samper 2012).

Por lo cual, lo que se presenta aquí, tan sólo constituye dos situaciones que permiten vislumbrar parcialmente, el devenir de las parejas que han experimentado una situación de infidelidad, y que pueden resultar de utilidad para el clínico que aborde problemáticas de esta índole, sumándola al resto de la información que vaya adquiriendo a lo largo del proceso terapéutico.

CONSIDERACIONES TERAPÉUTICAS

Lo expuesto hasta este momento, constituye una descripción teórica acerca de algunos aspectos subyacentes que se presentan en las relaciones de pareja, posterior a que estos tienen conocimiento de la existencia de una infidelidad por parte de alguno de sus integrantes. A partir de estas ideas, se desprenden algunas consideraciones, que pretenden servir únicamente como apuntes para abordar este tipo de casos en terapia, particularmente de aquellas relaciones de pareja, en la que los integrantes han tomado la genuina decisión de reestablecer su vínculo interpersonal, pero que por sí mismos no han encontrado aún formas efectivas de alcanzar tal objetivo.

En este sentido, la primera consideración que se sugiere debe atenderse por parte de los terapeutas, y quizá sea una de las más significativas, está relacionada con la importancia de establecer

claramente el motivo de consulta por el que asisten las parejas a terapia. Lo anterior, pareciera una obviedad, pues cualquier terapeuta con una formación mínima, sabe que una de las primeras fases de cualquier proceso terapéutico consiste en determinar las razones por las que las personas solicitan el servicio, sin embargo, cuando el tema central es la presencia de una infidelidad, no siempre resulta tan sencillo clarificar este elemento, y lo que es aún más grave, con cierta frecuencia, se comete el error de asumir que las parejas acuden a terapia por un objetivo común: volver a estar juntos, sin embargo, esto no siempre es así.

Lo anterior ocurre de esta manera, ya que las parejas se presentan al espacio terapéutico, señalando tener problemas debido a la infidelidad cometida por alguno de los integrantes, arguyendo necesitar apoyo profesional para resolver esta situación. Esta idea presentada de esta manera puede crear equivocadamente la expectativa de que ambos están ahí con la intención de reestablecer su vínculo interpersonal, pues el sentido común difícilmente contempla otra posibilidad. Sin embargo, Campo (2007) advierte que, en casos de esta índole, los motivos de consulta pueden ser otros, por ejemplo, en ocasiones el integrante trasgredido acude a terapia acompañado de su pareja únicamente con la intención de encontrar en el terapeuta un “juez” que declare culpable a la persona transgresora y así pueda ser castigado(a) con legitimidad. En otros casos, la parte transgresora ha tomado la decisión de separarse, pero necesita al experto que dictamine que la relación no da para más y entonces valide su salida de la relación. Otras veces, la solicitud de terapia está orientada en pedir ayuda para que la persona transgredida pueda aceptar una eminente separación, de manera no violenta o aminorando el dolor causado por esta decisión.

Como puede notarse, en cualquiera de estas situaciones, el denominador común es el desinterés por reestablecer el vínculo de pareja, sin embargo, estas y otras solicitudes normalmente no son formuladas con suficiente claridad desde el inicio por quienes acuden a terapia, por cual es labor del terapeuta estar atento a las peticiones encubiertas por parte de los integrantes de la pareja y luego entonces, clarificar adecuadamente el motivo de consulta, ya que de lo contrario, se corre el riesgo de iniciar un proceso terapéutico que está destinado al fracaso, no por incompetencia del terapeuta, ni mucho menos por la aparente “resistencia” de los consultantes, sino por la disparidad en los objetivos terapéuticos.

