La pareja: "ese maldito embrollo"

Los enormes cambios culturales de las parejas en las últimas décadas, han introducido situaciones novedosas en sus hábitos y costumbres, tanto en ellos como en todos los miembros de la familia, las amistades e incluso en sus actividades laborales.



Dr. Ramón Corominas
Psiquiatra, psicoterapeuta

El título se lo debo a mi hermano Tomás. Aunque la editora del libro que había escrito lo rechazó al no parecerle científico, lo retomo ahora para estas líneas destinadas a la divulgación de algunos aspectos relacionados con la convivencia en pareja.

Se me ha solicitado, que me exprese de forma sencilla y sin muchos términos médicos, con el fin de que se me pueda entender. ¿No me está ocurriendo lo mismo que a cualquier integrante de una pareja, que para conseguir lo que desea, ha de satisfacer las peticiones de su partenaire?

La enorme complejidad que forzosamente ha de crearse en el vínculo de pareja, creo que permite calificar de modo correcto eso de "ese maldito embrollo" ya que como psicoterapeuta de parejas tengo que presenciar escenas insólitas, imprevistas, desgarradoras y provocadoras de sentimientos de rabia, enojo o desesperación, incluso en mi mismo y de difícil contención, no observables en ninguna otra modalidad psicoterápica.

Fue durante la segunda guerra mundial, con la necesidad de que la mujer supliera en las fábricas al hombre, que estaba en los campos de batalla, cuando se inició masivamente su emancipación y liberación de las múltiples ataduras hasta entonces existentes.

El empleo de los anticonceptivos supuso otro cambio revolucionario, al convertirle en dueña de su propia sexualidad, pudiendo acceder al goce y asumir la maternidad con libertad. Su equiparación o incluso mayor capacitación que el varón para el trabajo, dio lugar al logro de una independencia económica, permitiéndole adoptar una posición de igualdad, hasta entonces insospechada.

Para el hombre estos progresos, aunque de momento le dejaran desconcertado, le permitieron también reivindicar áreas de su personalidad, previamente rechazadas al ser valoradas como femeninas y por lo tanto prohibidas.

RESUMEN

Este artículo hace un recorrido de las trasformaciones que están teniendo lugar en la vida de la pareja actual como consecuencia de los cambios culturales habidos en las últimas décadas. Se detiene en las expectativas que deben cubrir sus miembros y los deseos que deben satisfacer, las transformaciones en la identidad sexual, etc. Pasa después a hacer un análisis clínico y ofrece algunos criterios de pareja saludable. Establece las etapas de la vida de una pareja a lo largo de los ciclos vitales. Finalmente alude a las consecuencias de la discapacidad física en el contexto familiar y realza la importancia de las fantasías que sobre ella se den en dicho contexto.
Palabras clave: psicología, discapacidad física, familia, pareja saludable



La pareja ha de mantener espacios y tiempos propios acordados previamente por sus dos participantes, pudiendo separarse con naturalidad de hijos, familias respectivas o amistades

Cambios sociales

Repercutieron también los cambios sociales últimos en que el hombre pudiera aproximarse a sus hijos afectivamente para dar y recibir cariño con naturalidad, abandonando el papel autoritario que ejercía y le impedía mostrarse más humano.

El traslado de las familias a un medio urbano introdujo enormes cambios. Perdieron la ayuda y protección brindada por los abuelos respectivos, la mujer se incorporó al trabajo teniendo que dejar en manos ajenas el cuidado del hogar y de sus hijos, que fueron descendiendo en cuanto a su cantidad. Todo el apoyo entre hermanos desapareció, criándose los niños sin la vigilancia de antes.

Con suma frecuencia se reúnen con otros de semejante edad, pero a los que desconocen por ser los hijos de las amistades de sus padres, sin que exista afinidad entre ellos. Los hogares, de espacio reducido, impiden el aislamiento necesario para cada uno de los que en él residen.

