



COMILLAS
UNIVERSIDAD PONTIFICIA

ICAI

ICADE

CIHS

FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

Infidelidad como síntoma en el tratamiento de pareja: abordaje desde diferentes enfoques terapéuticos.

Autor/a: María Arranz Peiro

Director/a: Roncesvalles Ibarra Larrion

Madrid

2019/2020

RESUMEN

El objetivo del escrito es presentar una revisión de los conceptos más relevantes acerca de la infidelidad y su tratamiento en la terapia de pareja. La infidelidad es objeto de estudio en múltiples ámbitos y dada su complejidad, carece de una única definición. Por tanto, en el trabajo se exponen las distintas maneras de entender el fenómeno desde una perspectiva biológica, sociocultural y psicológica. En el ámbito de la terapia marital, se concreta el concepto de pareja y se revisa la eficacia del trabajo con parejas que demandan este tipo de problemática. Los enfoques terapéuticos que se explorarán son el psicoanálisis, el enfoque cognitivo-conductual, sistémico y la terapia Integradora. Cada uno comprende de forma distinta el concepto de pareja, el significado de la infidelidad, y trabajará en el tratamiento de la infidelidad de acuerdo con sus perspectivas. Así, se revisan las aportaciones de cada escuela al trabajo clínico, se recopilan las dificultades percibidas por parte de numerosos autores que han hecho investigaciones sobre el fenómeno y se investiga acerca de la eficacia del tratamiento. Brevemente se expone el papel del perdón y la reconciliación necesarias para un resultado exitoso de la terapia.

Palabras clave: infidelidad; pareja; terapia de pareja; aproximaciones terapéuticas.

ABSTRACT

The aim of the paper is to present a review of the most relevant concepts about infidelity and its treatment in couples therapy. Infidelity is studied in many areas and, given its complexity, lacks a single definition. In this way, the paper presents the different ways of understanding the phenomenon from a biological, socio-cultural and psychological perspective. In the area of marital therapy, the concept of partner is made concrete and the effectiveness of working with couples who demand this type of problem is reviewed. The main therapeutic approaches to be explored are psychoanalysis, cognitive-behavioral, systemic and integrative therapy. Each of these, understands in a different way the concept of partner, the meaning of infidelity, and will work on the treatment of infidelity according to their perspectives. Thus, each school's contributions to clinical work are reviewed, the perceived difficulties of many authors who have done studies on the phenomenon are collected and research is done on the effectiveness of treatment. The role of forgiveness and reconciliation necessary for a successful outcome of therapy is briefly exposed.

Keywords: infidelity; couple; couples therapy; therapeutic approaches.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	4
MARCO TEÓRICO	7
1. Aspectos biológicos y socioculturales de la infidelidad	7
2. Aproximaciones terapéuticas	11
2.1. Psicoanálisis	11
2.1.1. Concepto de pareja	11
2.1.2. Tratamiento de la infidelidad desde el psicoanálisis	11
2.1.3. El papel del terapeuta y el concepto de contratransferencia	15
2.2. Cognitivo conductual	16
2.2.1. Concepto de pareja	16
2.2.2. Tratamiento de la infidelidad desde el Cognitivo Conductual	16
2.2.3. El papel del terapeuta	19
2.3. Sistémica	20
2.3.1. El concepto de pareja	20
2.3.2. Tratamiento de la infidelidad desde la Terapia Sistémica	21
2.3.3. El papel del terapeuta	23
2.4. Terapia integradora y el perdón como herramienta esencial	24
DISCUSIÓN	26
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	28

INTRODUCCIÓN

En el presente escrito se abordará el concepto de la infidelidad como la brecha de la confianza dentro de una relación, a partir de una ruptura del acuerdo de exclusividad establecido por ambos miembros de la pareja. A pesar de no contar con una única definición, es importante tener una idea clara sobre lo que conlleva el concepto infidelidad a nivel teórico, empírico y terapéutico. Las perspectivas teóricas biológico-evolutivas, psicológicas y sociológicas tratan de explicar las relaciones extramaritales; desde un acercamiento relacionado con la evolutiva, la infidelidad se estudia como una estrategia puramente biológica y como un componente secundario, complementario de las tácticas mixtas de apareamiento (Fisher, 1992). La perspectiva sociocultural indica las normas culturales y los valores bajo las cuales operan las personas y cuyos factores son importantes para entender las diferentes respuestas que tienen tanto hombres como mujeres ante la infidelidad (McGoldrick, Preto, Hines y Lee, 1991). Desde una perspectiva psicológica, parece que el foco se centra en los aspectos motivacionales que han llevado a la persona a romper ese acuerdo de fidelidad con el fin de suplir las necesidades asociadas con una insatisfacción sexual, emocional, de intimidad, seguridad o en cuanto a la compañía (Drigotas y Rusbult, 1992). Además, atribuyen a la persona que es infiel, cierta susceptibilidad y vulnerabilidad (Ackerman, 2006).

La infidelidad es un tema muy demandado en consulta. Whisman, Dixon y Johnson (1997) afirman que la infidelidad supone una de las problemáticas más complicadas de tratar en terapia de pareja. Actualmente, la infidelidad está muy presente en la sociedad, es percibida con frecuencia además de ser de los motivos principales por los que una pareja decide divorciarse (Heintzelman, Murdock, Krycak y Seay, 2014). Las complicaciones que pueden aparecer durante el trabajo clínico tienen relación con varias posibilidades. En un primer lugar, es muy probable que la pareja esté extremadamente desregulada tras el descubrimiento de una infidelidad. Los sentimientos internos como la vergüenza, depresión, impotencia, victimización y abandono que sufre el miembro de la pareja traicionado son muy intensos y pueden afectar a sus capacidades cognitivas a la hora de procesar e integrar la información que se le ofrece en el tratamiento. Diversos estudios llevados por Baucom, Gordon, Snyder, Atkins y Christensen (2006) evidencian la similitud entre la sintomatología del trastorno de estrés postraumático con las vivencias internas del individuo al que le han sido infiel, de esta manera, considerar el evento como

un acontecimiento interpersonalmente traumático puede servir de ayuda a la hora de formular y realizar el tratamiento. Cuando se quebranta el compromiso de la exclusividad sexual y afectiva, la dinámica de los cónyuges puede resultar confusa porque fluctúan las posiciones de victimización y reivindicación. En este contexto, el equilibrio de poder entre ambos y la identificación de la posición en la que se encuentra cada uno, repercute en el trascurso del proceso terapéutico. Normalmente, entendemos que el cónyuge transgresor se identifica como “perpetrador” mientras que el otro es “víctima” del acontecimiento, no obstante, no siempre se da de esta manera. El reconocimiento de cada miembro como “víctima” del acontecimiento se desestabiliza si el individuo que ha trasgredido el compromiso, al haber tolerado la rabia y el abuso por parte del otro, se sentirse herido, traicionado y resentido negándose a disculparse y restituirse. Esta “ausencia de remordimiento” puede sorprender al terapeuta y suponer una dificultad durante en el trabajo terapéutico. La identidad de la pareja ha sido severamente dañada, la voluntad y la confianza de hacerse ver vulnerables es probable que sea complicada. A pesar de que esta situación sea comprensible, la cooperación y la colaboración entre los individuos y hacia el terapeuta puede resultar escasa y agresiva, especialmente al inicio del proceso terapéutico haciendo que la tarea para el profesional sea más difícil (Baucom, Snyder y Gordon, 2011). Para poder atender a los conflictos que la pareja presenta en terapia, el psicoterapeuta ha de conocer las distintas modalidades claves que son necesarias para adaptarse al tratamiento con los dos miembros. El ámbito privado es el único servicio mediante el cual una pareja puede solicitar terapia conjunta. En España y en otros países, la terapia de pareja no se suele dar en la formación de pregrado y sólo se ofrece en algunos de los programas oficiales de formación de psicoterapeutas. Dada esta dificultad, en lo que respecta a la pareja que solicita terapia, puede resultarle una desventaja ya que no cuenta con la garantía de que los servicios de profesionales estén especializados en este ámbito (Montesano y Catalunya, 2015).

