

Complicación

Disfuncionalidad, Relaciones de pareja

Imprimir Artículo

INTERACCIONES DISFUNCIONALES ENTRE CÓNYUGES

Ceberio, Marcelo R.

Laboratorio de Investigación en Neurociencias y Ciencias Sociales (LINCS)-Escuela Sistémica Argentina
Universidad de Flores (UFLO)

La pareja humana, la longevidad y el amor

A partir del fenómeno de la longevidad, más allá de los cambios sociales, como una reacción en cadena, todos los ciclos evolutivos se hallan en permanente cambio. Por ejemplo, Actualmente, la esperanza de vida en el mundo, de acuerdo a los datos que proporciona el Banco Mundial en sus indicadores de Desarrollo (2021), la media alcanza casi los 75 años. Debe tenerse en cuenta que los países del continente africano desbalancean un promedio que debiera estar en los 80 años, dado que oscilan en un deceso promedio de 55 años. Mientras los países europeos se encuentran por encima de los 80 años.

La longevidad, producto no necesariamente de la mejora de la calidad de vida, sino de los avances tecnológico-médicos y una farmacología de avanzada, hacen que la tercera edad no sea el último tramo de la vida, sino que se estructure una *cuarta edad* a partir aproximadamente de los 75 años (Ceberio, 2012). Al final de cuentas, *la sociedad crea los instrumentos que curan los mismos males que ella produce*. El estrés que genera el sostener un ritmo existista e hiperexigente, construye desde contracturas y resfrío a repetición hasta cardiopatías, enfermedades autoinmunes, trastornos gástricos, colon irritable, depresiones, entre otras, que son los síntomas resultantes que imponen los ritmos de vida actuales y que operan como factores de freno.

No obstante, los viejos actuales no son los viejos de antes: hay un cambio de actitud en dirección a una posición más juvenil. Antes los mayores esperaban la muerte, hoy se encuentran planificando el futuro. Pero no solamente la vejez se modifica, sino también el resto de ciclos evolutivos: la pubertad se ha transformado en adolescencia y los adolescentes alcanzan 22 años y más, por ende, los adultos retardan su proyecto de pareja y matrimonio, con el problema que genera el hecho de que el ritmo biológico marca la pauta de la maternidad límite y hace imposible lograr gestar por falta de padre. En síntesis, toda una nueva estructura que modifica la organización de la sociedad misma. En un estudio de hace más de diez años atrás, describimos alrededor de 40 indicadores que comparaban lo que se llamó *Viejas y nuevas estructura familiares* (Ceberio, 2013) [{ver nota de autor 1}](#).

Hasta la década del 50, se era adulto a los 22 años –hoy adolescentes tardíos-, edad en que los hombres contraían matrimonio y los matrimonios eran largos por el enlace temprano, más acentuado actualmente por la longevidad. Hoy se inician más tarde y la longevidad los alarga. En síntesis, la conformación de la pareja y las acciones masculinas y femeninas van variado de cuajo en su concepción: desde la cantidad de hijos, la asimetría en up de los hombres (hombre autoritario/mujer sumisa), la atención del bebé, hasta el trabajo fuera de casa de la mujer, entre otras diferencias.

La familia puede ser considerada como la célula nuclear de la sociedad y una matriz de intercambio donde se cuecen a fuego lento desde creencias centrales, estructura de significados, funciones, identidad, etc., se constituye en uno de los pilares principales de la vida psíquica de las personas (Minuchin, 1982). A posteriori, en el proceso de individuación (Bowen, 1991) –del somos al ser individual-, todo este cúmulo de conceptualizaciones, traducidos algunos en mandatos de origen, se encarnan en cada uno de sus miembros, que reproducirán -por oposición o adhesión- en otros grupos, parejas o constituciones de otras familias.

En la pareja humana, entonces, para cada uno de sus integrantes, la familia será siempre la matriz, el baremo, el patrón de referencia. Es la familia, la que provee a cada uno de sus integrantes un sentimiento de identidad independiente que se encuentra mediatizado por el sentido de pertenencia. Desde esta perspectiva, una pareja puede ser definida como un sistema conformado por dos personas, voceras de 2 sistemas que fueron conformados, a su vez, por 4 sistemas que, a su vez, fueron constituidos por 8 sistemas, así en una relación geométrica *ad infinitum*. Linares y Campos (2007) definen a una pareja como dos personas de igual o distinto sexo procedentes de dos familias, que instauran un vínculo con proyecto y objetivos comunes e intentan trabajar en equipo (apoyo, motivación) en un espacio propio que excluye a otros, en interacción con el entorno.

