

61  
29.



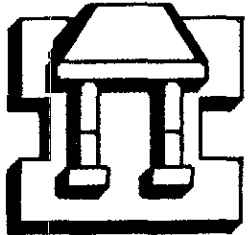
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA DE MEXICO

CAMPUS IZTACALA

FACTORES QUE INFLUYAN EN LA ELECCION DE PAREJA

TESINA  
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE:  
LICENCIADO EN PSICOLOGIA  
PRESENTA:  
LETICIA CHAVEZ GARCIA

ASESORES: LIC. CARMEN SUSANA GONZALEZ MONTOYA.  
LIC. AMADO RAUL RODRIGUEZ TOVAR.  
LIC. LETICIA SANCHEZ ENCALADA.



1998

268016

TESIS CON FALLA DE ORIGEN



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

CON GRATITUD A DIOS

POR

PERMITIRME LA EXISTENCIA EN UNA FAMILIA. POR VIVIR LA  
AMISTAD COMO UNA HERMANDAD. POR TENER ADMIRABLES  
MAESTROS ESTIMADOS COMPAÑEROS DE TRABAJO Y  
ALUMNOS CON SUEÑOS INAGOTABLES

POR CADA DIA DE LA ETERNIDAD Y CADA ESPACIO DEL  
UNIVERSO

## **FACTORES QUE INFLUYEN EN LA ELECCION DE PAREJA**

### **CAPITULO 1 ESTRUCTURACION DE LA PAREJA**

1.1 ¿QUE ES LA PAREJA HUMANA? .....	1
1.2 ATRACCION Y NOVIÁZGO .....	5
1.3 LA PAREJA COMO MODELO DE INTERACCION .....	9
1.4 TEORIAS SOBRE LA ELECCION DE PAREJA .....	13

### **CAPITULO 2 LA PAREJA DESDE EL PUNTO DE VISTA PSICOANALÍTICO.**

2.1 EL PSICGANALISIS .....	18
2.2 ELECCION DE PAREJA AMOR Y RELACION DE OBJETO .....	25
2.3 VINCULOS DE RELACIÓN Y NARCISISMO .....	31

### **CAPITULO 3 LA RELACION DE PAREJA DESDE EL PUNTO DE VISTA DEL MODELO SISTEMICO.**

3.1 LA TEORIA GENERAL DE LOS SISTEMAS .....	38
3.2 LA PAREJA COMO SISTEMA.....	43
3.3 COMUNICACION .....	46

### **CAPITULO 4 FACTORES QUE INFLUYEN EN LA ELECCION DE PAREJA.**

4.1 ELECCION DE PAREJA Y LOS FACTORES QUE INFLUYEN EN LA MISMA..	50
4.2 CICLO VITAL DE LA PAREJA .....	54
4.3 COMPONENTES DE LA DINAMICA DE LA PAREJA .....	58
4.4 CONFLICTO Y DISPONIBILIDAD DE CAMBIO.....	63

PROPUESTA.

CONSIDERACIONES FINALES.

BIBLIOGRAFIA Y ANEXO

## RESUMEN

El objetivo principal del presente trabajo fue lograr una mayor comprensión de la relación de pareja en cuanto a la formación de la misma, analizando teóricamente los factores que influyen en el proceso de elección de ésta, retomando las perspectivas Psicoanalítica y Sistemica .

Los estudios en la corriente Psicoanalítica referentes a la pareja no son muchos; sin embargo conceptualizan esta relación, como dos seres que están ligados tanto en el pasado como en el futuro, teniendo una base importante para su explicación de la libido de Freud (satisfacción del instinto sexual, amor, impulso hacia otro y una alternativa de preservar la vida).

Dentro de la Teoría de Sistemas, se indica que la pareja no está constituida por dos partes, dado a que no se puede comprender ésta sin la interacción de sus miembros. La interacción y comunicación en la pareja, analizada desde ésta teoría visualiza a ésta diada como un sistema abierto, el cual presenta un proceso de establecimiento de reglas individuales, así como de dependencia e independencia con los demás sistemas.

Al sustraer y analizar los estudios representativos de las teorías citadas respecto a la pareja, se delinea una propuesta de trabajo para desarrollar un taller, en donde los interesados en el mismo logren una mayor comprensión sobre el proceso de consolidación y bienestar de una relación.

## I N T R O D U C C I Ó N

La modernización tecnológica de las últimas décadas pone al hombre ante diversas situaciones de comunicación y de trabajo. Tener a la mano sistemas de computación, comunicación vía satélite, así como informes en los avances de investigación en genética y robótica, entre otros, coloca al hombre en un mundo de posibilidades y actividades diferentes a su medio para abrirse la expectativa de adaptarse a variadas formas de actuar, de pensar e interactuar. Planteándose una posición sobre el papel del hombre, la mujer y la familia, así como su participación en el campo laboral y profesional, en la vida política, en la educación, en la industria y la milicia, por ejemplo.

Ante un campo inmenso de experiencias, valores y actitudes, en un momento determinado el ser humano se pregunta que espera de sí mismo y de las personas que le rodean, cómo, dónde y con quién pasar parte de su vida o el resto de esta. Interrogantes a las cuales tiene que dar solución, a decir verdad no siempre en forma consciente (González, 1986).

De lo anterior se factible plantear cuál es la capacidad de las personas para entablar una relación duradera con un miembro del sexo opuesto, cuál es la dinámica de los roles de relación, qué factores influyen en la elección de una pareja.

Es innegable que la formación de la pareja es uno de los cambios más complejos en la vida de una persona, ya que trae consigo un replanteamiento de nuevos valores,

ideales y expectativas dado a que las relaciones interpersonales y el intercambio entre dos personas esta permeado de aspectos no solo materiales, sino también de niveles afectivos donde la sensación de bienestar se torna como un factor importante de desarrollo personal (Kovacs, 1983).