Para lograr lo anterior se sugiere que, durante el encuentro inicial con la pareja, el terapeuta destine el tiempo suficiente para conocer la forma en cómo los integrantes de este sistema relacional tuvieron conocimiento acerca de la situación de infidelidad, esto es, el terapeuta debe darse a la tarea de conocer si la infidelidad fue descubierta por el otro integrante de la pareja, o si esta fue revelada por iniciativa de la parte transgresora. Pues como se mencionó en el apartado correspondiente, cuando la infidelidad es descubierta por parte del otro integrante de la pareja, es un claro indicador de que ambos solicitan el servicio terapéutico con la intención de reestablecer el vínculo, dando grandes posibilidades al terapeuta de poder intervenir y así poder apoyar en la resolución de esta problemática. Pero, por el contrario, cuando la infidelidad se da a conocer por la parte transgresora, las posibilidades de éxito terapéutico son prácticamente nulas, ya que uno de los integrantes al dar a conocer este hecho, al mismo tiempo lo que está haciendo es anunciar su salida de la relación, y en consecuencia, no se puede iniciar una terapia de pareja si ya no existe una relación de pareja.

Ante esta segunda situación, es decir, una vez que se ha clarificado que la pareja no tiene la intención de reestablecer su vínculo interpersonal, se puede ofrecer a los integrantes de esta, iniciar un proceso terapéutico que les permita tener una separación en los mejores términos posibles y de la cual puedan beneficiarse ambos. O en todo caso, brindar el servicio de manera individual al integrante de la pareja que más lo necesite en ese momento, soliendo ser la persona transgredida a quien se le termina brindando este apoyo.

Ahora bien, en aquellas situaciones donde se haya establecido claramente que el objetivo de la pareja es restablecer el vínculo interpersonal, es importante atender una segunda consideración, la cual se refiere a la dificultad para determinar qué hechos deben considerarse como evidencia de una infidelidad, pues hay ciertas acciones que para algunos integrantes de la pareja no constituyen

un acto infiel, pero para el otro integrante resulta ser un hecho irrefutable. En este sentido, Moller y Vossler (2014), advierten que en la práctica clínica, los consultantes utilizan de manera flexible la forma en como definen la infidelidad para explicar su comportamiento y el de su pareja, por ejemplo, mientras algunos excusan el involucramiento que tuvieron con alguien más, señalando que sólo se trató de encuentros de tipo erótico/sexual, otros por el contrario, de igual manera aceptan el hecho de haberse involucrado con alguien más, pero argumentan no haber establecido encuentros de esta naturaleza, es decir, la ambigüedad de este término muestra que los integrantes de la pareja suelen emplear diferentes definiciones de infidelidad para negociar la culpa, asumir o refutar la responsabilidad por estos hechos.

Este tipo de discrepancias en el contexto terapéutico, pueden conducir a una discusión sin fin en la que no sólo la pareja quede atrapada, sino inclusive el mismo terapeuta, por lo cual, y a pesar de esta dificultad, se sugiere evaluar dichos actos en función de si estos contradicen o violan el compromiso de exclusividad asumidos por los integrantes de la pareja, ya sea de manera explícita o implícita, y a partir de eso trazar líneas de acción.

Ahora bien, una consideración más tiene que ver con el foco de atención sobre el cual debe encaminarse el análisis e intervenciones terapéuticas. Desde una perspectiva interaccional, lo que interesa al clínico es la forma en cómo se han modificado las pautas de relación a partir de que sus integrantes tuvieron conocimiento de la presencia de una situación de infidelidad, ya que son precisamente éstas las que facilitan el surgimiento de conflictos entre los integrantes de la pareja. Pues a diferencia de lo que la mayor parte de literatura sobre el tema plantea, y en la que se promueve hacer un trabajo más de tipo individual, con miras a trabajar aspectos como el rencor y perdón (Fife, Weeks, y Gambescia, 2008; Olmstead, Blick y Mills, 2009; Fife, Weeks y Stellberg-Filbert, 2013), aquí se puntualiza la relevancia de atender primordialmente los aspectos interaccionales de la situación problemática, pues como lo señala Sluzki (1968), la pareja al ser un sistema relacional, no puede ser descrita a partir de modelos individualistas, ya que cada uno de sus acciones no ocurren de manera aislada, sino de manera complementaria.