Esta descripción demarca claramente las fronteras de la consolidación de una pareja a la que cabría agregarle que ambos cónyuges son portadores de pautas, normas, cultura, funciones, códigos, mandatos, valores, creencias, significados, ritos, estilos de emocionar y procesar información, etc., que es lo que trae cada uno de los integrantes en su maleta y que está dispuesto con mayor o menor resistencia a intercambiar y acordar. De la sinergia de todos esos componentes que trae cada uno a la relación, se construirá una pareja. Es decir, de la misma manera que en el proceso de individuación familiar, de somos vamos a constituir al ser, en la construcción de la pareja *del ser vamos al somos*. Es decir, lo que cada uno aporta a la relación (propiedades y atributos) conforma una pareja con identidad propia: la identidad de pareja.

Si bien un integrante puede tener algunas de sus propiedades en común con el partenaire, por lo general existe la complementariedad. Es decir: *Que tienes tú que no tengo yo, que tengo yo que no tienes tú y en cierta manera en esta matriz relacional radica la esencia del vínculo*. No obstante, estas mismas diferencias que dan la estocada en la elección, pueden ser categorizadas en el paso del tiempo como antagonismos y fuente de reclamos de un partenaire a otro, exigiéndole ciertas características que nunca tuvo. Esto puede dar lugar a descalificaciones, agresiones y diferentes tipos de defensas donde uno de los cónyuges se halla desacreditado por el otro.

Una de las características distintivas de la pareja humana con otras parejas animales es el amor. Muchos han sido y son los autores que han intentado definir al amor. Románticos, poetas, científicos, artistas, terapeutas, se han embarcado en semejante tarea, imponiendo desde sus modelos de conocer las más disímiles descripciones. Es

cierto que, como la mayoría del repertorio de términos abstractos, el amor resulta sumamente difícil de explicar, más aún cuando se apela a recursos racionales o que competen a la lógica.

Tratar de traducir al amor a significaciones racionales e imponerle, si se quiere, una cuota de lógica puede sumergirnos en una profunda complicación. H. Maturana (1994) señala que La preocupación por el otro no tiene fundamentos racionales, la preocupación ética no se funda en la razón, se funda en el amor. El amor no tiene fundamento racional, no se basa en un cálculo de ventajas y beneficios, no es bueno, no es una virtud, ni un don divino, sino simplemente el dominio de las conductas que constituyen al otro como un legítimo otro en convivencia con uno.

El amor es un sentimiento que emerge poderoso de las fauces del sistema límbico (Damasio, 1994; Pert, 2007; Ascarin, 1998). No pasa por el tamiz del hemisferio izquierdo, aunque a veces se intentan evaluar cuáles fueron las características, particularidades o actitudes por la que una persona se enamoró a otra. Es, entonces, cuando el amor se piensa. Pero se piensa cuando ya se halla instaurado. O cuando se duda. Cuando no se está convencido que el sentimiento hacia el otro es el amor. El partenaire enamorado, siente y convierte en acciones que tratan de ser consecuentes y coherentes con ese sentimiento. Y el amor, eso es, un sentimiento. A diferencia de la emoción que es intempestiva, el sentimiento involucra variables emocionales, cognitivas y pragmáticas y un factor fundamental: el tiempo, que es el encargado de ejercer las tres variables anteriores.

Aunque en ocasiones, el amor se confunde con otras emociones. Estar enamorado no es estar entrampado, enlazado, atrapado, cazado, enganchado o preso. Esas son falsas concepciones del amor, son sentimientos y emociones que confunden y que tienen su progenie en enlaces psicopatológicos, disfuncionalidades comunicacionales, engarces de tipos de personalidad. En el amor siempre hay una cuota de pasión. Pero la pasión no es obsesión; la pasión motiva, la obsesión agota, la pasión promueve pasión, la obsesión asfixia, la pasión entusiasma, la obsesión enloquece, la pasión atrae y la obsesión genera rechazo (Ceberio, 2015).

Básicamente, entonces, afirmamos que *el amor no es una palabra, sino un acto*, es decir, el amor no tiene definición precisa, sino que es definido en el seno de la pragmática mediante acciones que conllevan interacciones. Un ser humano traduce en gestos, movimientos, acciones, palabras o frases, orales o escritas, en la necesidad de hacer saber al otro, de transmitirle al otro, ese afecto profundo. Transmisión que encierra la secreta expectativa de reciprocidad amorosa, de complementariedad relacional que produce en el protagonista el saber que no está solo en semejante empresa (el amar sin ser amado es una de las causales más frecuentes de la desesperación). Transmisión que busca la creencia de una seguridad. Una utópica seguridad, tanto, que la búsqueda de reaseguramiento amoroso hace que se descuide el presente de amor en pos de reafirmar el futuro hipotecándolo. Y ese descuido, posee lamentables consecuencias cuando la mirada preocupada se centra en *adelante* y no en *mientras y durante*.