Así la relación de pareja involucra a los miembros de la misma, esto es, un -tu-, un -yo-, y un -nosotros-, viviendo un proceso ideal y real, un proceso histórico o sociocultural, una idealización de la relación, además de una determinada estabilidad familiar con mayor o menor salud emocional que influencia la selección realizada (Hervada, 1975)

Si el ser humano es tan complejo, entonces no es extraño que el estudio de la relación de pareja tenga diversas vertientes de análisis como la Teoría de Sistemas y el Psicoanálisis, a partir de las cuales se puede justificar la cita de las mismas en el presente trabajo realizando una revisión teórica de sus bases de trabajo y constructos realizados para explicar la relación de pareja (relación de objeto, identificaciones, modelos de relación y comunicación, por ejemplo)

Las áreas retomadas permiten explicar tanto aspectos complejos sobre la dinámica de interacción que entablan las personas, así como conflictos que se producen en las relaciones interpersonales. De esta forma es como se plantea el objetivo de estudio del presente trabajo:

en las relaciones interpersonales. De esta forma es como se plantea el objetivo de estudio del presente trabajo:

El objetivo general es realizar una investigación bibliográfica de los factores que influyen en el proceso de elección de pareja

Como objetivos específicos se tienen los siguientes -

-Analizar los estudios teóricos que se han elaborado con respecto a la pareja, desde la teoría del Psicoanálisis y Teoría de Sistemas

-Plantear la importancia de la elaboración de acciones prácticas o alternativas encaminadas a establecer relaciones de pareja estables, sanas y satisfactorias

-Plasmar elementos que permitan a terapeutas de diferentes áreas sondear la relación de pareja en los humanos ( expectativas, ideal de pareja, relación con la familia de origen, entre otros)

El estudio se fundamentó en el interés de lograr una mayor comprensión de la pareja en cuanto a su formación analizando teóricamente los factores que influyen en el proceso de elección de la misma. Analizando los estudios y teorías que se han elaborado con respecto a la pareja, su ciclo vital, y la dinámica de la relación así como su estructuración y desarrollo, se pretende realizar un análisis que facilite entender su evolución y lograr un ajuste de percepciones.



Plantear la importancia del estudio es indicar que el curso de la humanidad parte de la coexistencia de dos entidades que se complementan en su función de creación y procreación iniciando la vida con una diada, por lo que vivimos desde nuestros orígenes en relación con un otro, y siempre esperamos que ese otro este en relación con nosotros -contar con alguien y para alguien-.

Para ese trabajo se realizo una revisión bibliografica de las corrientes psicológicas Psicoanalista y Sistémica.

El capítulo uno muestra una vision general de la pareja humana. A través de la información obtenida se visualiza a la pareja como un proceso de relaciones interpersonales

En el segundo capítulo se lleva a cabo una revisión de la corriente Psicoanalista revisando diferentes autores y rescatando los principales conceptos de esta corriente y su postura teórica sobre la pareja

El tercer capítulo contiene la revision de algunos autores contenidos en la corriente Sistémica y sus planteamientos sobre el tema de la pareja en los humanos

El tercer capítulo contiene la revisión de algunos autores contenidos en la corriente Sistémica y sus planteamientos sobre el tema de la pareja en los humanos

Dentro del cuarto capítulo se observan los factores que influyen en la elección de pareja con información de ambas corrientes de análisis citadas.

En el último apartado se encuentra una propuesta de trabajo sobre el tema de pareja a partir de la información documental retomada, así como las consideraciones finales del presente estudio teórico y la bibliografía utilizada para el desarrollo del mismo

# CAPITULO I ESTRUCTURACIÓN DE LA PAREJA

## 1.1 ¿QUÉ ES LA PAREJA HUMANA?

El tema de la pareja humana es un terreno fértil en la investigación social, al igual que en otras áreas como el arte, la música, literatura y medicina. Si se recuerda que el hombre desde que es concebido y hasta su muerte esta en relación a un otro, es viable observar una pareja establecida a través de sentimientos, necesidades y eventos como: amor, deseo, odio, fantasía, realidad, temor, salud, enfermedad o muerte (González, 1986)

Ante la amplitud e importancia del tema existe un debate entre sociólogos, historiadores y otros estudiosos como antropólogos que enfatizan en realizar una revisión de los conceptos del grupo social denominado "pareja", las formulaciones teóricas sobre su cambio y sus vínculos estructurales y funcionales con la sociedad.

Uno de los problemas puestos en discusión se refiere a qué debe entenderse con el término "pareja". Barbagli (cit. en Esteinou, 1989), señalo dos dimensiones analíticas bajo las cuales podría entenderse a la pareja:

- 1) Dos personas que se unen y cuya composición, amplitud o vínculo se transforma (estructura).
- 2) comprende las relaciones de autoridad y de afecto, los modos a través de los cuales interactúan y las emociones y sentimientos que prueban el uno con el otro (relaciones).

Barbagli (op. cit.) considera que la pareja no debe entenderse como "algo", sino como un **proceso** que pasa a través de diferentes fases de un ciclo que cambia su dimensión y su estructura.

Por otra parte, Shorter E. y Stone L. (Cit. en Esteinou, op. cit.), realizan otros planteamientos sobre la pareja y la industrialización , así como la urbanización como factores básicos en el surgimiento de la pareja formal.