La misma autora advierte que una de las dificultades más distintivas en terapia de pareja, está vinculado a los dilemas morales que pueden darse relacionados con características propias de la naturaleza de las relaciones humanas. De esta manera, el terapeuta de pareja debe tratar de contemplar la infidelidad con una posición neutral alejándose de sus propios valores para poder realizar una buena práctica clínica. La terapia de pareja puede abordarse desde diferentes enfoques; de acuerdo con Whisman et al., (2012) una de las ventajas de la TP reside en el potencial que tiene a la hora de disminuir la sintomatología y la angustia de las relaciones entre sí, especialmente en los casos en los que el conflicto

es muy grave. Atkins (2004) plantea una postura negativa acerca del trabajo terapéutico en conjunto pues considera que los efectos son diferenciales cuando se trata la infidelidad por separado. Whisman et al., (2012) al contrario, afirman que la terapia de pareja no sólo lo resulta beneficiosa para ambas partes, sino que al mismo tiempo se pueden atender las problemáticas individuales de cada miembro. A pesar de contar con una evidencia amplia sobre su efectividad a la hora de abordar los conflictos relacionales como es la infidelidad, la TP necesita una mejoría (Montesano y Catalunya, 2015). En 2012 los datos revelaron que el porcentaje de parejas que se beneficiaban de la terapia oscilaba entre el 25 y 30% (Snyder y Halford, 2012); hasta un 45% de aquellas que mejoraban en un principio de la terapia, al cabo de un par de años, se deterioraban (Christensen et al., 2004). Una revisión sobre la intervención clínica en el tratamiento de parejas afirma la evidencia empírica sobre intervenciones conductuales y centradas en las emociones en el tratamiento en terapia de pareja en situaciones con conflictos de gran carga emocional, como ocurre en el evento de una infidelidad (Baucom et al. 2017). Según Olson et. al. (2002), las parejas que han vivido la experiencia de la infidelidad han de trabajar desde un marco en el cual, puedan entender su proceso de recuperación. Blow y Hartnett (2005) consideran que la etiología es diferente en cada situación por lo que recomendaron una atención personalizada en las pautas del tratamiento de la pareja. Dado el amplio espectro de posibilidades y maneras de expresión de la infidelidad, el planteamiento del trabajo se centrará particularmente en el abordaje terapéutico de aquellas parejas que hayan decidido mutuamente tras el acto infiel, continuar con el vínculo amoroso interpersonal. Atkins, Eldridge, Baucom y Christensen (2005) aportaron una visión optimista en sus hallazgos acerca de la eficacia de la terapia de pareja respecto a la infidelidad. Su trabajo se dirige tanto a los terapeutas que están proporcionando la terapia como para las personas que la solicitan. A pesar de no contar con una muestra de gran peso y dada la complejidad que supone dicho evento, reafirman que el éxito terapéutico es posible si este contiene una amplia base durante todo el proceso terapéutico. El perdón será un aspecto imprescindible durante el proceso; supone un objetivo terapéutico sea cual sea el enfoque desde donde se parta. Lo que nos concierne a nosotros como terapeutas, es conocer que, a la hora de poder trabajar con este tipo de demandas, en función del enfoque desde donde se trabaje, posiblemente encontremos disonancias en cuanto a cómo trabajar y que aspectos hemos de tener en cuenta para lograr un mayor éxito.

MARCO TEÓRICO

1. Aspectos biológicos y socioculturales de la infidelidad

Previo a enmarcarnos en los aspectos puramente psicológicos relacionados con las aproximaciones terapéuticas en el abordaje de la infidelidad, para poder trabajar con una pareja es necesario entender en qué contexto está enmarcado y que características sociales están influyendo de manera indirecta en la misma. En este apartado se abordarán las complejidades que aparecen a la hora de tratar el fenómeno de la infidelidad, intentando responder el por qué es un tema reiterativo en todas las épocas, sociedades y culturas. A lo largo de la historia, la infidelidad ha estado presente de manera estable e independientemente de la época. Múltiples estudios han señalado la tendencia de los seres humanos para tener varias parejas sexuales a lo largo de la vida (Schmitt y Buss, 1996). Se estima que alrededor del mundo, cerca del 50% de las personas han estado involucradas en una relación con un tercero en algún momento de su vida (Fisher, 1992). A pesar de esto, particularmente, las estructuras sociales occidentales han vivenciado dicho fenómeno como un acontecimiento totalmente prohibido, que se ha intentado regular y, en el caso de cometerlo (en especial la mujer) ha sido duramente castigado.

Dada esta información, numerosas investigaciones han pretendido dar respuesta a si biológicamente estamos predispuestos o no a ser infieles, si tenemos estructuras cerebrales relacionadas con el acontecimiento y sobre las diferencias entre ambos sexos. Según Camacho (2004), los seres humanos somos simples mamíferos y que en muchas situaciones somos animales que estamos determinados por nuestras tendencias vinculadas a la biología. La manera en la cual el ser humano ama, ha ido evolucionando conforme a la necesidad de la selección de pareja y la supervivencia de la especie (Camacho, 2004). Al hilo de esto último, el autor Fisher (1992) afirma desde la perspectiva teórica la psicología evolutiva que “la infidelidad puede entenderse como una estrategia biológica y un componente secundario, complementario de las tácticas mixtas de apareamiento” comentado en (Romero-Palencia et al., 2008). Se conoce además que los motivos por los que una persona establece una relación con un tercero, tienen relación con variables tales como orientación socio-sexual, la conducta sexual, el deseo sexual y la personalidad sexual (Buss y Schmitt, 1993). Gracias al avance de las técnicas de neuroimagen a finales del siglo 20, se han ido descubriendo distintas estructuras que guardan una estrecha

relación con el amor de pareja. En estudios previos de FMRI en deseo sexual, las regiones cerebrales activadas son diferentes a las del amor romántico, aunque hay un solapamiento parcial. En la primera etapa que vivencia una pareja, prima la necesidad de gratificación sexual; los estrógenos y andrógenos son las hormonas encargadas de generar la conducta de apareamiento. El amor romántico sería la segunda etapa, esta se describe como un proceso de atención que viene de la mano de la necesidad de unión afectiva entre dos personas. Es en esta fase donde se observa un incremento de los niveles de dopamina (DA) y norepinefrina (NE), al mismo tiempo que la serotonina (5-HT) desciende. La oxitocina (OT) y la arginina de vasopresina (AVP) son las protagonistas en el tercer momento; consiste en una etapa de apego de la pareja. El amor romántico y la fidelidad poseen una carga genética en esta fase; gracias a los avances en la neuroimagen, genética y biología molecular conocemos los procesos biológicos por los cuales por las que una pareja mantiene su unión o lo contrario (Sirvent, 2011). Otros autores refieren que la capacidad para amar y mantener las relaciones durante un tiempo prolongado varía en función de los sistemas de respuesta de la OT y AVP. La monogamia está relacionada con el apego social y refieren que para que esta pueda darse, es imprescindible el reconocimiento del otro individuo (es decir, de la memoria social), regulada por esas mismas hormonas (Cid, 2015). A través de la utilización de imágenes por resonancia magnética funcional, los resultados mostraron que no existe diferencia entre respuesta neuronal en las frases que representan la infidelidad sexual y emocional. Donde sí se observa una desemejanza es en lo referido a la activación cerebral en respuesta a los dos tipos de infidelidad entre ambos sexos. Los resultados obtenidos de FMRI mostraron que las mujeres y los hombres tienen diferentes módulos neuropsicológicos para procesar la infidelidad sexual y emocional (Takahashi et al., 2006). Sugiere por tanto el pensar de nuevo, que dicho fenómeno pueda contener un componente biológico y natural. Según Tsapelas, Fisher y Aron (2010), las mujeres parecen ser hoy más propensas a la infidelidad cuando no están satisfechas con su relación primaria, es decir, la infidelidad tiene una tendencia afectiva. Camacho (2004) en su escrito “Fidelidad e infidelidad en las relaciones de pareja” apoya este dato y añade que las mujeres tienden a buscar en una relación extramatrimonial, aspectos relacionados con amor, cariño, apoyo y respaldo y, en ocasiones, aunque es menos común, una aventura pasajera mientras su pareja está ausente. Además, si la mujer se ha enamorado de un tercero, es más probable que quiera terminar con su marido. Los hombres, en cambio, son más propensos a mantener relaciones sexuales extra diádicas y son más reacios a terminar con su pareja.

Independientemente del género, en lo referido a la terapia de pareja, los terapeutas pueden promover la recuperación de la infidelidad y, no sólo eso, sino que también promueven la fidelidad. Pueden realizar tareas fundamentales para modelar la compasión, ahondar sobre los mitos inscritos en la pareja acerca de sus creencias sobre la infidelidad y enfrentar a los sujetos a la toma de decisiones desde la cercanía emocional y facilitándoles una mayor comprensión de sus propias actitudes y aquellas que han sido aprendidas por su pareja, que les alejan de mantener un matrimonio fiel.

En la actualidad, la manera en la que se viven las relaciones de pareja y de familia han ido evolucionando. Anteriormente, las normas, los valores, cultura y conducta influían en la gestación de una infidelidad de manera muy distinta a lo que observamos hoy día.