Miret Monsó (1972) señala en un agudo estudio acerca de los gestos, que cuando dos personas se encuentran y aparece en ellas el deseo amoroso, la comunicación verbal se activa. Las palabras fluyen en armonía, aunque a veces los temores al rechazo bloquean ese libre fluir. Las frases se imponentan casi poéticamente. Hasta en los menos histriónicos, la impronta seductora impregna las palabras. Aparece cierta cadencia en el discurso, cierta tonalidad en el hilván de las frases. La gestualidad se modifica. La mímica es más sutil y los movimientos se encorvan y enlentecen. Los ojos se entrecierran, la boca se mueve más provocadoramente y las miradas de los partenaires, retroalimentan todo este juego. Todo un complejo comunicacional que intenta cautivar y seducir al otro en pos de generar unión amorosa.

El crecimiento del vínculo, léase el conocimiento del otro en sus valores, gustos, virtudes y defectos, etc., genera una complementariedad que permite el lento avance hacia la conformación de una familia. Pero la génesis de una buena relación de pareja se halla, entre otras cosas, en estar con el otro de la misma manera y con la misma libertad que cuando estamos con nosotros mismos.

Algunos datos neurobiológicos: cerebro de pareja

Pero la complementariedad alcanza no solo los aspectos interaccionales, emocionales y cognitivos, sino también los neurobiológicos. Por supuesto que estas variaciones de corte biológico del cerebro, también se encuentran en constante evolución epigenética. Transición porque las atribuciones hombre y mujer de acuerdo a parámetros socioculturales se encuentran en plena transición y cambios. Está muy estudiado y todavía en faceta de investigación, las diferencias entre cerebro masculino y femenino (macho/hembra) que, notablemente la estructura de cerebro, funciones y neurohormonas y neurotransmisores también operan en forma complementaria. Entonces, no son dos cerebros únicamente, sino un *cerebro de pareja*. No se trata de diferencias de nivel promedio de inteligencia, se trata de diferencias estructurales, y las influencias y prevalencia de ciertos neurotransmisores y hormonas. Entiéndase que hay un binarismo biológico y múltiples géneros, puesto que el cerebro humano es muy inmaduro al nacer y los últimos "retoques" los realiza la sociocultura.

Por ejemplo, la mujer posee un 11% más neuronas en los centros cerebrales del oído y el lenguaje, y en la cisura inter-hemisférica hay mayor cantidad de fibras nerviosas precisamente en la circunvolución del cuerpo calloso, razón por la cual, el desarrollo del lenguaje, la expresión y observación de las emociones, se encuentra en mayor actividad (Brizendine, 2007). También las mujeres recuerdan con mayor precisión fechas y las asocian con contenidos emocionales con mayor rapidez y efectividad que el varón, dado que el hipocampo es mayor en el cerebro femenino. Por lo tanto el recuerdo más la emoción, es uno de los factores por los que una mujer sea más emotiva al recordar y jamás recuente una anécdota de manera neutra.

En el caso del hombre, la amígdala que le posibilita detonar la señal de alarma sobre las situaciones de peligro se encuentra en hiperactividad cotidiana (no nos olvidemos que el hombre era cazador y el desarrollo de su amígdala fue la alerta que lo protegió de las grandes bestias) (Ceberio, 2013). Por tal razón, el hombre puede rápidamente escalar hacia una agresión y violencia desmedida, propulsado además por las funciones de la testosterona como una hormona de la agresión, la iniciativa, la virilidad, la jerarquía, la valentía. No en vano, la violencia de género observa en la mayoría de los casos, al hombre como agresor-victimario.

La presencia en el cerebro femenino de neurohormonas como, la progesterona, el estrógeno y la oxitocina, marcan el

camino de actitudes femeninas, por ejemplo, las mujeres se vuelven más emocionables y sensibles. La oxitocina, es descrita como la hormona del apego y la maternidad, la del abrazo y el afecto (De la Cal Sabater, 2015; López Ramírez y otros, 2014). Mientras que la testosterona y la vasopresina hacen su parte en el trayecto de lo masculino, por ejemplo, vuelve a los niños y adolescentes menos comunicativos, más competitivos y rivalizantes.