Los padres violentan la intimidad de sus hijos y estos la de aquellos, con la consiguiente frustración para todos. Como ventaja, la comunicación y participación se ha enriquecido, pero los padres aspiran a que sus hijos lleguen a obtener mayores logros sociales que los alcanzados por ellos, gratificando así su narcisismo, aunque sus peticiones resulten imposibles de satisfacer.

A los niños les ocurre algo similar, esperando que todos sus deseos puedan ser colmados, fantasía fomentada también por sus mayores, que al no atreverse a mostrarse limitados recurren por ejemplo a culpabilizaciones por el comportamiento del hijo para no reconocer que carecen del dinero necesario para el regalo solicitado.

Junto con el beneficio conseguido con la emancipación de la mujer, las separaciones y divorcios han aumentado. A veces las madres se convierten en únicas educadoras de sus hijos puesto que sus anteriores esposos se suelen desentender de tal función. Esto ha influido en el incremento de la homosexualidad.

La confusión de papeles entre los padres les lleva a no pararse a pensar, extrapolando cada uno lo que ha visto en su propia familia, pero al actuar sin intercambiar criterios y repartir tareas, favorece que discutan continuamente y que hagan partícipes y responsables a los hijos de lo que ocurre.

La enorme movilidad actual y los cambios frecuentes de residencia provocan que se construyan parejas con culturas, valores éticos o morales y pautas sociales totalmente opuestas, con el consiguiente asombro y desconcierto para todos los que habitan en el hogar.

Como dato positivo, el hecho de que en la actualidad el divorcio sea aceptado, aunque conlleve algunos sentimientos de fracaso, resulta enormemente liberador al posibilitar emprender una vida nueva ante una relación crónicamente mala.

Pareja y discapacidad

Otro aspecto a destacar es el exceso de demandas, que afecta a ambos padres. Se les exige que se muestren autónomos e independientes, tratando de ser excelentes profesionales, amigos, padres o hijos que cuidan a cualquier precio de personas con discapacidad o que puedan hallarse en situación de dependencia, sorprendentes amantes y siempre en la disposición de escuchar a un hijo problemático.

Y si alguno de los miembros de la pareja tiene alguna discapacidad, se supone que debe sobrellevarse con

ABSTRACT

This article deals with the transformations that are taking place in the current life of couples as a consequence of the cultural changes that have happened within the last decades. It details the expectations and desires that the individuals involved should satisfy as well as the transformations in the sexual identity, etc. It then makes a clinical analysis and offers some criteria for a healthy couple. It establishes the stages of the life of a couple during the vital cycles. Finally, it mentions the consequences regarding the physical disabilities in the family context and points out the importance of the fantasies that exist in conjunction with it within said context.

Key words: psychology, physical disability, family, healthy couple.

La pareja ese maldito embrollo

buen ánimo, tanto por parte de la persona que la padece como por su compañero/a.

Ante esta sobreexigencia se reprimen sus propias necesidades afectivas, existiendo desconfianza por si alguien, especialmente el compañero, pueda captarlas y denunciarlas en forma de reproche. La clave en la situación descrita consiste en cómo contener el odio en un marco de amor.

Afirma Willi (1978) que desde fuera resulta incomprensible entender porqué una pareja discute y se agrede en la forma en que lo hace. Es únicamente por medio del análisis de su relación como podemos alcanzar el conocimiento necesario de las tensiones en las que conviven.

En muchas ocasiones la elección de la pareja está determinada por el deseo de curar lesiones o frustraciones de la primera infancia; o en la confianza de superar temores y culpabilidades de aquellas épocas, existiendo fantasías e imaginaciones nunca expresadas, que ahora les unen y se encuentran a la espera de ser recompensadas y satisfechas.

Después de un tiempo de espera, al comprobar que nada ocurre, aparece la desilusión, la rabia o el odio. Sin darse cuenta ninguno de ellos, vuelven a revivir y repetir sus comportamientos de la infancia.