En especial, los cambios en el papel de la mujer a raíz de su incorporación al mundo laboral, los fenómenos de la globalización y el desarrollo tecnológico implican una nueva forma de pensar entre otras cosas, sobre las relaciones sentimentales. El matrimonio deja de contemplarse como un acontecimiento que dura toda la vida, ni la mujer debe de llegar virgen al matrimonio, hoy las relaciones de pareja siguen unas nuevas normas. La sexualidad ha experimentado paralelamente una metamorfosis en las que el disfrute y el gozo es un fenómeno igualmente esencial para hombres y mujeres (Romero-Palencia et al., 2008). El concepto del amor también ha experimentado cambios. En relación con lo anteriormente comentado, Bauman (2005) introduce el concepto “amor líquido”. Con este término pretende explicar el elemento de las relaciones de pareja descritas con unas características cambiantes y sin una forma estable. Para este autor, las relaciones interpersonales de la edad contemporánea se aproximan hacia el individualismo y el hedonismo. Las personas en la actualidad conceden más importancia a satisfacer de manera inmediata lo que consideran “sus necesidades” y tienen una perspectiva vital en la que pretenden vivir en el aquí y ahora. La consecuencia que percibe el autor es que las personas terminan estableciendo relaciones de pareja con escaso nivel de compromiso y eso implica que el vínculo sea más sensible y vulnerable. Otra característica de la actualidad y que aparece en consulta, es la incorporación de la tecnología en nuestra vida cotidiana; acercarnos a esta realidad relacionada con la utilización de las redes sociales y el impacto que tiene sobre las relaciones amorosas y su influencia en la práctica de la infidelidad es imprescindible a la hora de trabajar con parejas. González-Rivera (2019) define el concepto de infidelidad cibernética como “el acto de tener un encuentro de tipo afectivo/ emocional o físico con otra persona que no es su pareja romántica primaria a través de las redes sociales”. Las investigaciones científicas abalan que el acceso a

internet y las redes sociales facilitan que las personas estén más predispuestas a realizar conductas relacionadas con la infidelidad cibernética. Un mayor control sobre esta problemática se obtiene gracias al desarrollo del Inventario Breve de Conductas Relacionadas a la Infidelidad en las Redes Sociales (ICRIRS). Es una herramienta de trabajo que tiene la utilidad de evaluar comportamientos ambiguos como por ejemplo la ocultación de la información, el secretismo o establecer determinado nivel de intimidad con un tercero asociados a la infidelidad en las redes sociales. Un estudio realizado por este mismo autor demuestra que los análisis psicométricos realizados sobre el ICRIRS constan de una elevada fiabilidad y validez del instrumento. Como uso aplicado a la psicología, la herramienta puede servir como una forma de evaluar y guiar a los terapeutas con el objetivo de que sean capaces de advertir con antelación estas conductas y prevenir especialmente en los casos en los que un miembro de la pareja está realizando comportamientos que pueden derivar a una futura infidelidad. La identificación de este acontecimiento dispone de recursos para ayudar a la pareja a resignificar el suceso, así como incorporar en la terapia el trabajo de los factores que favorecieron la aparición de estas conductas (Rivera, 2019). Dejando atrás esta concepción de la infidelidad y sus variables en cuanto al género, la biología humana, tal y como ocurre con las distintas normas, culturas y épocas, el concepto se ha entendido de formas diversas sin un consenso unívoco. Ocurre algo similar en el tratamiento en terapia de pareja; en función de cada enfoque psicológico, se entenderá y, por tanto, abordará el proceso terapéutico de una determinada manera.

2. Aproximaciones terapéuticas

2.1. Psicoanálisis

2.1.1. Concepto de pareja

De acuerdo con Kaës (2006), el concepto “vínculo” desde este enfoque implica lo siguiente: “desde el origen de la vida psíquica y luego para afiliarse a un grupo, vivir en una comunidad junto a sus semejantes y formar una pareja los sujetos se identifican con un objeto común, y a partir de ahí entre ellos. Para conformarse en su vínculo y sostenerlo además de las identificaciones deben necesariamente signar entre ellos otras alianzas, unas conscientes y otras inconscientes, que tienen como función principal mantener y apretar su vínculo, fijar los términos y lo que está en juego e instalarlo en el tiempo” (p.37). La díada ha comenzado a observarse como un sistema de interacciones donde el tratamiento está dirigido hacia la conciencia de la influencia mutua, así como la regulación entre ambas partes. El individuo se constituye por una parte intersubjetiva que tiene que ver con los elementos psíquicos propios del interior de la persona y por una parte intersubjetiva, referida los elementos psíquicos que incluyen al otro y el entorno en el que el sujeto se mueve. Los factores comentados son participes en gran parte del sufrimiento que se produce en una relación de pareja. Para Forster y Spivacow (2006), cuando la terapia se centra en la dinámica entre ambos cónyuges, esta permite reconocer la dinámica intersubjetiva favoreciendo la construcción de las representaciones relativas a la forma que tiene cada individuo de reaccionar ante el comportamiento de la pareja, el estado emocional que le genera la propia relación, así como la bidireccionalidad que prevalece sobre ellos.

De esta manera, durante el tratamiento de terapia, los elementos a considerar son tanto es el psiquismo individual de los cónyuges, la relación de pareja, la bidireccionalidad, los procesos inconscientes y el entrelazamiento de las fantasías de ambos cónyuges (Forster, 2006).

2.1.2. Tratamiento de la infidelidad desde el psicoanálisis

El enfoque psicoanalítico ha amplificado el rango de aplicación; desde el tratamiento individual, se han establecido nuevas pautas para tratar parejas más allá del psicoanálisis puramente clásico. En un primer lugar, se ha considerado imprescindible distinguir

cuando un terapeuta debe de recomendar la terapia de manera individual o en conjunto cuando se trata de conflictos de pareja. Los factores para tener en cuenta serán determinantes a la hora de examinar los mecanismos que intervienen en el tratamiento psicoanalítico en pareja. A pesar de que algunos psicoanalistas se resistan, la aplicación de la terapia psicoanalítica en el tratamiento de la pareja resulta beneficiosa e íntegra; trabajar en terapia de pareja brinda información relevante al terapeuta sobre cómo los cónyuges organizan su psiquismo de forma individual y compartida, así como el funcionamiento dinámico del matrimonio (Scharff, 2001).

Algunos autores como Segalla (2004), señalan la influencia percibida en el proceso terapéutico sobre la relevancia de diferenciación de las perspectivas intersubjetivas y relacionales. El énfasis que ha recibido dicha distinción ha servido para avanzar y desarrollar nuevas perspectivas de trabajo con más de un sujeto psíquico. La díada ha comenzado a observarse como un sistema de interacciones donde el tratamiento está dirigido hacia la conciencia de la influencia mutua, así como la regulación entre ambas partes. Autores como Forster y Spivacow (2006), advierten sobre la indispensabilidad de la dimensión intersubjetiva a la hora de abordar el sufrimiento y la angustia de una relación, cuyo lugar en el diseño de la terapia resulta imprescindible para un tratamiento exitoso.

Desde una perspectiva psicoanalítica, a la hora de abordar la infidelidad, esta puede comprenderse desde diferentes puntos de referencia. En cualquiera de ellas, destaca la mirada de las relaciones parentales y la influencia posterior en la relación amorosa del hijo. El individuo se moldea en función del impacto que tienen sus padres sobre él y durante su desarrollo, adquiere diferentes modos de relacionarse su entorno; paralelamente, las figuras paternas suponen un ejemplo para el niño a la hora de establecer relaciones amorosas, así como la actitud que puede tomar hacia la infidelidad y su estilo de apego romántico (Platt et al., 2008). La forma en la que el niño resuelva los conflictos y dificultades que le vayan sucediendo, está estrechamente ligada al tipo de apego que acontecen en haya establecido con su figura de referencia en su infancia. Y no solo eso sino también hay que explorar el tipo de vinculación amorosa que habían establecido sus padres. Los adultos con un estilo de apego seguro recuerdan a sus figuras paternas como fuente de cariño y protección mientras que los que tienen un apego inseguro, definen la relación con sus progenitores como conflictivas y se sentían controlados (Platt et al., 2008). Lusterman (2005) y otros autores advierten sobre la relevancia del tipo de relación amorosa de los padres, así como el impacto que ha tenido sobre el niño. La influencia es

tal, que cuando el hijo sospecha o es conocedor del evento de la trasgresión, sus áreas de funcionamiento pueden verse afectadas con graves consecuencias. Al hilo de esto último, Moultrup (1990) añade que cuando un niño es testigo de la infidelidad de sus padres, incrementa la posibilidad de que siga el mismo patrón familiar exhibido, repitiéndolo. A pesar de que algunos estudios niegan la diferencia entre el estilo de apego y la posibilidad de engañar y ser engañado Weisgerber (2000) citado en (Fricker, 2006). Autores como Platt et al., (2008) también coinciden a través de las investigaciones, que no sólo afecta al niño, sino que el joven adulto que tiene conocimiento sobre la infidelidad puede influir sobre él pudiendo aumentar la propensión de participar en un futuro en ella. Por lo tanto, para comprender con más profundidad acerca de cómo el paciente percibe la infidelidad e incluso prevenir durante un trabajo clínico, se recomienda explorar la influencia de la familia sobre el individuo y las actitudes sexuales (Fife et al., 2019). Ahondando más en el tema, una investigación realizada con estudiantes universitarios de la universidad de Adelphi, evaluaron las relaciones entre los estilos de apego adulto y la infidelidad en las relaciones amorosas. Se descubrió que las personas con un estilo de apego seguro se caracterizaban por no mentir en exceso, experimentaban satisfacción en la relación y tenían una baja probabilidad de ser infieles, comparado con los estilos de apego inseguro. Al mismo tiempo, los resultados demostraron que el tipo de apego no siempre es el precursor de la trasgresión, no obstante, la tendencia a cometer una infidelidad aumenta en los casos donde la pareja presenta un EA preocupado, temeroso o evitativo (Cohen, 2005).