Intervenir sobre la relación implica entonces, concebir los pensamientos, emociones, sentimientos y, desde luego, la conducta de los integrantes de la pareja, no como hechos individuales que surgen en el interior de las personas, sino, como procesos que se gestan a partir de la influencia mutua, y se mantienen a través de procesos recursivos. Por lo que, para modificar cualquiera de estos elementos, es necesario modificar, no a las personas, sino a la relación que establecen estas personas.

De esta manera, es precisamente es en este nivel donde el trabajo clínico debe estar presente para ayudar a salir adelante a la pareja, pues hay que decirlo con toda claridad, el foco de la terapia no es la infidelidad por sí misma, sino las nuevas formas de relación conflictivas que se establecen al interior de la pareja y que interfieren en la convivencia cotidiana. Por lo cual, se parte de la idea que, para abordar este tipo de problemas es indispensable considerar la forma en como cada uno de los integrantes de la pareja contribuye en la aparición y mantenimiento de los conflictos después de haber experimentado una infidelidad, de tal manera que en el trabajo clínico sea posible fomentar nuevas pautas de relación que sean útiles para la pareja.

Para ello, es menester tener conocimiento no sólo de la situación actual de la pareja en términos de simetría o complementariedad, sino además de algunos pormenores acerca de cómo ocurrió la situación, identificando el tipo de infidelidad en la que se incurrió (física o virtual), presencia o ausencia de relaciones sexuales y/o grado de involucramiento emocional, frecuencia de los encuentros con la tercera persona, así como tiempo en el que ocurrió el último encuentro, de tal manera que toda esta información de forma conjunta, permita contextualizar la situación problemática y dotar de sentido a las interacciones de la pareja.

Finalmente debe decirse que, estas consideraciones no pretenden ser una guía de acción y mucho menos plantear líneas de intervención específicas, sino únicamente aportar una serie de ideas que puedan servir como orientación para aquellos terapeutas que se inician en el abordaje clínico con este tipo de casos, o como complemento en la labor de aquellos que ya tienen experiencia en la

3. CONCLUSIONES

Todos aquellos que han incursionado en el campo de la terapia de pareja, saben que una de las solicitudes de atención que presenta un significativo grado de dificultad, es el relacionado con la infidelidad. Ya que se trata de un fenómeno en el que las parejas con cierta frecuencia se presenta en terapia, manifestando tener problemas en algunos aspectos de la convivencia cotidiana, pero sin señalar abiertamente la presencia de una situación de infidelidad, y más bien, esta se va develando poco a poco durante en transcurrir de las primeras sesiones. En otras ocasiones, a pesar de que la pareja manifiesta desde el primer encuentro con el terapeuta, la presencia de una situación de infidelidad por parte de alguno de sus integrantes, es común que cada uno de ellos se presente al espacio de trabajo con solicitudes específicas de carácter personal, en las que pocas veces consideran las necesidades del otro.

Aunado a lo anterior, atender situaciones de esta naturaleza implica enfrentarse con una serie de emociones y sentimientos con las que arriban los integrantes de la pareja, las cuales ponen de manifiesto en las interacciones durante el proceso terapéutico, creando un ambiente con una fuerte carga afectiva, y en el que cada uno de ellos se muestran con frecuencia incapaces de comprender las emociones y pensamientos del otro(a).

Pero sobre todo, las parejas que arriban a terapia por este motivo de consulta, lo hacen acompañadas con conjunto de situaciones problemáticas en su dinámica relacional que, a decir por sus descripciones, empañan y dificultan la convivencia cotidiana de sus integrantes.

Bajo este panorama, una de las interrogantes más significativas que se plantea el clínico es ¿cómo abordar esta situación? Bien, lo primero que debe decirse al respecto es que, no existe una manera exclusiva de proceder terapéuticamente, pues las posibilidades y rutas a seguir son múltiples. No obstante, la literatura sobre el tema muestra que, uno de los caminos más transitados por los terapeutas, es aquel que tiene su foco de atención sobre los aspectos afectivos de los integrantes de la pareja, es decir, sobre las emociones y sentimientos que experimentan producto de la situación de infidelidad.