Las aportaciones de Stone (op. cit.) se relacionan a la aparición de la pareja con el nacimiento del "individualismo afectivo", entendido como los cambios provocados en el modo en que el individuo se consideraba a si mismo, y en el modo en que se comportaba y sentía su vínculo con otros seres, en particular con la pareja. Shorter(op. cit.) fundamenta sus estudios de la pareja con el desarrollo del capitalismo, el cual lo ubica como un desencadenamiento de cambios, que invariablemente se reflejan a través de un proceso y en la pareja se origina una revolución sexual. En el desarrollo industrial los jóvenes tuvieron la visión de adquirir la "mentalidad de la economía de mercado", la cual tenía como valores el interés individual y la competitividad. El debilitamiento de los lazos de parentesco conllevó a un reforzamiento de los lazos de la pareja.

Indudablemente que estos dos ejemplos de investigación sobre la conformación de la pareja, no pueden ser la única explicación de esta organización social, por lo que se continuará el abordaje de este tema para visualizar los factores y proceso que involucra.

Sánchez Escárcega (1995) se cuestiona sobre el motivo que tiene una persona para establecer una realidad con otro ser humano. Tratando de contestar la interrogante, el autor indica que en la pareja se encuentra la posibilidad de verse todo tipo de proyecciones, de transportar los deseos más primitivos y los temores menos predictivos. Para lo cual se forman parejas de esposos, amigos, amantes y parejas o relaciones amorosas (posibilidades de parejas: novio, pareja de amantes y pareja matrimonial):

1) Pareja de esposos.- En ella se encuentran parámetros característicos o deseables como: proyectos de realizaciones futuras, relaciones sexuales monogámicas, viven en cierta relación o interacción de convivencia frecuente o cotidiana que posibilita intercambios diarios, identidad, estabilidad y sostén para el crecimiento y abordaje de situaciones nuevas. En contra parte, también en la pareja de esposos se puede encontrar tedio y aburrimiento, presentarse actuaciones impulsivas como quejas, reproches que denotarían una no tolerancia a una vinculación matrimonial.

2) Pareja de amigos.- Se origina de dos modalidades de transferencia: a) *fraterna*, donde hay complicidad, solidaridad, compañerismo y simetría; b) *edípica*, en la que se encuentran situaciones de protección-desprotección, desamparo-amparo, incondicionalidad, asimetría. La pareja de amigos soporta el reconocimiento de zonas no compartidas basándose en la idea de un "tiempo libre" que no incluye al otro, así como la relación sexual quedan por definición excluida, de presentarse formarían una pareja de amantes.

3) Pareja de amantes.- Corresponde a la relación amorosa entre dos personas no necesariamente bajo una unión matrimonial. En éste tipo de parejas la relación sexual intenta recrear ilusoriamente una vivencia de incondicionalidad, se acepta la idea de que ambos se han elegido, pero se rechaza el encuadre matrimonial y la exclusividad monogámica, supone un fin, una terminación, por ende niega la "eternidad" de la pareja por la posibilidad de que haya en la actualidad o en el futuro, más personas en la vida de cada uno.

4) Pareja amorosa.- Se designa como una unidad o estructura donde se presenta una relación de dos personas a partir de una aceptación mutua y desde un momento dado, que implica diversos grados de continuidad y especialización social, es decir engloba uniones pasajeras y el matrimonio. Parejas que tienen la finalidad de manifestar gratificación emocional placentera recíproca.

Las investigaciones sobre la pareja sondean diversos aspectos tal es el caso de lo que expone Giesa, H.(1985), Fadiman y Frager (1976). El primero indica que al principio el ser humano se asombra ante su propia imperfección y descubre que le falta algo. El deseo de un compañero se da al sentir la soledad, a partir de un deseo de prepararse en vistas a una relación con un compañero que todavía no está allí, pero que puede aparecer de un momento a otro como un encuentro "consigo mismo". Fadiman y Frager indican que el intercambio interpersonal puede satisfacer las necesidades orgánicas básicas del individuo. El deseo de esta satisfacción provoca la inversión de mucho tiempo y energía en las relaciones, aún en algunas que aparentemente pueden no ser sanas o satisfactorias

En otro estudio , Pelicer (1978) manifiesta que la pareja no se reduce a una asociación de dos personas o a la yuxtaposición de dos deseos, ni al encuentro utilitario de dos seres. En una pareja cada uno pretende dar y recibir, en un proceso de renuncia y adquisición continua. El hombre no es una unidad biológica independiente, es frágil y mortal, por lo que la pareja en el hombre permite la continuidad en la especie y una razón al individuo.

Es evidente que existen factores específicos que determinan la elección de pareja. Por regla general se aprueba que cuanto más evoluciona el individuo, y se constituye en persona autónoma, más compleja se vuelve la elección de su pareja (Lepp, 1970).

La idea anterior sugiere que en una persona que haya alcanzado un alto grado de individuación enfrentará de manera mucho más selectiva este proceso de elección.

De tal forma observamos que en una relación de pareja puede estar matizados por una serie de elementos sociales e individuales, presentar un medio de expresión de sus afectos, replanteamiento de nuevos valores, ideales, y expectativas personales, por lo que para términos del presente trabajo y desarrollo de los siguientes tópicos, se retomará lo que Sánchez Escárcega (op. cit.) enuncia como "parejas amorosas", en particular en heterosexuales para considerar las relaciones de pareja como una unidad o estructura de relación entre dos personas de diferentes sexos, excluyendo de tal forma las relaciones homosexuales que por su misma naturaleza representa una paradoja sumamente elaborada entre una satisfacción amorosa y sexual en el ser humano; además que la creación de un hijo simbólico y la legalización matrimonial en nuestra sociedad aún es debatida, lo que llevaría a un proceso y abordaje muy particular.