En clínica, Humberto y Osorio (2011) proponen una serie de propuestas y posibilidades para comprender qué función podía tener la trasgresión cuando el vínculo se rompe y se incluye un tercero en la díada:

- a) *La infidelidad para escapar del objeto invasivo*: el deseo de ser protegido y cuidado se resuelve mediante una fusión entre ambas partes; el vínculo es el resultado de la relación amorosa y el deseo erótico. Cuando el individuo experimenta la amenaza de la pérdida del self, le invade la angustia, vivencia el deseo de huida del objeto invasivo, y lo expresa a través de la infidelidad. Por ello, el acto infiel no guarda relación con una necesidad de satisfacer el deseo sexual, sino que se desencadena por la ansiedad percibida cuando la persona comienza a verse como alguien dependiente de su pareja.
- b) *La infidelidad para obligar a la reparación*: cuando dos individuos deciden juntarse como pareja, inconscientemente realizan un acuerdo que trata sobre la necesidad por

parte de ambos de cubrir la satisfacción de los deseos infantiles, las necesidades individuales y la reafirmación narcisista. Cuando uno de ellos experimenta que no se están cubriendo sus demandas y que el otro no cumple con el acuerdo, la búsqueda del tercero será la respuesta a modo de protesta o venganza como reclamo de su pareja. Para hacerlo real, el cónyuge infiel reclama la atención a través de buscar ser descubierto por su pareja y “obligarlo a reparar la falla al acuerdo inconsciente inicial”.

- c) *La infidelidad para negar la des-idealización del objeto de amor*: Los miembros de la pareja durante el trascurso del tiempo, tratan de mantener su individualidad y tratan de distanciarse entre ambos. El infiel a modo defensivo trata de eternizar las ilusiones narcisistas del objeto del enamoramiento ya que experimenta angustia al verse obligado a renunciar a ello).
- d) *La infidelidad para salvaguardarse del abandono*: en este caso, la persona decide establecer varias relaciones con varias personas cada cual distinta con límites estrictos. De esta manera, en el caso de perder una de las parejas no le supone tan traumático.

Otra manera de estudiar la trasgresión se realiza a través del Complejo de Edipo. Sigmund Freud entiende que la tentación es algo cotidiano. Sostiene que, si una persona niega esta realidad, será inevitable para la persona utilizar un mecanismo inconsciente con el objetivo de aliviar la tensión. Para Freud existe un conflicto universal entre la monogamia y el impulso de la infidelidad. En 1910, explica la relación existente entre el conflicto edípico del niño como parte inherente de la infidelidad. Según este, el acto infiel se debe a un trauma de traición, “el niño no perdona a su madre por haberle otorgado el favor de las relaciones sexuales, no a sí mismo sino a su padre, y lo considera un acto de infidelidad”. Como resultado, el niño se sitúa en una relación de amor/ odio con la madre; como resultado genera una imagen de su progenitora con dos maneras: una como pureza impecable y la otra, una prostituta”. En este sentido, Freud clarifica que la infidelidad edípica supone para el individuo una herida narcisista que incita a las fantasías de venganza (Hunyady et al.,2008.). Tal y como se ha comentado anteriormente, otros autores refieren que el conocimiento del niño sobre el engaño de uno de sus padres lleva al individuo a esperar consciente o inconscientemente la infidelidad de sus propias relaciones románticas, donde estaría participando en una conducta de profecía autocumplida. El hijo se identificará bien con la víctima o bien con el progenitor infiel,

en función del género, como se enfrentó el problema y las consecuencias del acontecimiento (Shackelford y Goetz, 2008). Una persona que puntúa alto en personalidad narcisista, le puede resultar más complicado convivir con esa “cicatriz narcisista” que resulta de la traición de la situación edípica y como consecuencia, puede identificarse con su “padre infiel” con el fin de compensar la herida no resuelta; como resultado, actúan desde la venganza y la traición con el objetivo de provocar lo mismo que vivieron (Hunyady et al., 2008).

2.1.3. El papel del terapeuta y el concepto de contratransferencia

El papel del terapeuta será determinar la manera en la que el funcionamiento psíquico de la pareja influye y condiciona al otro a la vez que trabaja con las dinámicas inconscientes. Añadido a esto último, el terapeuta valorará la influencia que tiene el funcionamiento psíquico de ambos individuos y como condiciona la relación. Al mismo tiempo, trabaja con los contenidos inconscientes de los cónyuges, conteniendo las expresiones de la angustia y las quejas de ambos. El término “castración” propio de este enfoque, está relacionado con la vivencia que experimenta el individuo una vez que es consciente de estar formando parte de una estructura compartida, se relaciona con un aspecto de la castración con un abordaje diferente al de la terapia individual; el sujeto habrá de sobrellevar lo relacionado con el narcisismo y la omnipotencia separando lo que es “mío” y lo que es “tuyo”. Milmaniene (2011), afirma lo siguiente relacionado con lo que se espera en una relación de pareja: “un proceso complejo abierto a múltiples fracasos y extravíos, dado que se debe articular un pacto deseante que no desconozca la propia libertad a la vez que se respete al otro en su irreductible diferencia. Se trata de construir una relación que no implique ni la sumisión ni el sometimiento del otro”.

El término contratransferencia hace referencia a aquellos sentimientos tanto positivos como negativos que el terapeuta experimenta hacia un paciente en la relación terapéutica. La transferencia es concepto que puede servir como guía para el terapeuta a la hora de entender mejor los sentimientos de su cliente (Van Wagoner, 1991). La contratransferencia inconsciente es una excepción a la hora de entender este acontecimiento como elemento ventajoso ya que tiene el peligro de ser destructivo para la relación terapéutica; el propio terapeuta puede verse influenciado por sus propios problemas no resueltos relacionados con la infidelidad. Debido a esto, la supervisión, auto-reflexión y la terapia personal son estrategias que pueden ayudar a los terapeutas a

superar sus propios problemas y ser más eficaces trabajando con las parejas que lidien con esta problemática (Peluso y Spina, 2008).

2.2.Cognitivo conductual

2.2.1. Concepto de pareja

La terapia cognitivo conductual es un enfoque que trata de aliviar las tensiones y los conflictos de pareja desde un gran soporte empírico; consta de un gran recorrido histórico en el que ha ido evolucionando el tratamiento tanto de las problemáticas individuales como la relación de pareja en sí. A pesar de que los primeros enfoques prestaron su atención casi exclusivamente en cambiar el comportamiento, las intervenciones que abordan las cogniciones y las emociones resultan imprescindibles en el tratamiento actual. Los terapeutas, como resultado, constan de una amplia gama de formas de trabajo basadas en las necesidades que la pareja presenta en terapia (Epstein y Baucom, 2002). Los mismos autores explican que hacer hincapié tanto en las emociones, cogniciones y el comportamiento permite a) el bienestar de ambos cónyuges como individuos, (b) la pareja como una unidad, y (c) el entorno donde la pareja se mueve. De esta manera, los tres dominios estando interconectados e interrelacionados, determinan el funcionamiento de la relación de pareja.

2.2.2. Tratamiento de la infidelidad desde el Cognitivo Conductual

Desde el modelo cognitivo conductual, la infidelidad se considera un trauma interpersonal que se experimenta a través de respuestas emocionales, cognitivas y comportamentales que supondrán el núcleo del tratamiento (Baucom et al., 2006). Cuando una persona vivencia este trauma emocional, es probable que se dé la respuesta traumática cuando para la persona el acontecimiento supone una violación de los supuestos básicos sobre cómo funciona el mundo y las personas. Es decir, los individuos que previamente tenían la sensación de que el futuro era previsible, experimentan una pérdida de control al verse violadas sus creencias básicas. Como resultado, no solamente tiene un impacto negativo en la pareja, sino que la persona víctima de la infidelidad experimenta una pérdida de las creencias significativas que sustentan su seguridad emocional. Si la persona no conoce las razones por la cual su pareja ha sido infiel y no entiende por qué ha sucedido, es

posible que no quiera continuar con la relación como respuesta a la aparición de la desconfianza y la sensación de imprevisibilidad (Resick y Galhoun, 2001).