Sin embargo, el enfoque propuesto en este trabajo es diferente, ya que está centrado en las pautas interaccionales que se modifican en la relación, producto de la situación de infidelidad. Pues como se señaló en su momento, se parte de la idea que la presencia de una tercera persona no sólo tiene un impacto a nivel emocional en los integrantes de la pareja, sino sobre todo, que esta situación modifica la manera en cómo la pareja se relaciona de manera cotidiana.

En este sentido, la descripción hecha, busca invitar al lector a observar y analizar esta problemática, desde una perspectiva interaccional, es decir, alejándose de descripciones individualistas en las que las emociones, pensamientos y modos de actuar de cada uno de los integrantes de la pareja, se presentan como ajenas o independientes al otro integrante, y su lugar se privilegió una explicación en la que se puntualizó la influencia mutua que cada uno de los participantes tiene sobre el otro, y de cómo esta influencia modifica la relación en la que ambos participan. Todo ello con la intención de descubrir cuáles son las pautas de interacción que en la actualidad mantienen y alimentan los problemas que presentan las parejas, y a partir de ello, diseñar intervenciones que interrumpan y modifiquen dichas pautas.

Ahora bien, una importante limitante de este trabajo es que, no plantea intervenciones específicas que sirvan para atender este tipo de problemáticas, pues desde el punto de vista de quien aquí escribe, resultaría pretencioso bridar una guía de intervención que se ajustara a cada una de parejas que han experimentado una infidelidad, ya que como se destacó en los apartados correspondientes, cada uno de los casos es producto de circunstancias diferentes, es decir, cada una de las situaciones tiene su propia especificidad. De ahí que en su lugar, se haya optado por ofrecer tan sólo, algunas

consideraciones que sirvan como orientaciones para quienes incurran en el abordaje de este tipo de problemáticas.

A pesar de ello, se sugiere no perder de vista dos importantes consideraciones que pueden servir como base para diseñar intervenciones eficaces, la primera de estas tiene que ver con la relevancia de definir claramente el motivo de consulta, evitando caer en el error de iniciar el trabajo terapéutico a partir de solicitudes encubiertas. Y la otra consideración, tiene que ver con la importancia de realizar una evaluación relacional que contemple las nuevas pautas de interacción que dan lugar a la presencia de conflictos en la pareja, ya que, al hacerlo de esta manera, se estará en mejores condiciones de visualizar qué aspectos de la interacción deben modificarse, diseñando intervenciones que interrumpan dichos patrones, y en su lugar promuevan pautas de interacción que sean benéficas para los integrantes de la pareja, de tal manera que les permita re establecer el vínculo interpersonal.