La vasopresina, por su parte, es la hormona de defensa del territorio, de allí que los niños integren equipos de deporte y defiendan su camiseta a ultranza, más allá del sentido de pertenencia que esto significa (De la Cruz, 2017; Pereira Quesada, 2011).

En sinergia con los factores socioculturales, se demarcan las fronteras de las funciones del hombre y la mujer. Mandatos como *los hombres no lloran*, características como fortaleza, valentía, independencia, protección y defensa, no demostrar el miedo, ni sentir el dolor, no mostrar sensibilidad, mostrarse seguro y hasta con cierta frialdad emocional, entre otros, son atribuciones patrimoniales simbólicas de lo masculino. Mientras que su contrario complementario son características que distinguen a lo femenino. Las mujeres tienen *permiso* para mostrar sus emociones, llorar, llevarse del brazo, mostrar su miedo e inseguridad. La complementariedad se fundamenta en conceptualizaciones neurobiológicas, emocionales, cognitivas y comportamentales, elementos que se inter-influencian.

Estos son algunos de los fundamentos de las diferencias complementarias entre los dos sexos y muchas veces encuentran a un cónyuge reclamándole al otro, actitudes que nunca podrá tener, no por malicia o desgano o cizaña a su pareja, sino por diferencia de cerebro y la consecuente incapacidad.

De cara a los problemas, una mujer busca hacer catarsis contándolos, hablar de ellos ya le extrae las tensiones subsecuentes. El hombre es de pocas palabras y es más pragmático, necesita estar en la acción para resolver. Favorecida por su hipocampo, como centro de aprendizaje y memoria, la mujer recuerda fechas con mucha precisión, mientras que el hombre no se entera: ella le reclama a él su desatención del aniversario de bodas, el no prestó atención a la fecha.

Factores epigenéticos, es decir, condiciones del contexto que moldearon neuroanatomía y neurotransmisión, entre otros elementos, exigieron a nuestro cerebro a frontalizarse, como también a crear toda la neocorteza. La actividad del hombre como cazador, lo llevó a ejercitar una visión en línea recta, en pos de divisar a sus presas y protegerse de inminentes peligros. La mujer, en cambio, esperaba al grupo de hombre retornar con el alimento, mientras tanto recolectaba granos, y en la cueva cuidaba a su cría denodadamente, dado que los animales salvajes podrían ingresar a su casa y depredar a su prole (Brizendine, 2008). Esta actividad le proporcionó estimular una visión de 180° con mayor cantidad de conos y bastones, lo que resulta una capacidad de observación y simultaneidad de actividades, que en ocasiones las vuelven más críticas, estimuladas por la afluencia de estrógenos y progesterona.

Elecciones y proyecciones

Estos antecedentes cerebrales constituyen la plantilla básica desde donde se estructuran las diferencias entre sexos. Esto nos lleva a la pregunta acerca de cuáles son los elementos que hacen que elija a mi partenaire. En principio, es importante entender que una elección desarrollada desde la *necesidad* de pareja genera una falta de discriminación en la elección. Semejante necesidad sugiere la dificultad de estar en soledad. Soledad no como un término pecaminoso, sino como un baluarte de la autoestima, como *estar bien con uno mismo en el tiempo que estoy conmigo*. Entonces, en esta huída de la soledad, se elige para llenar esa carencia del otro-pareja y para llenar esa soledad consigo mismo. Esta falta de discriminación conlleva el enlace con fantasmas producto de proyecciones ideales, donde el otro no es el otro, sino una gran pantalla donde proyecta mi necesidad.

La necesidad muestra la carencia. El hecho de no tener una pareja, no implica ser un carenciado. Los carenciados, en general establecen relaciones dependientes, aquellos que no logran convivir consigo mismos y buscan en la pareja referentes de retroalimentación. De cara a los sentimientos de soledad de pareja, los necesitados buscan llenar su desvaloración personal con el reconocimiento de los otros. Una persona que goza de una buena autoestima se muestra interdependiente y el hecho de no poseer pareja lo constituye en una persona que desea compartir su tiempo (valioso) con otro. La necesidad genera ansiedad y esto se traduce en *arrebatos* de acciones que, en muchas ocasiones, por miedo a la soledad, a la falta de reconocimiento y a la desvalorización, se elige un partenaire lejos de las verdaderas posibilidades de relación. Por ejemplo, una paciente que en terapia individual hace referencia a su problema de sucesivos desencantos y frustraciones amorosas y ante la sola idea de quedarse sola toda la vida, apela a salir o aceptar cualquier propuesta amorosa, confeccionando nuevamente profecías autocumplidoras que anticipan la nueva futura frustración.