## **1.2 ATRACCIÓN Y NOVIAZGO**

La mayoría de los autores de investigación social se centran y le dan más importancia al amor y al matrimonio en sus estudios de relación de pareja, que al tema del noviazgo; sin embargo el deseo de un compañero da al ser humano una posibilidad de prepararse en vistas a una relación con un compañero cuyo futuro puede ser incierto, pero generalmente inicia con una relación de noviazgo que pasa por diferentes etapas. Cuestión que permite sondear a la vez ¿qué influye en la elección ?.

Tratando de abordar el tema se retomaran factores como: semejanzas, necesidad de complemento y actitudes similares, apariencia física ,y , frecuencia de interacción y proximidad física como elementos observables o identificables en una elección de pareja.

#### A) SEMEJANZAS.-

Thibault (1986) señala que en las primeras etapas de una relación, las variables sociales como clase social, estatus socioeconómico, religión, etc., tienen una influencia primordial en la atracción que siente cada miembro de la pareja por el otro. Después de cierto tiempo, el acuerdo y las semejanzas entre la pareja serán los determinantes de si la relación continúa o no; y sólo después de un tiempo considerable, la necesidad de complemento en la relación se vuelve importante.

Belloch (1978) sugiere que en la pareja de amigos y en las parejas "amorosas", la similitud puede ser el principio más poderoso. Así, en las relaciones donde ambas partes de la pareja tengan roles similares (como en los novios) el factor determinante será la similitud, y cuando se tengan roles diferentes (como en el matrimonio y en las relaciones profesionales) la complementariedad será el factor esencial. Es posible observar que la similitud es determinante más significativa en la atracción interpersonal; no obstante se señala que la importancia relativa de este principio será influenciada por el propósito de la relación, la etapa de ésta y la importancia e intensidad de los rasgos similares y disímiles.

Así, en algunas parejas la atracción puede basarse en la similitud de ciertas características tales como las necesidades personales. En cierto sentido la similitud implica por principio el siguiente determinante que es la complementariedad.

#### B) NECESIDAD DE COMPLEMENTO Y ACTITUDES SIMILARES.-

Hoy en día existe un acuerdo bastante generalizado entre los psicólogos clínicos, respecto a la atracción heterosexual señalando principalmente las bases de la similitud entre personas cuyas necesidades y características se complementan (Alcérrec, 1982).



La autora menciona de igual forma que en la relación cada miembro encuentra recompensa en ella, puesto que sus necesidades se expresan en un tipo de recompensa para el otro miembro.

Así mismo las personas se sienten atraídas por quienes tienen cualidades a las que aspiran pero no pueden desarrollar (al tener carencias se complementan con las de la pareja).

Fishben y Azjen (cit. en Alcérreca, op. cit.) comentan que los rasgos similares como actitudes, intereses, entre otros, aumenta la atracción dado a que el sujeto que percibe evalúa positivamente estos rasgos ya que mientras mayor sea el valor afectivo de los atributos de una persona mayor será la atracción sentida hacia la misma. Así en la relación de pareja los efectos de la similitud en la atracción pueden ser directos especialmente de la similitud de actitudes.

Refomando el nivel intelectual como una actitud Fromme(1973) indica que los logros educativos se han podido correlacionarse positivamente con la atracción en la relación de pareja, aunque queda la posibilidad de que los logros educativos similares impliquen muchas otras semejanzas culturales y actitudinales que pueden estar afectando la relación.

### C) APARIENCIA FÍSICA.-

En la relación de noviazgo es común que en un principio la atracción es dada a través de la apariencia física ya que se tiende a buscar como pareja a una persona lo más atractiva posible.

Simnan. (1976) expone que la gente atractiva no sólo gusta más, sino que se le atribuyen características favorables ya que son vistas como superiores, tienen mayor poder persuasivo, sus evaluaciones sobre otras personas tienen mayor impacto y son más buscadas para citas amorosas posteriores.

No obstante a que existe una tendencia general para elegir como pareja a una persona lo más atractiva posible, existe también la evidencia de que la gente tiende a formar pareja con personas con atractivo similar al suyo, y esto parece ser especialmente cierto en personas con algún defecto física. Por otra parte, existe evidencia de que al escoger a una pareja con quien casarse el atractivo físico pasa a segundo término, ya que para conformar una relación duradera se tiende a buscar a personas cuyas actitudes y personalidad sean similares (Peele, 1986).

#### D) FRECUENCIA DE INTERACCIÓN Y PROXIMIDAD FÍSICA.-

Para que se de una relación de noviazgo es importante y esencial que la pareja se interrelacione y conviva por medio de la atracción por proximidad física, la cual está muy relacionada con la formación de amistades, ya que los sujetos que conviven cerca tienden a volverse amigos más que los que viven a cierta distancia. Al haber frecuencia de interacción se da ó aparece otro determinante de la atracción.

A través de una continua convivencia la pareja se va conociendo y esto va favoreciendo a que se entable una comunicación más íntima llegando en ocasiones a terminar en un noviazgo.

Por lo anterior se enunciará en el próximo apartado los modelos de interacción observados comúnmente, una vez que se ha llegado a forma una relación de pareja.

### **I.3 LA PAREJA COMO MODELO DE INTERACCIÓN.**

Sandoval. (1984) enuncia la existencia de diferentes modelos de interacción en las relaciones de pareja, y en particular realiza las siguientes observaciones sobre la sociedad mexicana:

#### **1) LA PAREJA IDEAL.-**

La autora postula que éste tipo de pareja funciona idealmente porque existe una interacción con predominio de un dar y recibir, en forma equilibrada, donde la ambivalencia natural se neutraliza tanto por un sentimiento amoroso mutuo, como por una meta común en relación con el bienestar y la felicidad de los hijos.