De esta manera, la infidelidad se entiende como un hecho traumático interpersonal. Desde este enfoque, el tratamiento no pone únicamente el foco sobre la respuesta traumática, sino que también resulta eficaz trabajar el perdón interpersonal a la hora de abordar la problemática. Los estudios indican que cuando la intervención va dirigida al proceso del perdón con el objetivo de ayudar al individuo a replantear cognitivamente la infidelidad y la persona comprende la razón por la que se dio el trauma, se observa una mejora en el funcionamiento psicológico individual y de pareja.

Baucom et al. (2009) proponen un modelo de intervención empíricamente validado en el cual proponen una serie de etapas estructuradas que se presentarán a continuación:

Fase I. Evaluación

- *Sesión Inicial.* Durante la sesión inicial se realiza una valoración de manera conjunta con el objetivo de explorar acerca de la demanda de la consulta terapéutica y se establecen las condiciones (horarios, costos, etc.).
- *Sesión 1.* La sesión 1 se realiza individualmente con la intención de recabar la información necesaria para conocer la historia de pareja y de cada uno de los miembros, el acto infiel y cómo se encuentra actualmente la pareja. El terapeuta explorará el nivel de compromiso que cada miembro para participar en el proceso terapéutico y la reconstrucción del vínculo. Como herramienta, la aplicación del Inventario de Necesidades de Pareja y la Escala de Dificultades de Regulación Emocional puede resultar útil. Las tareas que realiza la pareja tienen que ver con el registro de las conductas. Los autorregistros se utilizan para detectar tanto la frecuencia de conflicto como las interacciones positivas.
- *Sesión 2.* La sesión 2 es conjunta y tiene como objetivo trabajar sobre la alianza terapéutica, así como concretar el estado actual de la relación y las variables que estén influyendo en el proceso (vulnerabilidades, fortalezas, estresores externos de cada individuo y el tipo de interacciones entre ambos miembros). Se psico educa acerca de las consecuencias que tiene la infidelidad en el vínculo y se acuerda cuales son las expectativas que tiene cada uno sobre la terapia realistas.
- *Sesión 3.* En este apartado la sesión es individual, la finalidad es orientar a la persona en el cómo compartir adecuadamente la información relacionada con la infidelidad y sobre los aspectos de la relación en sí. Como tarea se asigna la lectura del texto

«Cuatros patrones claves que pueden perjudicar la relación», del libro «Su matrimonio vale la pena» (Markman, Stanley, y Blumberg, 2010).

Fase II. Manejo del impacto causado por la infidelidad

- *Sesión 4.* Consiste en una sesión conjunta en la que el terapeuta trata de explorar junto con la pareja cuales son los patrones que están manteniendo los conflictos entre ellos y cuáles son las estrategias adecuadas, en concreto el tiempo fuera constructivo (Baucom et al., 2009).
- *Sesión 5.* Durante esta sesión, de manera conjunta el terapeuta propone promover la expresión de las emociones y la conciencia del otro. A través del entrenamiento con la pareja, se pretende favorecer la aparición de las interacciones positivas, así como la expresión de los pensamientos y de los sentimientos hacia el cónyuge. Como tarea se proponen actividades conjuntas que sean agradable para ambos

Fase III. Entendiendo el significado de la infidelidad

- *Sesión 6.* Desde esta sesión conjunta, la intención es fomentar el manejo adecuado de los conflictos y recuperar la confianza. Se entrena en la técnica del hablante oyente y se elabora un contrato terapéutico entre ambos miembros en el cual cada uno de ellos solicita una serie de conductas.
- *Sesión 7.* Se realiza tanto en sesión conjunta como individual. En este apartado, la exploración va dirigida hacia las atribuciones causales con respecto al otro miembro de la pareja, la relación y la infidelidad. El objetivo es identificar cuáles son los factores se fueron gestando previos a la infidelidad y se entrena en el debate de pensamientos relacionados el acontecimiento. La tarea consiste en escribir una carta para el otro miembro de la pareja.
- *Sesión 8.* Sesión conjunta en la cual se aborda el impacto que tuvo para cada miembro la infidelidad. El objetivo es generar un espacio en el que ambos sean capaces de expresar asertivamente sus emociones relacionadas con el evento y sobre las consecuencias. En este momento del proceso, la carta escrita en la sesión 7 es leída por cada miembro y se refuerzan aquellas partes que sirven de ayuda en la construcción del perdón y la resolución del conflicto.

Fase IV. Construcción del perdón para seguir adelante

- *Sesión 9.* De manera individual, se recoge e integra la información que explique la infidelidad con el objetivo de reconstruir la historia de manera coherente. Se explora sobre cómo entiende cada uno el concepto del perdón.

- *Sesión 10.* En esta sesión conjunta, el terapeuta trabaja con la pareja resignificación de las creencias y los mitos referentes al concepto del perdón.
- *Sesión 11.* De manera conjunta, la pareja es orientada hacia el entendimiento del perdón como la manera de crecer como pareja e individuos. Es en este momento cuando los miembros de la pareja escogen si continuar o no con la relación, estableciendo acuerdos para obtener y mantener el perdón.
- *Sesión 12.* El objetivo de esta sesión conjunta reside en el abordaje de las distintas cuestiones problemáticas actuales o futuras que puedan surgir de que no tienen por qué estar relacionadas con la infidelidad. Se refuerzan las estrategias trabajadas anteriormente.
- *Sesión 13.* Se realiza el seguimiento de los avances alcanzados durante el proceso terapéutico de forma individual y conjunta. Se aplica el DERS y el Inventario de satisfacción de necesidades de pareja.

Fase V. Seguimiento

- *Sesiones 14 y 15.* Conjuntas. Se evalúa la evolución de la pareja sin asistencia terapéutica.

El modelo de intervención planteado ha sido probado con parejas. Una vez puesto en práctica, los resultados demuestran una mejoría en la regulación emocional de la pareja. Se ha visto que los sujetos a los que se le aplicó el tratamiento experimentaron emociones moduladas y coherentes con la situación en la que se encontraban. Se obtuvieron resultados positivos relacionados con lo referido a la capacidad empática e incorporación de estrategias en el manejo de los conflictos. Además, se observó una mejora en el afecto positivo, que, tras la intervención y el trabajo terapéutico, redujo los afectos negativos de la pareja. De acuerdo con Yárnoz-Yaben y Comino (2012) el papel que juega el perdón es esencial en la reducción de los afectos negativos. En definitiva, tras la aplicación del modelo de intervención es útil a la hora de trabajar con los elementos como la culpa, la ira y la tristeza y favorece el incremento de la reciprocidad positiva en la que cada individuo había adquirido conductas que resultaban reforzantes y gratificantes para su pareja y viceversa (Baquero et al., 2014).

2.2.3. El papel del terapeuta

En la terapia de pareja cognitivo- conductual, la intervención se centra en las habilidades que tiene la pareja a la hora de comunicarse y su forma de comportarse. Además,

consideran que es necesario explorar la manera en la que cada miembro entiende como los demás se comportan, así como las expectativas y los estándares que tienen en sus relaciones y sobre las relaciones en general (Epstein y Baucom, 2002). Dentro de las intervenciones cognitivo-conductuales, se ve conveniente que el profesional pueda brindar una serie de estrategias estructuradas y dirigidas con el fin de proporcionar determinadas pautas directivas para poder enfocar el transcurso de la intervención en momentos particularmente necesarios. Al hilo de esto último, previa a la exploración del significado del hecho traumático y restablecer la intimidad y la confianza, la pareja necesita contener la intensidad de la respuesta emocional y las respuestas iniciales que se dan cuando es reciente el descubrimiento de una infidelidad. De esta manera, en un primer lugar se trata de trabajar la forma de comunicar constructivamente los sentimientos y poder establecer cuáles van a ser los límites relacionados con el comunicado de la infidelidad a terceras personas y cómo van a interactuar entre ellos como pareja (Baucom et al., 2006).

2.3.Sistémica

2.3.1. El concepto de pareja

Para abordar la perspectiva sistémica en el tratamiento de la infidelidad, el escrito se basa en los datos aportados por Coddou y Méndez (1994) recogidos por (Guerrero, 2008). Desde la perspectiva sistémica, se entenderá el concepto de pareja como una “relación entre dos personas que se unen con la intención de vivir juntos. Contiene la idea de dos elementos y de paridad (igualdad). Hombre y mujer adultos se asumen desde la “parejidad” para una coordinación para la vida. En nuestro contexto cultural actual se unen a partir del “enamoramamiento”. La pareja es entendida como un sistema compuesto de dos elementos, la díada; como consecuencia de esta realidad, la intensidad de las emociones y de los conflictos serán mayores. El sistema tiene límites siendo dos los elementos que lo forman. La pareja lleva a cabo un proceso construcción de la realidad y definen la relación de manera conjunta y de manera circular. Los acontecimientos que experimenta el sistema son producto de la coordinación mutua entre los dos elementos. En este sentido, la pareja se configura desde el uno más uno es igual a tres, en la que se ve la relación como un protagonista activo; por tanto se trata de pasar de una visión monocular centrada en los individuos, a una visión binocular que abarca individuos y

sistemas donde se presenta la relación como un protagonista de pleno derecho, que por un lado es creada por la pareja, pero que por el otro, crea a la misma. Desde la perspectiva sistémica, comprende la pareja como un sistema discontinuo del familiar; este último es otro sistema cuya organización, conversación y objetivos son distintos a los de la pareja (quien, por ejemplo, comparten una intimidad, sexualidad y complicidad propias) (Coddou y Méndez, 1994).