Pero una elección desde el deseo, adulto, maduro y con pocos visos neuróticos, nos da la posibilidad de discriminar el objeto amoroso observando tanto sus aspectos virtuosos como defectuosos. Que no son virtuosos y defectuosos por sí mismos sino para la construcción de la persona que elige, o sea, son atribuciones de 2° orden. Sentirme bien conmigo y mi soledad de pareja (nunca estamos solos en totalidad se está solo de algo o de alguien), si bien no es indicador de una elección correcta, sugiere –de emerger el deseo de una relación- entrar a una elección de manera libre y sin urgencias. Es establecer una elección desde una simetría relacional.

Elegir desde el deseo, entonces, implica la aceptación de la propia soledad: *si estoy bien conmigo en el tiempo que estoy conmigo, tendré que hacer una buena elección para compartir este tiempo valioso*. Pero es condición *sine qua non* para formar una pareja disfuncional y sumergirse en juegos de mal amor, elegir desde la necesidad. No es lo mismo desear tener una pareja que necesitar *desesperadamente* una pareja. No es lo mismo una persona deseante que una persona necesitada.

En la elección y el desarrollo de la conquista y posterior consolidación del vínculo de pareja, se construyen dos tipos de objetos amorosos –reales e ideales- que inician dos procesos relacionales. En los procesos de idealización se observan solamente las virtudes, mientras que en los procesos de realificación se contemplan tanto las virtudes como los defectos. Tanto uno como otro proceso es producto de las atribuciones personales, que selecciono, percibo o construyo en el otro. Para el pasaje del objeto amoroso hacia el status de real, hace falta que el partenaire acepte y negocie aquellos aspectos del compañero que califica como negativos.

Es a través de la necesidad, que se proyectan las carencias construyendo a un otro ideal, un otro que es parcialmente. Es el otro real, el otro del deseo, el otro que se intenta ver en su totalidad. En conclusión, hay aspectos del partenaire que enamoran, otros que no enamoran (aspectos que están y que no mueven la aguja del amor ni del desamor) y otros aspectos que desenamoran. Todos estos perfiles dependen del protagonista, no son en sí mismos positivos ni negativos.

Es obvio que, para enamorarse, el fiel de la balanza entre aspectos virtuosos y defectuosos deberá inclinarse sobradamente sobre los primeros, victoria que asegurará cierto grado de éxito en las lides amorosas. Aunque, no es extraño que muchas personas, a pesar de que primen los segundos, insistan en desear estar con el partenaire forzando la relación amorosa a niveles extremos. Son las personas que se quedan a la expectativa de ideales de respuesta y se frustran cuando las devoluciones no coinciden con las esperadas, descargando sus broncas en el interlocutor. Son aquellos que se enamoran de un fantasma construido de acuerdo a patrones personales. Sufrientes, puesto que se sumergen en la utopía de intentar adecuar al otro a su deseo, construir a otro a la justa medida personal, sin siquiera darse cuenta de quien es el otro en realidad.

Una relación amorosa puede pasar a constituirse en una relación de pareja. Este rito de pasaje, remite a realificar el vínculo y que la relación adquiera ribetes de mayor madurez afectiva. Los amantes se reafirman en el amor y sellan un pacto, en general, tácito. Acuerdan, silenciosamente, el amor que se sienten y cuáles son los aspectos que lo motivan, y cuáles son aquellos tópicos de la personalidad del otro que no alientan al amor. Esta negociación es la que permite *ver* al otro en totalidad y a no construir fantasmas ideales por sobre su figura.

Una reflexión que ha surgido de nuestra práctica clínica refiere sobre la incondicionalidad o condicionalidad sobre el objeto amoroso. Los amantes buscan en su partenaire encontrar la seguridad del amor del otro. Más aún, en la consolidación del matrimonio se jura *amor para siempre*, y esta no deja de ser una falacia. La creencia en la incondicionalidad del amor de pareja conlleva el desproteger la relación. Por tal razón, en la familia y en la pareja se muestran las facetas más íntimas y los núcleos más neuróticos de las personas, como las conductas abusivas, el no control de los impulsos, o las descargas agresivas, o sea, no se desarrollan acciones que complazcan al otro con la expectativa (consciente o inconsciente) que el otro nos valore, por creer que el otro nunca se va a ir de nuestro lado.