En esta línea de reflexión, cuando en la pareja hay situaciones que colocan a uno de sus miembros en una situación de dependencia, merece particular mención referirnos a los motivos que pueden existir para cuidar o ser cuidados y cómo esta situación puede resultar paradógicamente placentera, dificultando entonces el desarrollo personal de cada miembro.

La libertad personal ha sido un gran objetivo de la pareja a partir de los años 60. Se suponía haber encontrado en el otro un ideal que pudiera satisfacer los deseos de independencia al aceptarlos y fomentarlos.

Desde entonces la libertad ha sido mal interpretada al catalogar como tal sólo a las múltiples relaciones sexuales. Los casados no pueden sentir celos, por entender estos como expresión de comportamientos infantiles. El mito actual sería el de un amor sin obligaciones y en el que cada cónyuge se realice fuera de la pareja formada.

También las manifestaciones de cariño o las peticiones en este sentido han quedado prohibidas, al ser consideradas como expresiones de una gran debilidad, aconteciendo lo mismo con los deseos de protección o la añoranza por una confianza mutua. Se prefiere romper el compromiso antes que padecer el temor a ser dejados.

El miedo básico anterior era el de que se produjera una sujeción demasiado fuerte, mientras que el temor actual radica en un exceso de libertad aunque no se permita su manifestación, existiendo dificultades para hallar una postura intermedia.

División de funciones

En las mujeres, por el continuo bombardeo de la publicidad, se ha creado una auténtica incompatibilidad entre su desarrollo profesional y su maternidad. Debería recuperarse el enorme valor creativo que esta última posee, permitiendo que de nuevo pudieran sentirse orgullosas y satisfechas, sin temor a ser criticadas.

La importancia que siempre tuvieron los abuelos debería de ser tenida muy en cuenta, tanto por el alivio que supondría para aquellos jóvenes recientemente casados, como por su función identificante para los nietos además de las recompensas que encuentran, cuando aquellos son capaces de asumir su papel y desempeñarlo con dignidad.

No obstante debe tenerse muy presente la tendencia a delegar los hijos en ellos o la no admisión por parte de tales abuelos de su nueva situación, tratando y logrando en muchos casos, la usurpación de la función paterna.

En definitiva en toda pareja es necesaria una adecuada división de funciones, ambos han de aprender a ayudarse y complementarse y un buen consejo para todo aquel que no se vea capacitado para asumirlo es que decida permanecer soltero, ya que es un estado tan lícito como cualquier otro.

El criterio en torno a la infidelidad ha cambiado para los dos integrantes de la pareja, teniendo mayor valor por el sufrimiento causado y por la herida narcisista que provoca en el engañado. La infidelidad sexual puede ser tolerada, pero es difícil de soportar la afectiva.

Corrobora esta opinión el dato de que el divorcio es solicitado precisamente al conocer que el compa-

Cada cónyuge ha de tener su autoestima satisfecha, pues cuando así sucede, se acepta con naturalidad la autonomía del otro sin que se resienta la estima hacia él ni hacia uno mismo





La enorme movilidad actual y los cambios frecuentes de residencia provocan que se construyan parejas con culturas, valores éticos o morales y pautas sociales totalmente opuestas

ñero quiere emocionalmente a otra persona, que la relación que ha venido manteniendo con el cónyuge era por lástima y que sus deseos de compartir preocupaciones y emociones los sentía mejor gratificados en la nueva relación.

Paradójicamente la mayor libertad sexual, defendida, propugnada insistentemente y practicada en la actualidad, ha originado una disminución del erotismo en la pareja y de la idealización de los papeles que hasta ahora mantenían, provocando alteraciones en los sentimientos de identidad. Estos cambios, por sorprendente que pudiera parecer, han dado paso a fantasías fusionales y deseos regresivos, que anteriormente se ocultaban.