2.3.2. Tratamiento de la infidelidad desde la Terapia Sistémica

Según los mismos autores, observan que en la clínica se dan frecuentemente dinámicas relacionadas con “dominios de confrontación”. Esto hace referencia a la problemática por la cual una pareja comienza a experimentar sentimientos como la pérdida o ruptura de la confianza básica, emociones como la rabia y simetría (Coddou y Méndez, 2002). La infidelidad se gesta en el contexto de una disfunción en la relación, por tanto, podría entenderse como el síntoma de la relación (Fife et al., 2008).

Los elementos que configuran el sistema de pareja establecen los límites en un contrato de manera implícita o explícita; cada relación realiza un acuerdo en el cual define lo permitido y lo no permitido y aunque no compartan el mismo modo de realizarlo, todas comparten lo que entienden con fidelidad (Coddou y Méndez, 2006). Los autores explican la existencia de un vacío entre los dos elementos. Estudian el fenómeno de la infidelidad como consecuencia de ese espacio que nace de la no confrontación de temas relevantes “por ejemplo, que un miembro esté demasiado involucrado en su rol parental y en la vida familiar y el otro quisiera que también se consideren espacios de pareja; o el enfrentar el temor a comprometerse, con la consecuente pérdida de libertad” (Coddou y Méndez, 2002). La infidelidad es una forma de manejar la carencia que vivencia el sistema; los valores, las creencias y las expectativas influirán sobre la idea de exclusividad y, si alguno de los elementos incumple el contrato implícito que los une, las consecuencias se irán desarrollando (Sarquis, 1993).

Para esta perspectiva, los mitos, la cultura, los individuos y la pareja frente a la situación son tenidos en cuenta a la hora de examinar la forma de operar de cada cónyuge; Bauman (2003) en relación con estas ideas implícitas donde se comienza a observar el fenómeno de la infidelidad, refiere: “te buscaré para que llenes el lugar de todos mis vacíos y deberás curar mis viejas heridas. Si no lo hicieras, consideraré que estás traicionando aquel pacto de amor” (p.19).

A continuación, se presentan los objetivos generales de la terapia de pareja en la intervención sistémica (Guerrero, 2008) son:

- Manejar la queja motivo de consulta (en este caso, la infidelidad), que en muchas ocasiones requiere una mayor exploración.
- Promover un cambio que favorezca la metacomunicación y que siempre respete los valores y creencias de sus integrantes
- Permitir redefiniciones y evitar las interacciones rígidas.
- Aunque no se reconoce como un objetivo general, intentar mantener la definición de los integrantes como pareja luce coherente con la expectativa de los miembros que la organizaron dentro de un proyecto vital compartido.
- De no ser posible, mantener la unión o procurar una separación con el menor grado de traumatismo.

Complementario a este apartado y basado en este enfoque teórico, Zola (2007) propone un modelo de intervención en el cual el objetivo es integrar la terapia estratégica, la terapia centrada en la solución y la terapia centrada en la emoción. Este modelo se basa en tres supuestos fundamentales:

1. La influencia de la reciprocidad de la comunicación y los patrones de comportamiento en las relaciones de pareja.
2. El tratamiento histórico de la infidelidad está intrínsecamente centrado en los problemas y sesgado culturalmente hacia una creencia particular de las relaciones.
3. Los intentos de la pareja infiel de seguir adelante pueden ser un intento de solución defectuoso que pueden llegar a re-traumatizar al individuo “herido”; el paciente, mediante si trabaja desde los modelos de traición por trastorno de estrés post traumático, corre el riesgo de alineación y patologización del cliente (Zola y Ed, 2007).

El enfoque parte de la teoría de sistemas, el cual se basa en la causalidad circular enfocado en cambiar los patrones de interacción. También integra un componente experiencial para llegar al efecto primario y reparar el apego saludable. Los autores que proponen esta forma de trabajo realizan una crítica hacia aquellos modelos que se centran en el “por qué ha sucedido” y en el sujeto afectado ya que consideran que podría correr el peligro de volverse a patologizar ofendiendo a la pareja infiel. De esta manera, hacen hincapié en el propio proceso atendiendo a la teoría de la comunicación como forma efectiva de trabajo con el fin de eliminar los juicios o la patologización

del cliente de parte del terapeuta a favor de una causalidad circular desprovista de culpa (Watzlawick et al., 1967).

2.3.3. El papel del terapeuta

Durante el trabajo clínico de la sistémica, la participación de los miembros destaca por tener un papel activo en consulta. El terapeuta debe de transmitir que la trasgresión y la mentira no son funcionales una la relación amorosa evitando enjuiciar o justificar la infidelidad (Fife et al., 2008). Tanto en el trabajo clínico de una infidelidad como en cualquier otro, el terapeuta debe desprenderse de los prejuicios que trae consigo sobre el tema en cuestión o sobre los propios pacientes. Dado que es posible que no coincida con los valores y creencias, el respeto y la sensibilidad son elementos imprescindibles a la hora de trabajar con la pareja. Warrentin y Whitaker (1993) proponen una serie de orientaciones para el terapeuta de pareja, entre ellos: los individuos tienen la tendencia a mantener sus esquemas, la pareja se ha elegido sabiamente, la pareja es diferente a los miembros que la integran, los estancamientos en una relación pueden ocurrir, las metas individuales secretas son relevantes, el proyecto vital de permanecer unidos existe (Guerrero, 2008). Algunos autores advierten que no es muy extraño que ocurra la posibilidad de que se den crisis frecuentes y como consecuencia, deriven en un incremento del erotismo favoreciendo una nueva trasgresión. El terapeuta también puede experimentar situaciones de violencia en la interacción de la pareja (Zumaya et al., 2015). La infidelidad normalmente se desencadena junto con otras problemáticas de pareja. El papel del terapeuta también consiste en evaluar el estado de la relación previo a la trasgresión, atendiendo a cuáles son las expectativas de la pareja, qué esfuerzo ofrece cada miembro en la solución de los problemas, la cercanía emocional e intimidad física... pues cualquiera de estas puede aumentar la vulnerabilidad de las parejas a volver a vivenciar el evento. Según DeMaria, Weeks y Hof (1999), la familia de origen del individuo requiere de una exploración exhaustiva pues esta puede estar vinculada a las actitudes y comportamiento de la persona infiel. Para ello, los patrones intergeneracionales pueden ser evaluados a través de un genograma como herramienta a la hora de explorar la relación actual. El terapeuta explora acerca de la dinámica interpersonal de la pareja, con el objetivo de impulsar la toma de conciencia acerca de la influencia que tiene la familia sobre cada miembro. Además, es imprescindible atender a

los patrones disfuncionales tales como la infidelidad anterior, la triangulación ya que pueden estar vinculados con la vulnerabilidad de la pareja o el individuo.

Otro aspecto para tener en cuenta por parte del terapeuta sistémico es tratar de ayudar a ambas partes a compartir la responsabilidad de la relación de pareja. Volver a formular la infidelidad puede ser útil para que vinculen la dinámica de su relación con la trasgresión. Una vez que consiguen construir una mirada sistémica acerca de la infidelidad y la relación que tenían, serán más capaces de llegar a una curación contractiva y sin culpa (Fife et al., 2008).

2.4. Terapia integradora y el perdón como herramienta esencial

Prieto-Ursúa et al., (2012) presentaron una revisión acerca de la Psicología del perdón y su aportación al trabajo en terapia. Refieren que el perdón en el proceso de la terapia de pareja es esencial para tratar los problemas maritales, no obstante, no se encuentran muchos estudios que abalen la eficacia a la hora de tratar la infidelidad. Las investigaciones realizadas puesto el foco en la relación que tiene el perdón sobre variables tales como la satisfacción marital, el manejo de conflictos y el compromiso. La infidelidad ha sido otra línea de investigación en la que se ha explorado las dinámicas del perdón. Para el proceso de superación, son varios los autores los que afirman que para las parejas supone algo imprescindible y se apoyan en la idea de que para superar el conflicto es necesario tanto en los casos en los que se reconcilian como cuando no continúan juntos (Prieto-Ursúa et al., 2012). Gordon, Baucom y Snyder (2004) construyen un modelo específico de intervención, la Terapia de Pareja Integradora, en el cual el perdón se asume como un elemento a tratar durante el trabajo clínico. Contiene tres fases que tienen como objetivo fomentar la capacidad de comprensión de la propia persona, a su pareja y la relación que tienen. La infidelidad se trabaja con la intención de que la pareja pueda desprenderse de las conductas, pensamientos y sentimientos que han surgido a raíz de la trasgresión. La primera consiste en una etapa de impacto y se caracteriza por el momento de comprensión del suceso, supone experimentar el trauma impersonal. Durante la segunda etapa, el individuo realiza una búsqueda de sentido para el acontecimiento vivido, para ello el terapeuta orienta a la pareja a procesar el impacto del evento y decidir si continuar o no con la relación. Por último, la etapa tres en la cual la pareja comienza el

proceso del perdón, tratar de seguir adelante con la vida en un nuevo entorno formado por creencias novedosas sobre la relación (Gordon et al., 2004).