Paradójicamente, entonces, son los seres más queridos los que no siempre son los más cuidados en la creencia de tenerlos seguros a nuestro lado. A esta forma neurótica, se contraponen el entender que el vínculo de pareja debe ser estimulado y construido de manera cotidiana. Lo cierto es que la separación rompe la creencia de la incondicionalidad para entender que el amor de pareja es condicional. Por otra parte, si existe un amor incondicional, es el amor de los padres hacia los hijos (por supuesto padres funcionales y sanos) (Ceberio et al, 2020).

Coreografías relacionales tóxicas

En un trabajo exploratorio de terapia de pareja se ha recopilado una serie de dinámicas relacionales disfuncionales que se llamó *Los juegos del mal amor*, juegos que llevan a que una pareja se autodestruya en el intento de resolver problemas o mejorar la pareja y se obtiene el resultado contrario (Ceberio, 2005; Ceberio, 2008). Es decir, la pareja aborta sus capacidades, se descalifica (tanto sus integrantes en manera personal, como hacia el otro), con la consecuente frustración, angustia, hipersensibilidad (...) y con una alerta paranoide a la posibilidad de ataque del otro, se encuentra inmersa en la intolerancia y las emociones de angustia, bronca y tensión que son moneda corriente en la relación (Ceberio, 2008).

En el desenvolvimiento de estos juegos se observaron, a su vez, una serie de coreografías disfuncionales (o funcionales a la destrucción de la relación) que se originan tanto en los aspectos de contenido como de relación –de qué y el cómo– (Watzlawick et al., 1981) y se sintetizan en cuatro niveles que describen niveles lógicos de complicación de la complejidad:

Complicación 1: está estructurado en una complejidad doble, donde tanto el contenido como el estilo relacional son el problema. Son parejas que no poseen un pronóstico alentador, dado que se dan pocas opciones para encontrar un umbral de acuerdo. Las irreconciliables diferencias, son irreconciliables porque el estilo conversacional está soportado en rivalidades, descalificación y competencia, razón por la cual, la convergencia es utopía.

Complicación 2: sostenido por una complejidad simple, donde el contenido no es problemático, pero sí el estilo relacional. Son esas parejas que después de escucharlos discutir, nos preguntamos ¿por qué están discutiendo si están hablando de lo mismo? Poseen muchos puntos de convergencia en sus puntos de vista acerca de diferentes aspectos de la vida, pero un estilo relacional confrontativo lleva a escalar simétricamente de manera frecuente haciendo honor a la alegórica frase que dice *No sé de qué se trata, pero me opongo*.

Complicación 3: también es de complejidad simple. Aquí el contenido es el problema y estilo relacional no. Son de buen pronóstico. Son parejas que si bien poseen formas de pensar la vida de acuerdo a perspectivas diferentes, con respecto a valores, gustos, creencias, ideología, etc., pero tiene una forma de intercambiar información que respeta los puntos de vista del otro, que intenta reflexionar e incorporar la información del partenaire aprendiendo.

Complicación 4: es una complejidad simple que no se transforma en complicación, donde el contenido no es problema y estilo relacional tampoco. Estas parejas no asisten a consulta, son funcionales y equilibradas en la resolución de las diversas alternativas de su experiencia.

Juegos nocivos en las relaciones de parejas hay muchos. Algunos, de una burda simpleza, generan un arrollador dominio en dirección al desorden emocional. Un gesto sencillo, conlleva una acción a la que puede atribuírsele semánticas equivocadas (malas interpretaciones). Una acción implica una interacción y de allí en más toda una coreografía que puede exceder el marco de la relación e involucrar a otros miembros. Esta reacción en cadena está sostenida en las soluciones intentadas fracasadas, que de no ser colocada una cuña solucionadora que detenga la reacción, se estructura desde el error hacia la dificultad, que en la medida que no es resuelta se transforma en problema.

En la medida que el problema se sostiene en el sistema, es transformado en síntoma que afecta a todo el sistema y, a su vez, es el sistema que ha construido el síntoma. Entonces no solo es el síntoma, sino también el sistema que

danza alrededor del despotismo sintomático (el sistema crea a su sometedor), un sistema disfuncional que con el paso del tiempo se transformará en trastorno psicopatológico.