Las normas culturales que padecemos resultan mucho más culpabilizantes o provocadoras de sentimientos de vergüenza, al menos desde un enfoque narcisista; así por ejemplo una joven que continúe siendo virgen evitará una aproximación sexual, ante la humillación que le produce el ser descubierta o sentirá que nadie querrá casarse con ella, por dicho defecto, ya que es así como lo cataloga.

Resulta hoy día difícil que cada cónyuge tenga su propia valoración, lo que está relacionado con el establecimiento de las relaciones fusionales citadas, con las relaciones narcisistas de objeto, con la pérdida de los límites "yoicos" y con la cada vez más frecuente difusión de la identidad.

Sin embargo, como aspecto positivo, hay que resaltar que es sólo dentro de esta modalidad de vincularse, si se consigue la estabilidad necesaria, cuando pueden satisfacerse aspectos regresivos no logrados en ninguna otra modalidad relacional.

Enfoque clínico

Paso ya a ocuparme de la pareja desde el enfoque clínico, ya que muchos de los argumentos apuntados los he escuchado como explicaciones conscientes acerca de lo que les ocurría y les llevaba a consultar.

Se hace evidente, cuando podemos llevar a cabo un tratamiento psicoanalítico de pareja, que son las necesidades inconscientes insatisfechas las causantes de sus desavenencias.

Comenzaré diciéndoles que con el término vínculo se define la relación pensada en la ausencia del otro. Vendría a ser como una presencia de ese otro incorporada en la propia mente. Cada reencuentro con él obliga a abandonar su representación intrapsíquica, hasta entonces mantenida, teniendo que ser sustituida por la representación objetiva y real del otro, en la mayor medida posible.

Ambos objetos integrantes de este vínculo matrimonial o de pareja, tienen que considerarse objeto deseante y objeto de deseo. Es el reconocimiento de los aspectos deseantes del objeto, el que remite a la percepción de lo externo, de lo ajeno, y es con este otro con el que tiene que vincularse el sujeto. Es así como se crea un espacio intersubjetivo formado por la zona de encuentro de ambos Yoes.

La representación "intrapsíquica" del objeto pensado sirve para el sostenimiento o no de la relación conyugal. Aquellos objetos materiales que fueron investidos de amor por ambos participantes, por ejemplo muebles cargados de afecto, elementos decorativos con significación personal para ambos, etc. tienen el valor de objetos transicionales en el sentido que Winnicott (1990) los designa, actuando como acompañantes afectivos en aquellos momentos de soledad.

Pablo Milanés en su conocida canción titulada "Yolanda", expresa lo siguiente: "en mi soledad me siento acompañado, por eso sé a veces, que necesito eternamente tu mano, tu mano". Resulta más fácil la comprensión de qué es el objeto pensado en esta canción que en cualquier otra cita más ampulosa.

Este objeto pensado, en las parejas sanas, corresponde a las representaciones idéicas, propias del proceso secundario. Existe un diálogo con dicho objeto, en su ausencia real, en el cual se manifiestan los deseos o emociones que hacia él se tienen, a la espera de poder ser verbalizados cuando se reencuentre al lado del sujeto.

Simetría y reciprocidad

Es mucho más amplio y lleno de matices, al compararlo con el que podrá luego mantenerse, pero evita el sentirse solo y permite disfrutar con las fantasías en torno al reencuentro. La líbido permanece así sostenida y aunque después, en la realidad, al hallarse otra vez juntos surjan conflictos, el recuerdo de este objeto pensado los hace soportables y permite su superación.

El vínculo se apoya en una relación de simetría y reciprocidad, entre lo que uno espera y lo que está dispuesto a dar

La pareja ese maldito embrollo

No obstante, la puesta en palabras tiene la función de que al menos un resto de lo expresado pueda ser ratificado por el Otro, para poder saber que el objeto pensado corresponde en parte al objeto real. Las largas conversaciones mantenidas con él en su ausencia son más idealizantes del otro y de uno mismo, fomentan a su vez el desconocimiento mutuo con el aspecto ilusorio de estas fantasías y es necesario el discurso real para abandonar las representaciones "fantasmáticas" hacia las que el sujeto tiende a irse.