#### **2) LA PAREJA AMBIVALENTE.-**

Presenta una fuente de insatisfacciones, que se proyectan en las más tempranas introyecciones en el cónyuge en relación con las frustraciones y la rabia producida por las mismas, dando así una ambivalencia difícil de superar por dos personas con carencias emocionales tempranas.

#### **3) MODELO DE DEVALUACIÓN DE UN MIEMBRO DE LA PAREJA.-**

Aparece cuando uno de los integrantes está nullificado y sufre el sadismo y dominio arbitrario del compañero.

#### **4) MODELO CON VÍNCULO SADO-MASOQUISTA ALTERNANTE.-**

Se manifiesta cuando uno de los integrantes en apariencia es activamente sádico, debido a que los roles se alteran con diferente modalidad, donde el predominio constante del estado de insatisfacción es permanente, ya que las quejas son mutuas, Sin embargo, también existe una ambivalencia ante la cual la insatisfacción y el juego del dolor y el placer brindan a través de la destrucción y en forma inconsciente un estereotipado patrón de conducta.

#### 5) MODELO DE RELACIÓN EN BASE AL MIEDO DE LA PERDIDA TEMPRANA.-

Se refiere a la existencia de una compulsión por conservar la relación de pareja motivada por la necesidad de no perder el objeto que tempranamente se perdió, por divorcio o abandono de uno o ambos padres o tutores.

#### 6) MODELO DE LAS PAREJAS EN LAS QUE UNO DE LOS INTEGRANTES DESAPARECE POR MUERTE O SEPARACIÓN.-

La búsqueda de la pareja generalmente se da en función de la fantasía o idealización del objeto perdido (enfrentamiento a la orfandad), de ahí que nadie colme jamás el anhelo del sujeto. Paradójicamente a pesar de la mala adaptación, de la frustración constante y cotidiana, de la falta de amor y predominio del resentimiento, el huérfano temprano no se separa o divorcia, ya que fue el dolor de la pérdida tal, que prefiere aguantarse para sentir que así completa lo que nunca tuvo y arriesgarse a perpetuar pérdidas.

A manera de conclusión Sandoval. (ob. cit.) resume lo siguiente:

a) En base a las identificaciones tempranas o modificaciones posteriores (padres, hermanos, sustitutos maternos), el sujeto selecciona a la pareja en base a la identificación más significativa, viendo inconscientemente a la pareja como a la otra parte de la pareja parental de origen.

b) Los hijos de parejas separadas o divorciadas tienden a conservar sus matrimonios a pesar de lo disfuncional que sean, en un intento por reparar a la pareja original y de conservar para sí y para los propios hijos al progenitor perdido.

c) Los hijos de parejas que no se divorcian, pero cuya relación fue de tipo sádico-masoquista realizarán en su propia unión, la separación que desearon tempranamente en la pareja parental.

d) Los huérfanos tempranos tienden a conservar sus matrimonios aunque tengan malas características, con la finalidad de reparar el abandono y la soledad intolerable, aunque a veces reaccionan con tanto miedo al abandono que no pueden establecer una relación permanente con una persona del sexo contrario.

De lo anterior se indica que en la gran mayoría de las relaciones de pareja existe una gran tendencia a la repetición de modelos de relación aprendidos, llevando los integrantes a sus futuras relaciones, patrones deformados de relacionarse.

Continuando el abordaje o estudio de tipos de relación dados en la vida del hombre, se cita un análisis cualitativo que Barry (1976) realiza respecto a la interrelación de pareja en diferentes niveles de convivencia (no necesariamente en el noviazgo), que se retomarán en el presente trabajo para tener un panorama más amplio de la relación de pareja humana y los factores que la enmarcan.

a) LA PAREJA CELESTIAL. -Representa un estado altamente idealizado. Es una condición de carácter potencial que nunca llega o obtiene total y permanentemente. Estas uniones están fundadas en sentimientos genuinos, saludables, y positivos: ternura, afecto, admiración, confianza y creatividad. Existe entre los miembros intimidad mental, emocional y sexual. La atracción que existe entre ellos depende de recursos tanto sexuales como no sexuales.

b) LA PAREJA PSEUDO-CELESTIAL.- Los miembros de estas parejas son impostores extravagantes que actúan grotescas imitaciones de relaciones auténticas. En este tipo de relación, los sentimientos son sobreactuados y abundan las actitudes apasionadas y tempestuosas que intentan parecer genuinas. Las demostraciones de afecto se realizan públicamente. Estas personas son inmaduras y se niegan a aceptar los defectos del otro, prefiriendo enfocarse únicamente a los aspectos positivos.

En las parejas pseudo-celestiales nunca se contradicen en sus opiniones y de manera natural perciben al otro como complaciente y poco demandante. Toda esta actuación esconde en realidad grandes conflictos internos, a los cuales temen enfrentarse.

c) LA PAREJA FORMADA POR CONVENIENCIA.- Estas parejas muestran una intimidad emocional artificial. La unión está formalmente establecida y legalmente arreglada, pero no es una relación genuina. Por lo general están presentes dificultades, y bajo la superficie de una relación poco conflictiva existe una comunicación defectuosa, así como una conducta inflexible, egoísmo y dudosa convicción de mantener el vínculo de relación. Predomina una interacción silenciosa, pacífica y distante, a pesar de los problemas en potencia.

d) PAREJA PASIVO-AGRESIVA.- Este tipo de pareja están presentes en los integrantes sentimientos antagónicos, de rabia y de resentimiento. Sin embargo, estos sentimientos negativos se expresan de manera indirecta y disfrazada. Una forma de lograrlo es diciendo o haciendo todo lo que se sabe que hiere al otro, aunque aparentemente no se tenga esa intención.

e) PAREJA ACTIVAMENTE AGRESIVA.- En estas parejas, a diferencia de las anteriores, la agresión es abierta y directa. No se hace ningún esfuerzo por controlar la rabia, el resentimiento y la falta de respeto hacia el otro. Las personas que interactúan bajo este esquema demuestran visiblemente su desagrado ante el compañero.