En la mayoría de las parejas observadas, podría afirmarse que la base de todas sus discusiones (los juegos del mal amor), se asientan sobre una plantilla relacional que posee ingredientes similares:

- 1.La mayoría de las parejas ven el mundo, reaccionan, hipotetizan bajo procesos lineales.
- 2.Tienen su base en la disputa en el patrimonio personal de la razón y la verdad. Es decir, el sostén de la objetividad y de una realidad única.
- 3.Los cónyuges están más preocupados en decirle al otro, que en escucharlo. Cuando la pareja confronta, cada uno de los partenaires está más pendiente de cómo pueden dominar la relación.
- 4.La pareja es proclive a escaladas. Los parámetros anteriores constituyen los argumentos para la simetría relacional. Es decir, siempre está presente un juego de poderes, del cual uno de los cónyuges saldrá o desea salir victorioso.
- 5.Siempre existen las inculpaciones, quejas y críticas acerca del otro.
- 6.Se realizan lecturas lineales que apuntan al otro y que no involucran a ambos en una dinámica interaccional (sincronía) *Yo hice esto porque tú me llevaste a hacerlo....*
- 7.Se estructuran supuestos lineales (interpretaciones *psicoanalíticas* salvajes que identifican a los padres de cada cónyuge) dados como realidades per se (diacronía).
- 8.Se expresan descalificaciones, desvalorizaciones, falta de reconocimiento y demás rabias, mediante gritos o ironía.
- 9.Aparecen reproches y *pasafacturerismo* sobre sedimentos actuales y del pasado de la pareja, y del pasado remoto cuando no eran pareja.
- 10.Puede aparecer violencia física y verbal.
- 11.La pareja confunde contenido de relación. Muchas de las respuestas de un cónyuge al otro, es sobre la gestualidad de la alocución. Gestualidad que se contrapone con el mensaje transmitido por el interlocutor.
- 12.Intentar aclarar la discusión con las mismas reglas de comunicación que la originaron.
- 13.Querer escuchar en el otro, la respuesta que confirma lo que el interlocutor piensa, atribuye o supone del otro.
- 14.Casi siempre se menciona o invoca a figuras parentales.

Sostener una relación de pareja durante años, sin duda, implica un trabajo cotidiano. Trabajo que significa redefiniciones parciales, para dejar estables algunos perfiles de la relación. El pasaje de años hace variar los estilos relacionales amorosos, las formas de expresión afectiva, las necesidades, expectativas de respuesta, actividades, gustos y preferencias, entre otras cosas. No se trata de que la persona con quien se formó pareja sea otra persona.

Los ciclos evolutivos demarcan cambios en una serie de aspectos que, necesariamente, deberán compatibilizarse con el partenaire. Ciclos evolutivos de la pareja y de los miembros en particular, más allá de las diferencias de edad de ambos que pueden acentuar distinciones y diferencias entre los integrantes. Los mismos hijos que transforman y amplían a la pareja conyugal en pareja parental, hacen que se rectifiquen estructuras relacionales y se fomenten triangulaciones nocivas.

Estos cambios desestructuran complementariedades y reciprocidades. Esta es una de las causas, porque la pareja deberá someterse a reformulaciones en pos de encontrar los acoples complementarios que los unen. La creatividad y la constancia deben estar al servicio de tal reingeniería relacional, pero principalmente las ganas de estar con el otro mediante el sentimiento amoroso. Claro que no se trata del mismo amor. El amor varía de acuerdo a las experiencias que vive la pareja, experiencias que modifican al amor de los primeros tiempos de la relación. Muertes, nacimientos, mudanzas, enfermedades y un sinnúmero de situaciones críticas, varían la calidad del amor. Esto no implica que el amor se modifique en términos cuantitativos. No se ama más o menos, sencillamente se ama de maneras diferentes.

Equivocadamente, estos cambios cualitativos del amor se viven como modificaciones de intensidad amorosa. Se interpreta que se ama menos o que se ha dejado de amar, tomando como baremo ese amor apasionado de los primeros tiempos de la relación.

La psicoterapia, parece ser una de las opciones que posibiliten estabilizar el sistema pareja en dirección al buen amor. Es una decisión sabia, cuando el sistema se ve rigidizado por soluciones intentadas fracasadas y anquilosado en una forma destructiva, apelar al recurso de un tercero (un terapeuta) que tenga experiencia en las lides de controversias maritales. Ya es un atisbo de salud, el hecho de pensar en una ayuda externa especialista en relaciones de pareja. Además, en nuestra sociocultura cada día más se ha insertado como una herramienta que puede ayudar a mejorar y hasta *salvar* una relación de pareja despareja.