Existe a la vez un Yo amante y un Yo amado, con líbido objetal y líbido narcisista siempre inseparables desde la infancia. Se ejemplifica esto con la frase escuchada a un paciente, que dijo a su esposa que lo que más valoraba de ella era lo bien que hablaba siempre de él.

El Yo demanda amor, placer y sobre todo reconocimiento, pero es imprescindible la respuesta del Otro para que el vínculo pueda sostenerse. Incluso con las zonas eróticas acontece lo mismo, pues pueden ser "descatectizadas" ante la falta de respuesta del compañero, resultando necesario que comuniquen sus sensaciones placenteras al otro así como que formulen preguntas, al menos en los momentos preliminares, para que el deseo surja y se mantenga.

En definitiva el vínculo se apoya en una relación de simetría y reciprocidad, entre lo que uno espera y lo que está dispuesto a dar, aunque con el fin de resaltar aún más ambos aspectos, diré que no sólo sirven de apoyo sino que son los que crean el espacio intersubjetivo.

En las representaciones "fantasmáticas" no cabe pensar que el otro no disfruta sino sólo en que no quiere dar placer. La explicación de la violencia entre los cónyuges, tan habitual en estos momentos, se puede encontrar en las regresiones que efectúan al proceso primario.

Cuando en el reencuentro con el objeto real no se aprecia ninguna de las peculiaridades existentes en el objeto pensado, pueden ocurrir dos cosas. Se descatectiza totalmente al objeto pensado o se catectiza al Yo. En este segundo caso se produce una exaltación narcisista al atribuirse el sujeto una gran capacidad para tolerar las frustraciones sufridas.

La consideración por parte de ambos de que han de desempeñar al mismo tiempo el ser objeto deseante y objeto de deseo, aunque en principio parezca algo que se supone sabido, en muchas parejas que he tratado resulta de difícil comprensión. La explicación es la herida narcisista que supone tener que asumir que para satisfacer su propio deseo es inevitable tener en cuenta el deseo del Otro. Para obviar esto se establecen en ocasiones roles fijos.

Relaciones de pareja

Para que una pareja pueda considerarse normal, deben tenerse en cuenta los tres aspectos siguientes:

• Deslinde o establecimiento de límites.

La pareja ha de mantener espacios y tiempos propios acordados previamente por sus dos participantes, pudiendo separarse con naturalidad de hijos, familias respectivas o amistades.

Existen dos modalidades de pareja. La llamada pareja cerrada, propia y adecuada para el enamoramiento, se convierte en patológica al prolongarse más allá de esta etapa. Resulta asfixiante y anquilosante aunque se apoye en el deseo de establecer una relación "fusional".

La denominada pareja abierta, sería la opuesta a la anterior y se caracteriza por la aceptación de relaciones amplias con familiares, amigos y compañeros de profesión. Ambos participan libremente o bien uno de ellos, si el otro no lo desea o no resulta conveniente su presencia se retira, pero sin que ninguno de ellos se considere excluido.

La psicopatología se manifestará cuando dichas libertades excedan lo aceptado por ambos como acontece en la colusión celos-infidelidad. Como resumen se podría afirmar que es necesario el mantenimiento de una correcta separación de la vida interior y exterior de la pareja.

• Aceptación de aspectos progresivos y regresivos en ambos.

En las relaciones de pareja tratan de gratificarse necesidades o deseos pertenecientes a épocas muy precoces de la vida. Pueden alcanzarse cuando los deseos, regresivos o progresivos, son aceptados por el otro. Necesidades de apoyo, ternura, mimo o dedicación, pueden ser solicitadas y atendidas, cosa que no sucede en ninguna otra modalidad de relación.