En este tipo de relación se utilizan todo tipo de mecanismos -insultos, golpes, chantaje- para tratar de humillar o vencer al otro. No existe confusión alguna sobre los sentimientos de odio hacia la pareja; la confusión existe por el hecho de desconocer el origen de dichos sentimientos.

Es posible indicar, que cuando un hombre y una mujer forman una pareja aportan a la unión su propio mundo interno de fantasías, idealizaciones, frustraciones o privación.

Si cada relación en los seres humanos es valorada de una forma particular, presenta un campo de estudio interesante para el conocimiento del comportamiento (diagnóstico y tratamiento en un momento determinado), por lo que a continuación se retomará algunas teorías existentes entorno a la formación de la pareja.

#### **1.4 TEORÍAS SOBRE LA ELECCIÓN DE PAREJA**

Dentro de las investigaciones que se han realizado sobre la elección de pareja se han generado diversas teorías que en un margen amplio exploran diversos factores que envuelven a la misma.

Virseda (1995), enuncia siete principales teorías sobre la elección de pareja que se guían en las investigaciones científicas del estudio del comportamiento humano:

a) Teoría sobre el principio de semejanzas. Partiendo del principio de que lo cercano nos da seguridad, algunos autores exploran el comportamiento de las personas y el sentimiento de semejanza que les agrada, por lo que se sienten atraídos.

Se retoman en la teorías sobre el principio de semejanzas a las actitudes, valores y rasgos semejantes que comparten los seres humanos y pueden considerarse como antecedentes para la formación de una pareja.

De igual forma se encuentran aspectos sociales y psicológicos que influyen la posibilidad de conocimiento y elección de una pareja como son: religión, raza, clase social, idioma, comunicación, ideales e intereses entre otros (Burgess y Wallin, 1979; Fisher y Fisher, 1985; cit. en Virseda, op. cit.)

Otros autores como Bercheid, Dion, Walster y Walster, 1990 (En Virseda, idem.), consideran que en la pareja, las personas comparten algunos aspectos antes de formalizar una relación (por ejemplo, el matrimonio), y otras, se van haciendo iguales durante la interacción. Por lo que las similitudes son la base en el inicio de la relación, indican un nivel de madurez y atracción.

b) Teoría de la complementariedad. Concibiendo que para formarse una pareja las personas buscan conscientemente o no, a alguien que satisfaga sus necesidades, en esta teoría se asume que las personas que tienen necesidades complementarias se atraen.



El sentido de complementariedad, en los seres humanos influye las relaciones englobando tanto las similitudes, como las diferencias (atracción, cultura, pasatiempos, por ejemplo).

c) Teoría del intercambio social. Considerando que en una relación se da un intercambio de beneficios (se da y se recibe en diferentes oportunidades, diferentes niveles), hay acciones que los integrantes realizan para recompensar a su compañero.

En una relación la acción de dar y recibir también tiene un costo, en cuanto la contribución de cada uno de los integrantes de ésta. Idealmente en una relación, como la relación de pareja, cada integrante buscaría un equilibrio o igualdad en las recompensas y los costos con los que contribuyen a la relación. Se buscaría que no haya una relación inequitativa en lo que se cree esperar y merecer según las expectativas.

Las recompensas y costos de las acciones emprendidas en una relación depende de la percepción subjetiva que los integrantes realicen, de las normas que establezcan, del nivel de aspiraciones e ideales, del nivel de comparación propio y de las alternativas reales o imaginarias que se efectúen, de la cantidad y calidad de recursos que cada uno tiene y los que el compañero necesita.

En los estudios abordados sobre la pareja humana, también existen teorías conductistas que utilizan conceptos como balance entre los reforzadores y los castigos que se ofrecen en la pareja (Lieberman, Wheelers, Kuehnel y Kuehnel, 1987; Stuart, 1986; cit. en Virseda, Idem), y se pueden retomar en el rubro de intercambio social que se está realizando.

Dentro de las teorías de intercambio social se puede enmarcar algunas teorías del análisis transaccional que Berne realiza en 1967, en los que se indica que los juegos de la pareja son unos guiones estereotipados de conductas con resultados específicos para cada miembro (Virseda, op. cit.).

d) Teoría de los componentes del amor. Virseda (idem), menciona que existen diversas concepciones sobre el amor, por lo que indica que este concepto abarca múltiples experiencias tanto de las parejas, como de los investigadores

Stenberg (1990) realiza una teoría basada en tres componentes básicos del amor: intimidad, pasión y compromiso (presentes en diversas formas, en determinadas fases de una relación).

En la obra del autor, la intimidad hace referencia al aspecto de la cercanía, la comunicación y la unión en la pareja (aspectos emocionales de la misma). La pasión se refiere a la atracción física, intereses y la sexualidad (aspectos motivacionales). En el compromiso se hace alusión a la decisión de continuar con la relación, planes y expectativas en torno a la duración de la misma y las acciones que se emprenden para lograr los objetivos sobre la relación (aspectos cognitivos).

e) Teoría de los filtros. Kerchoff y Davis (1962 ; en Virseda, idem.) manifiestan que en el inicio de una relación y para su continuo desarrollo, se encuentra la valoración que los integrantes realicen de los diversos aspectos que localizan en su compañero, de los factores que le muestren o merezcan mayor importancia en la persona que puede ser un candidato para iniciar una relación, consolidarla o darle conclusión.