Finamente, debe decirse que este trabajo por sus objetivos no contempla otros factores relevantes que de igual manera deben considerarse en el abordaje terapéutico de este tipo de casos, sin embargo, su omisión no implica su desconocimiento, sino más bien responde a la imposibilidad de incluirlos en un mismo documento de esta naturaleza. A pesar de ello, se espera en lo sucesivo poder abordar estos otros factores, y así seguir abonando en la comprensión de este fenómeno complejo y recurrente, como lo es la infidelidad en las relaciones de pareja.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Afi, W. A., Falato, W. L. & Weiner, J. L. (2001). Identity concerns following a severe relational transgression: The role of discovery meted for the relational outcomes of Infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(2), 291-308.
- Atwood, J. & Seifer, M. (1997). Extramarital affairs and constructed meanings: A social constructionist therapeutic approach. *The American Journal of Family Therapy*, 25(1), pp. 55-75.
- Baizán, B. (2007). El paso de la muerte en la pareja: De la fidelidad a la infidelidad. En L. L. Eguiluz (Comp.), *Entendiendo a la pareja: Marcos teóricos para el trabajo terapéutico* (pp. 143-167). México: Pax.
- Brown, E. M. (1991). *Patterns of infidelity and their treatment*. Berkeley, CA: Brunner Mazel.
- Brown, E. M. (1999). *Affaires: A guide to working through the repercussions of infidelity*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Campo, C. & Linares, J. (2002). *Sobrevivir a la pareja: Problemas y soluciones*. Barcelona: Planeta.
- Campo, C. (2007). Infidelidad conyugal: dificultades de manejo en la terapia de pareja: Propuesta de un modelo de intervención. *Revista Sistemas Familiares*, 2, 29-43.
- De Stefano, J. & Oala, M. (2008). Extramarital affairs: Basic considerations and essential tasks in clinical work. *The Family Journal*, 16(1), 13-19.
- Fife, S., Weeks, G. & Gambescia, N. (2008). Treating Infidelity: An Integrative Approach. *The Family Journal: Counseling and therapy for couples and families*, 16(4), 316-323.
- Fife, S., Weeks, G. & Stellberg-Filbert, J. (2013). Facilitating forgiveness in the treatment of infidelity: An interpersonal model. *Journal of Family Therapy*, 35(4), 343-367.
- Fisch, R., Weakland, J. & Segal, L. (1994). *La táctica del cambio: Como abreviar la terapia*. Barcelona: Herder.
- Garciandía, I. & Samper, A. (2012). Las infidelidades: Aprendiendo desde dentro de las conversaciones terapéuticas. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 41(3), 496-520.
- Giraldo, H. & Garcés, C. (2013). Emociones asociadas al descubrimiento de la infidelidad: De la felicidad a la infelicidad. *Revista Facultad de Trabajo Social*, 29(9), 143-157.
- Glass, S. & Wright, T. (1977). The relationship of extramarital sex, length of marriage, and sex di-

- ferences on marital satisfaction and romanticism: Athanasiou's Data Reanalyzed. *Journal of Marriage and Family*, 39(4), 691-703.
- Jackson, D. D. (1965). Family rules: Marital quid pro quo. En W. Ray (2005), *Don D. Jackson: Selected essays at the dawn of an era* (pp. 221-231). Phoenix, AZ: Zeig, Trucker & Theisen, Inc.
- Moller, P. & Vossler, A. (2014). Defining infidelity in research and couple counseling: A qualitative study. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 41(5), 487-497.
- Olmstead, S., Blick, R. & Mills, L. (2009). Helping couples work toward the forgiveness of marital infidelity: Therapists' perspectives. *The American Journal of Family Therapy*, 37(1), 48-66.
- Pittman, F. (1994). Mentiras privadas: *La infidelidad y la traición de la intimidad*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Romero, P., Rivera, A. & Diaz-Loving, R. (2010). La infidelidad: Vicisitudes del libre albedrío y la propiedad privada. En Diaz-Loving, R. & Rivera, A. (Eds.). *Antología psicosocial de la pareja: Clásicos y contemporáneos* (pp. 457-479). México: Porrúa.
- Shackelford, T., LeBlack, G. & Drass, E. (2000). Emotional reactions to infidelity. *Cognition and Emotion*, 14(5), 643-659.
- Sluzki, C. & Bleichmar, H. (1968). El enfoque interaccional en terapia de parejas. En C. Sluzki (1975), *Psicopatología y psicoterapia de la pareja* (73-80). Buenos Aires: Ediciones Nueva visión.
- Thompson, A. P. (1984). Emotional and sexual components of extramarital relations. *Journal of Marriage and Family*, 46(1), 35-42.
- Whisman, M., Dixon, A. & Johnson, B. (1997). Therapists perspectives of couple problems and treatment issues in couple therapy. *Journal of Family Psychology*, 11, 361-366.
- Watzlawick, P., Beavin, J. & Jackson, D. (2002). *Teoría de la comunicación humana: Interacciones, patologías y paradojas*. Barcelona: Herder.