El estímulo hacia el crecimiento y consiguiente progreso del cónyuge se aprecia con las frustraciones o los sacrificios, por ejemplo si uno de ellos debe apartarse del hogar durante un tiempo prolongado por ser



BIBLIOGRAFIA

BERESTEIN,I. KALINA, E. LIENDO, E.C. PAVLOVSKY, E. SZPILKA, J. TERUEL, G. (1970) *Psicoterapia de pareja y grupo familiar con orientación psicoanalítica.* Editorial Galerna. Buenos Aires.

COROMINAS, R. Y SANZ, M. J. (1995) *El minusválido físico y su entorno: reflexiones psicoanalíticas.* Paidós. Barcelona.

COROMINAS, R. (2002) *Pareja en Conflicto.* Editorial Promolibro.

COROMINAS, R. Y SANZ, M. J. (1995) *El minusválido físico y su entorno: reflexiones psicoanalíticas.* Paidós. Barcelona.

DICKS, H.V. (1970) *Tensiones matrimoniales.* Hormé. Buenos Aires.

KERNBERG, O. (1995) *Relaciones amorosas: normalidad y patología.* Paidós. Buenos Aires.

TERUEL, G. T. (1974) *Diagnóstico y tratamiento de parejas en conflicto. Psicopatología del proceso matrimonial.* Paidós. Buenos Aires.

WILLI, J. (1978) *La pareja humana: Relación y conflicto.* Morata.

necesario para su promoción profesional. El apoyo ofrecido se asemeja al efectuado por los padres al hijo cuando aún en contra de sus propios deseos tienen que forzarle para que madure.

• **Igualdad de valores.**

Cada cónyuge ha de tener su autoestima satisfecha, pues cuando así sucede, se acepta con naturalidad la autonomía del otro sin que se resienta la estima hacia él ni hacia uno mismo.

Comenta Willi que en la medida que el matrimonio no es un estado sino un proceso en continua evolución, deben ser considerados los rasgos más característicos de sus diferentes etapas, para no catalogar como psicopatológicas situaciones normales en unos momentos, aunque en otros habrían tenido la interpretación opuesta.

Etapas evolutivas

Describe Willi cuatro etapas evolutivas en el desarrollo de la pareja:

• **Formación de la pareja estable.**

Se caracteriza por tener que realizar la adecuada separación de las familias respectivas, predominando una cierta exaltación narcisista de ambos. Abarca también al resto de sus relaciones o se expande hasta llegar a incluir los objetos materiales que adquieren con esfuerzo, como muebles, automóvil o viajes que pueden permitirse y en los que ensalzan su capacidad de goce debido a su amor.

• **Fase de productividad o reestructuración.**

Se promueve el crecimiento profesional de cada uno de ellos, distribuyéndose las tareas que cada cual se compromete a asumir en función de sus cualidades, siendo lo más importante la dedicación prestada a los hijos.

• **Crisis de la mitad de la vida.**

Superada la etapa anterior, la pareja vuelve a quedarse sola al casarse los hijos y abandonar la casa. Los proyectos que hubieron de ser descartados al hallarse volcados ambos en la crianza de estos, pueden ser retomados ahora y contar con el apoyo del otro para ejecutarlos.

Para que el progreso vincular continúe, es necesaria la creación de proyectos individuales y proyectos compartidos, decididos entre ambos. Un dato llamativo de estas épocas de la vida es que al no lograr proyectos compartidos, aparecen más frecuentemente los amantes, de los cuales se espera compañía y realización de todo lo no logrado.

• **El matrimonio anciano.**

Predomina el miedo a la dependencia, por lo cual esta suele proyectarse sobre el otro, considerándose uno más joven y capacitado a través de su proteccionismo, actitud que con bastante frecuencia al otro le asfixia y no tolera. Las peleas son habituales y, por medio de ellas, tratan de demostrarse una independencia que ya no tienen pero que a ambos les ayuda para eludir su verdadero temor, conectado con fantasías constantes acerca de la proximidad de la muerte.