Se consideran en ésta teoría la existencia de factores, situaciones expectativas que sirven de filtros para continuar una siguiente fase en una determinada relación.

f)Teoría de interacción-norma. En ésta teoría se toma en cuenta la selección que se realiza en las interacciones, determinada por diversas normas culturales. Se indica que cada grupo realiza diferencias en las relaciones y consideran personas "elegibles" para continua una determinada forma de interactuar, según sus normas culturales.

g)Teorías clínicas. En el estudio de los problemas de elección de pareja se encuentran las teorías clínicas que abordan a fondo éste fenómeno, consideran el ángulo de la problemática según sus postulados, metodología y concepciones particulares, donde el individuo, paciente, cliente, sujeto o ser humano, es considerado desde diversos lugares (físico, social, psicológico, entre otros). En éstas teorías generalmente el estudio del ser humano y sus interacciones pasadas, presentes y futuras guardan una relación estrecha con las experiencias Individuales y familiares (por ejemplo el psicoanálisis y la teoría de los contratos).

Si se considera que la formación de la pareja no es algo uniforme, es también viable la existencia de diversas perspectivas de estudio, se posibilita el abordaje de este fenómeno desde modalidades que retoman el proceso de desarrollo de la pareja considerando aspectos como: historia familiar, experiencias infantiles, maduración psicológica, socialización, cultura. Variadas vertientes que nos dan un panorama amplio del hombre como objeto y/o sujeto de acción . Por lo mencionado se tratará de abordar dichos planteamientos en los siguientes capítulos para cumplir el objetivo de la presente tesina.

## **CAPITULO II LA PAREJA DESDE EL PUNTO DE VISTA PSICOANALÍTICO.**

### **2.1 EL PSICOANÁLISIS.**

Mandolino (1969) considera que el psicoanálisis iniciado por Sigmund Freud tenía en sus inicios la perspectiva de ser un método de tratamiento para enfermos mentales, sin embargo, llegó a ser una totalmente nueva concepción del hombre. La hipótesis central es que la conducta humana está determinada en gran parte por motivos inconscientes.

Freud trató la hipnosis con sus pacientes (influencia de Jean Charcot), pero no le mereció tanta eficiencia, ya que después descubrió que era mucho más efectivo el hablar o el método de asociación libre, utilizado por Joseph Breuer, para investigar el origen de los síntomas neuróticos. Freud trabajó en el desarrollo de ideas de investigación poniendo énfasis en los conflictos sexuales como causa de la histeria, siendo fuentes importantes de la recolección de material de estudio su propio inconsciente, dado a que empezó a analizarse en 1897, y continuó haciéndolo hasta el fin de su de vida.

Los escritos de Freud abarcan muchos temas diversos como la teoría del psicoanálisis, el estudio de casos típicos, la aplicación del psicoanálisis a las ciencias sociales, la historia, la biografía, la religión y la literatura, así como cuestiones puramente teóricas.

La teoría de la personalidad que marcan la base del trabajo freudiano puede ser tratado bajo tres rubros: estructural, dinámico y evolucionista.

Los principales conceptos estructurales son el ello, el yo, y el superyo ; dentro -

de los conceptos dinámicos son el instinto, la libido, la catexia, la anticatexia y la ansiedad; los principales conceptos evolucionistas son la identificación, el desplazamiento, los mecanismos de defensa y las etapas psicosexuales.

Para comprender un poco la teoría del psicoanálisis se mencionará cada uno de los principales conceptos citados:

#### *PRINCIPALES CONCEPTOS ESTRUCTURALES:*

-EL ELLO- Dentro del psicoanálisis consiste en todo lo psicológico que se hereda y está presente al nacer, incluyendo los instintos. Es la reserva de la energía psíquica que proporciona la energía para todo el funcionamiento psicológico. Los contenidos y procesos del ello son completamente inconscientes, regidas por el principio de placer (anular las tensiones dolorosas y obtener placer), y el proceso primario (proceso que intenta descargar la tensión formando una imagen de un objeto, la cual descargará la tensión).

-EL YO- Éste comienza su existencia debido a las necesidades que el organismo requiere para efectuar transacciones apropiadas con el mundo exterior. Es el ejecutivo de la personalidad que controla las puertas de entrada a la acción selecciona los aspectos del medio al cual responderá y decide qué necesidades deberán satisfacerse y en qué orden.

Obedece al principio de realidad (contrario al principio de placer, es prevenir la descarga de tensión hasta encontrar un objeto apropiado para satisfacer la necesidad), y opera mediante el proceso secundario (produce fantasías y alucinaciones). Corresponde al pensamiento realista y la prueba de realidad (a través del proceso secundario y la formulación del yo satisface la necesidad y más tarde lo aprueba por medio de alguna clase de acción).

**-EL SUPERYO.-** Es el representante intermedio de los valores tradicionales, ideales y estándares morales de la sociedad, como se lo interpretan al niño sus padres y es fortalecido por medio de un sistema de recompensas y castigos que le imponen.

Lucha por alcanzar la perfección teniendo dos subestructuras: la conciencia (amonesta cuando violamos nuestros valores morales y hace sentir culpa), y el yo ideal (seguimiento de ideales que hace sentir orgullo de uno mismo).

#### *PRINCIPALES CONCEPTOS DINÁMICOS:*

**-INSTINTO.-** Freud reconoció dos clases de instintos: los de vida (ofrecen objetivos para supervivencia del individuo y la propagación de la especie, a través de la LIBIDO (forma de energía que hace que los instintos de vida puedan desempeñar su trabajo, por ejemplo, el hambre, la sed y el sexo), y los instintos de muerte (instintos destructivos derivados de la agresión).