La inercia del sistema -luego de años de reverberancias sintomáticas, de recursos inútiles- produce resistencias al cambio. Cuando el sistema ya ha agotado el recurso de las conversaciones, explicaciones, racionalizaciones e intelectualizaciones, inculpaciones y reproches, consumo de psicofármacos, diversos consejos, el hecho de apelar al recurso de la psicoterapia es (sirva o no) revelador de un buen síntoma de cambio (más bien, cambio de los intentos de solución fracasados), en pos de una mejora de la calidad de vida.

Notas de autor

1.Las que se denominan *Antiguas familias*, son aquellas estructuras familiares que competen a las concepciones de generaciones de comienzos del siglo XX hasta la década del '60. Es decir, abarcan hasta los padres nacidos en la década del '50, que se hallan compenetrados en los preceptos y

mandatos de sus propios padres, nacidos a su vez entre los años 1920 y 1930. Mientras que las nuevas estructuras, responden más precisamente a los padres de la generación del '60 y '70 que a pesar de ser hijos de padres de la primera columna, tienden a ser más flexibles y adaptados a los cambios que suponen las estructuras modernas de familia, la actitud de los adolescentes, la forma de interacción de pareja, etc. Por tal razón, las dos estructuras se interceptan, hay nuevos padres y madres, revisionistas, flexibles y modernos, pero hay padres y madres que sucumben a las premisas de las antiguas estructuras de familia. Somos una generación de tránsito (Ceberio, 2011).

Referencias

- Ascarin, T. (1998). *El Cerebro del rey*. Jooi RBA.
- Banco mundial (2022). *Esperanza de vida al nacer*. <https://datos.bancomundial.org/indicador/SP.DYN.LE00.IN>
- Bowen, M. (1991). *De la familia al individuo*. Paidós.
- Brizendine, L. (2007). *El cerebro femenino*. RBA.
- Brizendine, L. (2008). *El cerebro masculino*. RBA.
- Ceberio, M. R. (2005). *Se mata a quien se quiere*. En Eguiluz, L. *El baile de la pareja*. Pax.
- Ceberio, M. R. (2013). Guía para padres y niños adolescentes. Ediciones B.
- Ceberio M. R. (2015). *Los juegos del mal amor*. Ediciones B.
- Ceberio, M. R. (2011). *Nuevas estructuras de familia, nuevos desafíos terapéuticos*. En Ceberio y Serebrinsky. *Dentro y fuera de la caja negra*. Psicolibro.
- Ceberio, M. R., Ungaretti, J., & Agostinelli, J. (2020). Condicionalidad e incondicionalidad amorosa. Condicionalidad e incondicionalidad de las relaciones afectivas parento-filiales en comparación con las conyugales. *Revista de Investigación del Departamento de Humanidades y Ciencias Sociales*, (18), 49-67.
- Ceberio, M. R. (2012). *La cuarta edad. Ser anciano en el siglo XXI*. Morata.
- Ceberio, M. R. (2012). No soy yo, sos vos. Tópicos de la comunicación funcional y disfuncional de la pareja. *Revista Actualidad psicológica N° 414*.
- Damasio, A. (1994). *El error de Descartes*. Crítica.
- De la Cal Sabater, P. (2015). Efectos de la oxitocina exógena en el inicio y establecimiento de la lactancia materna. *Revista Enfermería C y L*, 7(2), 11-20.
- De la Cruz, J. L. P. (2017). Enfoque criminológico de la conducta agresiva y su etiología hormonal. *Vox Juris*, 33(1), 7.
- Minuchin, S. (1982). *Familias y terapia familiar*. Gedisa.
- Monsó, M. (1972). *El gesto*. Ed. España.
- Linares, J. L. & Campos, C. (2009). *Sobrevivir a la pareja*. Paidós Planeta.
- López-Ramírez, C. E., Arámbula-Almanza, J., & Camarena-Pulido, E. E. (2014). Oxitocina, la hormona que todos utilizan y que pocos conocen. *Ginecología y Obstetricia de México*, 82(7).
- Maturana, H. (1994). *Amor y juego. Fundamentos olvidados de lo humano*. Instituto de Terapia Cognitiva.
- Pereira Quesada, J. (2011). Oxitocina, vasopresina y conducta social: hipótesis neuropéptica para el trastorno autista. *Rev. Soc. Psiquiatría. Neurol. Infancia. y Adolescencia*, 221-231.
- Pert, C. (2007). *Las moléculas de la emoción*. Norton.
- Watzlawick, P., Beaving J., Jackson, D. (1967). *Pragmatics of human communication*. Norton. Versión cast. *Teoría de la comunicación humana* (1981). Herder.