La consideración de estos periodos evolutivos, es para mí de capital importancia, ya que evita la realización de tratamientos prolongados al considerar como psicopatológicos comportamientos, actitudes o sentimientos, que son normales al pensar en la etapa que están atravesando.

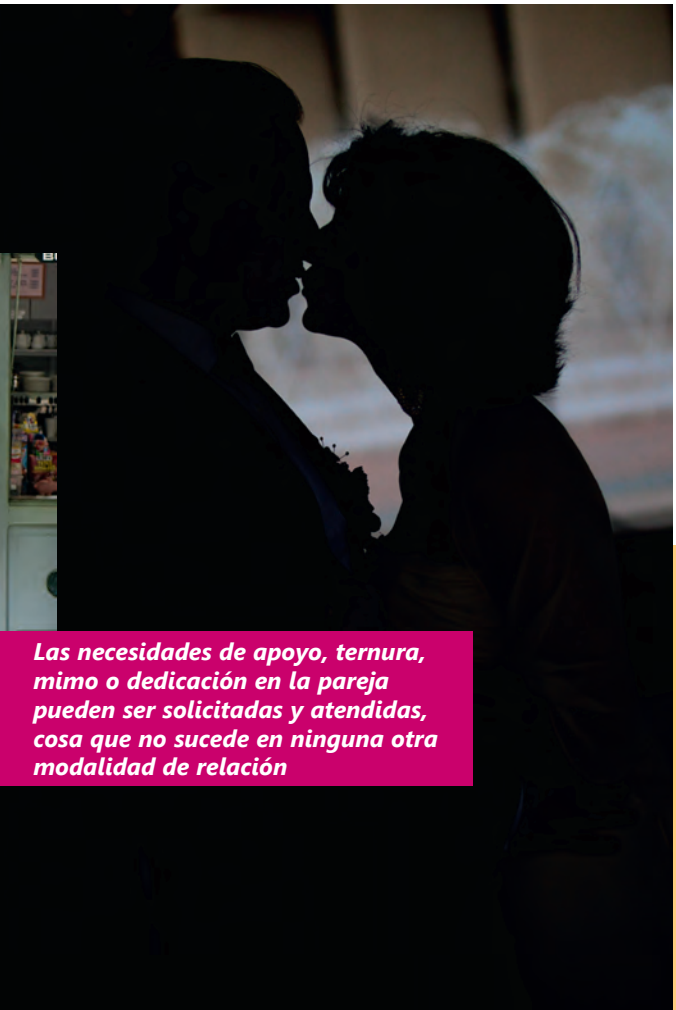
Estructura de la personalidad

Para terminar deseo aclarar, que me he ocupado de aspectos generales apreciables en cualquier pareja.

La existencia de discapacidades físicas en abuelos, padres o hijos debe ser tratada, en el supuesto de que se apreciaran problemas emocionales, a través de psicoterapias individuales, de pareja, de familia o con tratamientos psicoterápicos grupales, al margen de la orientación técnica y teórica que tengan o compartan los profesionales que habrán de efectuarlos.

Para mí, **lo importante son las fantasías que el paciente o sus familiares tengan sobre la discapacidad, así como que la puesta en práctica de estas, hayan condicionado la estructuración psicopatológica de la personalidad, no solo del que presenta la lesión sino también de alguno o todos los familiares que con él conviven.**

Es desde el estudio y profundización en dicha estructura de personalidad, como podrán ser comprendidos y analizados los síntomas, los rasgos patológicos "comportamentales", las relaciones "colusivas" entre sus miembros o los beneficios secundarios que tratan de obtenerse a nivel institucional y que dicho de paso, en muchas ocasiones, resultan enormemente perjudiciales para la salud mental del paciente o los miembros de su familia. Todo lo dicho podría explicarse en detalle pero debo limitarme en la extensión, ya que así se me ha pedido.



Las necesidades de apoyo, ternura, mimo o dedicación en la pareja pueden ser solicitadas y atendidas, cosa que no sucede en ninguna otra modalidad de relación