La tercera etapa caracterizada por el elemento de perdón clarifica que este concepto no implica una reconciliación. Tampoco el perdón implica que la ira desaparezca completamente. De acuerdo con esto último, el cónyuge afectado tendrá que alcanzar los tres objetivos: desarrollar cierto equilibrio y realismo a la hora de entender la relación, liberarse de los efectos negativos de su pareja, renunciar voluntariamente a su derecho de castigarle. Una vez se ha reevaluado la relación y discutido el perdón, la meta terapéutica se encamina hacia el asesoramiento acerca de cómo terminar o continuar el vínculo constructivamente (Fife et al., 2008).

Luchies, Finkel, McNulty y Kumashiro (2010), observaron que el perdón tiene efectos beneficiosos sobre el respeto por uno mismo y el autoconcepto, estos están vinculados con la manera en la que el miembro de la pareja realiza las conductas generadoras de malestar. El autoconcepto y del auto- respeto se incrementarán en la medida en la que la que el miembro trasgresor evite comportamientos que no generen seguridad ni reconocimiento para el otro. En el caso de lo contrario, el acto de perdonar puede suponer un impacto negativo sobre sí mismo y su auto- respeto cuando la persona responsable del daño no indica seguridad y valoración para su pareja. Definitivamente, estos autores refieren que perdonar no siempre resulta beneficioso, en ocasiones puede resultar inapropiado y perjudicial para la persona.

Por último, las observaciones de distintos autores recomiendan que, para el trabajo clínico, trabajar o no con el perdón requiere de una valoración a fondo y que implica profundizar acerca de las condiciones en las cuales puede estar indicado beneficioso facilitar o promover el perdón y en aquellas en las que dicho trabajo puede llegar a ser desaconsejado (Prieto-Ursúa et al., 2012).

DISCUSIÓN

Con este proyecto se ha pretendido concretar el concepto de pareja, aproximar el significado de la infidelidad en la era contemporánea y aportar información relevante sobre la influencia de la Cultura Occidental del siglo XXI en las parejas estables que han sufrido la problemática de la infidelidad. Las investigaciones revelan que parte del fenómeno se debe a explicaciones puramente biológicas, donde la evolución y la supervivencia sigue siendo un aspecto que influye en nuestra manera de comportarnos. A lo largo de la cultura y sociedad, han ido desarrollándose distintas formas de entender este evento siendo en ocasiones duramente castigado. No obstante, la infidelidad siempre ha estado presente entre las relaciones humanas y no únicamente se puede explicar desde una perspectiva biológica, sino que el componente psicológico participa de igual modo. La inmensa mayoría de parejas que vivencian una trasgresión experimentan malestar traducido a tristeza, desconfianza, rencor, miedo, angustia, etc. Desde las distintas escuelas psicológicas y la propia dificultad del abordaje terapéutico sobre la infidelidad, se ha tratado de realizar una recogida de información exhaustiva y explicar la forma de trabajo de cada una; aclarar aquellos aspectos que comparten en común y en los que son distintos. Junto a lo último mencionado, revisar las diferentes técnicas y resultados sobre la eficacia de las sesiones de cada una de ellas. Finalmente, estudiar brevemente el papel de la culpa y la reconciliación y valorar críticamente aquellos aspectos que requieran de futuras investigaciones. Haciendo un repaso de los objetivos iniciales del proyecto, lo que más destaca es la escasez de publicaciones sobre estudios empíricamente validados sobre cómo cada una de las escuelas interviene con una pareja que solicita terapia de pareja por infidelidad. Esto no excluye que, desde las diferentes aproximaciones terapéuticas, existan numerosas formas de entender el fenómeno de la infidelidad y su tratamiento individual, de hecho, sí que contamos con numerosos documentos que comparten distintas teorías y formas de entender este problema. Durante el transcurso del proyecto, la búsqueda de información que realicé fue mayoritariamente desde las bases de datos facilitadas desde la universidad (PsyInfo y Psycodoc) y Google Escolar; vista la reducida fuente de información en el idioma español, casi todo el trabajo está realizado a través de artículos y libros escritos en inglés. Las palabras claves que escogí para realizar las búsquedas fueron entre otras “Infidelity AND Couple Therapy”, “Infidelity AND Treatment”, “Cognitive Behaviour AND infidelity AND treatment” ... y así con el resto de las escuelas. Otro punto relevante acerca de la búsqueda de información es que, casi

toda la publicación que se ha realizado sobre el tema es poco reciente y las que están más actualizadas no han servido significativamente para satisfacer los objetivos del trabajo. Como he comentado anteriormente, la información más accesible y estudiada sobre esta problemática, parece que está enfocada en comprender bajo qué circunstancias una persona puede ser infiel, la influencia de la historia personal de los individuos que han sido infieles, cómo gestionar una situación de infidelidad, etc. En este sentido, desde las diferentes aproximaciones destaco lo siguiente: desde enfoque psicoanalítico, a groso modo, lo más estudiado ha sido la infidelidad entendiéndola como un Complejo de Edipo no resuelto, el tipo de apego adulto de la persona infiel, el tipo de relación con los progenitores y la visión que tiene la persona sobre él mismo y los otros. Dada la reciente entrada de la terapia de pareja en el psicoanálisis y el trabajo que ha supuesto aplicar las formas de trabajo en terapia individual a la de pareja, entiendo que existan escasas investigaciones o terapeutas psicoanalistas que se hayan centrado expresamente en esta problemática. Desde la perspectiva cognitivo conductual, ha sido más sencilla la recogida de información; contamos con publicaciones que sí abordan directamente el tema y ofrecen un modelo de tratamiento centrado en un proceso con claves para entender las dinámicas relacionales de ambos individuos. La perspectiva sistémica destaca en cuanto a que ha servido como fuente de inspiración para la creación de un modelo de tratamiento específico para estos casos al que he hecho alusión en un momento determinado del escrito. Un aspecto positivo para destacar es que sí que se han realizado propuestas de intervención de terapia de pareja de manera general en el abordaje del tema de la infidelidad en los cuales se han percibido que la aplicación de estos ha obtenido resultados óptimos. Vista la sensibilidad de la problemática y la vulnerabilidad que presenta la pareja que acude a consulta, como línea de futura investigación, sería interesante actualizar y facilitar las formas de tratamiento. El objetivo sería encontrar una guía o apoyo para el trabajo clínico, así como pautas específicas a seguir basado en modelos de intervención validados empíricamente que puedan ser utilizados por los terapeutas de pareja.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Ackerman, R. A. (2006). *Something 's Missing : Need Fulfillment and Self-Expansion as Predictors of Susceptibility to Infidelity. December 2013.*
- Atkins, D. C., Eldridge, K. A., Baucom, D. H., & Christensen, A. (2005). Infidelity and behavioral couple therapy: optimism in the face of betrayal. *Journal of consulting and clinical psychology*, 73(1), 144.
- Baquero, C. A. P., Santos, R. P. R., & Ocampo, C. I. P. (2014). Efecto de una intervención cognitivo conductual en el conflicto marital por infidelidad. *Psychologia*, 8(2), 23-36.
- Baucom, D. H., Gordon, K. C., Snyder, D. K., Atkins, D. C., & Christensen, A. (2006). Treating affair couples: Clinical considerations and initial findings. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(4), 375–392.
- Baucom, D. H., Snyder, D. K., & Gordon, K. C. (2011). (2011). *Helping couples get past the affair: a clinician's guide.*
- Baucom, D., Snyder, D. y Gordon, K. (2009). *Helping couples get past the affair. A clinician's guide.* N.Y.: Guilford Press
- Bauman, Z. (2005). *Modernidad y ambivalencia* (Vol. 44). Anthropos Editorial.
- Bernard, M., & Kaës, R. (2006). *El trabajo psicoanalítico con pequeños grupos* (No. 159.964. 2). Lugar,.
- Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships ii: A substantive review. *Journal of marital and family therapy*, 31(2), 217-233.
- Buss, D. M., & Schmitt, D. P. (1993). Sexual Strategies Theory: An Evolutionary Perspective on Human Mating. *Psychological Review*, 100(2), 204–232.
- Camacho, J. M. (2004). Fidelidad e Infidelidad en las Relaciones de Pareja Nuevas respuestas a viejos interrogantes. *Barcelona: Dunken.*
- Carlos Sirvent. (2011). Fidelidad y compromiso en la relación de pareja (El trinomio fidelidad , compromiso y monogamia) Fidelity and Commitment in relationship. *Fundación Instituto Spiral. Oviedo y Madrid.*, 71.
- Coddou F. y Méndez CL. (1994). Divorcio en la Pareja. Divorcio en la Familia. Congreso Mitos, obstáculos y entrapmes en el trabajo con familias. Santiago, sin fecha, (paper).
- Coddou, F. y Méndez, C. (2002). *La Aventura de Ser Pareja.* Santiago, Chile: Editorial Grijalbo

- Cohen, A. B. (2005). *The relation of attachment to infidelity in romantic relationships: An exploration of attachment style, perception of partner's attachment style, relationship satisfaction, relationship quality and gender differences in sexual behaviors*. Adelphi University, The Institute of Advanced Psychological Studies.
- Corley, M. D., Pollard, S. E., Hook, J. N., & Schneider, J. P. (2013). Impact of disclosure of relapse for self-identified sexual addicts. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 20(3), 157-170
- Christensen, A., Atkins, D. C., Berns, S., Wheeler, J., Baucom, D. H., & Simpson, L. E. (2004). Traditional versus integrative behavioral couple therapy for significantly and chronically distressed married couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(2), 176–191
- Cid, F. M. (2015). *Amor y monogamia como conductas biológicas*. January.
- Crenshaw, A. O., Christensen, A., Baucom, D. H., Epstein, N. B., & Baucom, B. R. (2017). Revised scoring and improved reliability for the Communication Patterns Questionnaire. *Psychological assessment*, 29(7), 913.
- Drigotas, S. M., & Rusbult, C. E. (1992). *Should I Stay or Should I Go ? A Dependence Model of Breakups*. 62(1), 62–87.
- Epstein, N., Baucom, D. H., & Baucom, D. H. (2002). *Enhanced cognitive-behavioral therapy for couples: A contextual approach* (Vol. 1). Washington, DC: American Psychological Association.
- Fife, S. T., Stewart, C. M., Hawkins, L. G., Fife, S. T., Stewart, C. M., & Family-of-, L. G. H. (2019). Family-of-Origin , Sexual Attitudes , and Perceptions of Infidelity : A Mediation Analysis. *The American Journal of Family Therapy*, 0(0), 1–18.
- Fife, S. T., Weeks, G. R., & Gambescia, N. (2008). Treating Infidelity: An Integrative Approach. *The Family Journal*, 16(4), 316–323.
- Fisher, H. (1992). Anatomía del amor. *Historia natural del mono*.
- Forster, Z. R. D. E. (2006). *Psychoanalytical psychotherapy for / with couples*. July 2005, 255–257.
- Fricker, J., & Moore, S. (2006). *Predicting infidelity: The role of attachment styles, lovestyles, and the investment model*. Melbourne, Australia: Swinburne University of Technology.
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2004). An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *Journal of Marital and Family Therapy*, 30(2), 213–231.

- Guerrero, R. de la E. (2008). Aproximación Terapéutica desde la Visión Sistémica a una Pareja que Consulta por Infidelidad. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 37(núm. 1), 175–186.
- Heintzelman, A., Murdock, N. L., Krycak, R. C., & Seay, L. (2014). Recovery from infidelity: Differentiation of self, trauma, forgiveness, and posttraumatic growth among couples in continuing relationships. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 3(1), 13.
- Humberto, J., & Osorio, V. (2011). *La dinámica vincular celos-infidelidad*. 17, 97–102.
- Hunyady, O., Josephs, L., & Jost, J. T. (2008). Priming the primal scene: Betrayal trauma, narcissism, and attitudes toward sexual infidelity. *Self and Identity*, 7(3), 278-294.
- Lewandowski, G. W., & Ackerman, R. A. (2006). Something's missing: Need fulfillment and self-expansion as predictors of susceptibility to infidelity. *The Journal of social psychology*, 146(4), 389-403.
- Lusterman, D. D. (2005). Helping children and adults cope with parental infidelity. *Journal of Clinical Psychology*, 61(11), 1439-1451.
- Markman, H. J., Stanley, S. M., & Blumberg, S. L. (2010). *Fighting for your marriage: A deluxe revised edition of the classic best-seller for enhancing marriage and preventing divorce*. John Wiley & Sons.
- McGoldrick, M., Almeida, R., Hines, P. M., Garcia-Preto, N., Rosen, E., & Lee, E. (1991). Mourning in different cultures
- Milmaniene, J. M. (1998). *Extrañas parejas: psicopatología de la vida erótica*.
- Montesano, A. (2015). Claves fundamentales en terapia de pareja: Una guía de navegación para la práctica. *Revista de psicoterapia*, 26(102), 161-174.
- Moultrup, D. J. (1990). *Husbands, wives, and lovers: The emotional system of the extramarital affair*. Guilford Press.
- Olson, M., Russell, C., Higgins-Kessler, M., & Miller, R. (2002). Emotional processes following disclosure of an extramarital affair. *Journal of Marital and Family Therapy*, 28, 423–434.
- Peluso, P. R., & Spina, P. (2008). Understanding Infidelity : Pitfalls and Lessons for Couples Counselors. (*Gelso & Carter, 1985; Kernberg, 1990; Stevens, 1986*), 16(4), 324–327.
- Platt, R. A. L., Nalbone, D. P., Casanova, G. M., & Joseph, L. (2008). *Parental Conflict and Infidelity as Predictors of Adult Children ' s Attachment Style and Infidelity*. *Parental Conflict and Infidelity as Predictors of Adult Children ' s Attachment Style*.

6187.

- Prieto-Ursúa, M., Carrasco Galán, M. J., Cagigal de Gregorio, V., Gismero González, E., Martínez Díaz, M. P., & Muñoz San Roque, I. (2012). El Perdón como Herramienta Clínica en Terapia Individual y de Pareja. *Clínica Contemporánea*, 3(2), 121–134.
- Rivera, J. A. G. (2019). Conductas relacionadas a la infidelidad en las Redes Sociales: validación y estudio psicométrico. *Informes Psicológicos*, 19(2), 43-51.
- Romero-Palencia, A., del Castillo, C. C., & Díaz-Loving, R. (2008). Propuesta de un modelo bio-psico-socio-cultural de infidelidad sexual y emocional en hombres y mujeres. *Psicología Iberoamericana*, 16(2), 14-21.
- Scharff, D. E. (2001). *Applying Psychoanalysis to Couple Therapy: The Treatment of a Couple with Sexualized Persecutory Internal Objects Resulting from Trauma I*. 3(4), 325–351.
- Segalla, R. (2004). Random thoughts on couple therapy in a postmodern society. *Psychoanalytic Inquiry*, 24(3), 453-467.
- Schmitt, D. P., & Buss, D. M. (1996). Strategic self-promotion and competitor derogation: Sex and context effects on the perceived effectiveness of mate attraction tactics. *Journal of personality and social psychology*, 70(6), 1185.
- Shackelford, T. K., & Goetz, A. T. (2008). *Personality, Marital Satisfaction, and Probability of Marital Infidelity*. March.
- Snyder, D. K., & Halford, W. K. (2012). *Evidence-based couple therapy: current status and future directions*. 229–249.
- Takahashi, H., Matsuura, M., Yahata, N., Koeda, M., Suhara, T., & Okubo, Y. (2006). *Men and women show distinct brain activations during imagery of sexual and emotional infidelity*. 32, 1299–1307.
- Tsapelas, I., Fisher, H. E., & Aron, A. (2010). Infidelity: When, where, why. In *The dark side of close relationships II* (pp. 195-216). Routledge.
- Van Wagoner, S. L., Gelso, C. J., Hayes, J. A., & Diemer, R. A. (1991). Countertransference and the reputedly excellent therapist. *Psychotherapy: Theory, research, practice, training*, 28(3), 411.
- Whisman, M. A., Dixon, A. E., & Johnson, B. (1997). Therapists' perspectives of couple problems and treatment issues in couple therapy. *Journal of family psychology*, 11(3), 361.
- Whisman, M. A., & Beach, S. R. (2012). Couple therapy for depression. *Journal of Clinical Psychology*, 68(5), 526-535.
- Yáñez-Yaben, S., & Comino, P. (2012). Un instrumento para la evaluación del perdón

en el ámbito del divorcio y la separación. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(1), 49-58.

Zola, M. F. (2007). Beyond infidelity-related impasse: An integrated, systemic approach to couples therapy. *Journal of systemic therapies*, 26(2), 25-41.

Zumaya, M., Brown, C., & Baker, H. (2015). Las parejas y sus infidelidades. *Artemisa En Linea*, Vol. 15(3, Julio-Septiembre 2008), 6.