Cada instinto tiene una fuente (excitación corporal o una necesidad), un fin (eliminación de la excitación de la necesidad) y un objetivo (toda las interacciones de un deseo y su satisfacción).

**-CATEXIA.-**Término que Freud empleó para denotar la existencia de la energía o libido en un objeto, que satisficará una necesidad (fuerza impulsora).

**-ANTICATEXIA.-** Fuerza inhibitorio ejercida por el yo sobre el ello (fuerza restrictiva).

-ANSIEDAD.- La ansiedad se produce por estimulación excesiva que el yo no es capaz de controlar. Hay tres tipos de ansiedad: ansiedad realista (causada por las amenazas y peligros reales del medio ambiente), ansiedad neurótica (temor de que los instintos del ello se desate y cause que la persona haga algo por lo cual será castigada ) y ansiedad moral (temor de la consciencia).

#### *PRINCIPALES CONCEPTOS EVOLUCIONISTAS:*

-IDENTIFICACIÓN.- Tiene que ver con el aprendizaje y el desarrollo. Este proceso indica que tendemos a identificarnos con la gente, es decir, a imitar algunas características que tienen los demás y nos gustaría tener.

-DESPLAZAMIENTO.- Desviación de la energía del instinto hacia un objetivo sustituto.

Freud destacó que el desarrollo de la civilización fue posible debido al desplazamiento de la energía instintiva dentro de canales socialmente aceptados y culturalmente creativos.

-MECANISMOS DE DEFENSA - Medidas tomadas por el yo para aliviar la presión de la ansiedad excesiva. Las principales defensas son:

a) Represión.- Su función es sacar de la consciencia y meter en el inconsciente todo aquello que cause una fuerte ansiedad.

En este punto cabe aclarar que el inconsciente para el psicoanálisis freudiano es caracterizado por todo el material psicológico que se ha reprimido o que nunca se ha permitido que llegue a la consciencia, en contraste, el preconsciente se -

refiere al material psicológico que puede ser consciente cuando surge la necesidad de éste. No se halla en un estado de represión como el inconsciente, sino que está al fondo de nuestra mente.

b)proyección.- Consiste en atribuir al mundo externo algo que ésta realmente en uno mismo.

c)Formación Reactiva.- Se refiere a la sustitución en la consciencia de un impulso o sentimiento productor de ansiedad por su opuesto (te -odio- por -te amo-).

Además de los principales mecanismo de defensa que enuncia Mandollno (op. cit.), Sarason y Sarason(1980) exponen algunos otros mecanismos de defensa según el enfoque psicoanalista:

-Intelectualización.- Este se observa al afrontar problemas como si fueran hechos susceptibles de una explicación racional y que carecen de contenido emocional y no despierta ansiedad.

-Negación.- Es el mecanismo donde no se admiten los aspectos del ambiente productores de ansiedad. La negación puede relacionarse únicamente con las emociones ligadas a una idea o hecho y también puede consistir en no reconocer la naturaleza del hecho.

-Regresión.- Se retrocede a formas anteriores de conducta que caracterizan una etapa previa del desarrollo. Típica de las personas que sucumben ante el estrés.



-Sublimación.- Se emprende cuando están bloqueadas las formas más directas de satisfacción.(ejemplo, el cambio de deseos intensos por una forma socialmente aceptable).

-Desplazamiento.- Es un cambio de sentimientos y actitudes de un objeto a otro sustitutivo más aceptable.

Además de las estructuras de la personalidad y los mecanismos de defensa el interés de Freud se centro en torno al análisis de las etapas psicosexuales del individuo, como lo menciona Mandolino (idem).

#### -ETAPAS PSICOSEXUALES:

S. Freud consideraba que el individuo pasa por una serie de etapas diferenciadas en el proceso de llegar a ser adulto, importantes para la formación de cualidades características totalmente permanentes.

a)Etapa oral.- Durante el primer año de vida, los placeres y frustraciones del bebé se concentran en la boca. Se dice que la boca es una zona erógena debido al placer que se obtiene al mamar, comer y morder. El desagrado se anula al escupir lo no agradable, y se asocia a una edad posterior con características particulares como el fumar y beber, así como la credulidad, dependencia y sarcasmo.

b)Etapa anal.- En el segundo año de vida, el niño es entrenado para ir al baño. Esta es generalmente su primer experiencia con la regulación del impulso natural, y la necesidad de posponer la gratificación inmediata

En la etapa anal se indica que la manera en que sus padres desarrollan el entrenamiento para ir al baño y las reacciones del niño a ésta, son la base para un número de características futuras como la avaricia, desorden , y destructividad.

c)Etapa fálica.- Este periodo va de los tres a los seis años, predominan los sentimientos sexuales y agresivos, así como las fantasías asociadas con los genitales. Dos importantes complejos se forman en este periodo: el de Edipo y del de Castración.

-Complejo de Edipo.- Se basa en las actitudes de una persona hacia otras del mismo sexo y del sexo opuesto (deseos hacia un progenitor del sexo contrario y sentimientos agresivos hacia el otro).

-Complejo de castración.- En la niña se manifiesta por la envidia hacia el hombre, por su aparato reproductor, por el poder, en el niño existe el temor de ser despojado de sus genitales.

d)Latencia.- Este período interviene entre el final de la etapa fálica y el principio de la pubertad. En este periodo, los impulsos sexuales y agresivos están relativamente inactivos.

e)Etapa Genital.- Se dice que las etapas oral, anal y fálica son narcisistas (satisfacción en sí mismo), debido a que el niño obtiene placer al estimularse sus zonas erógenas (la boca, el ano y los genitales). En contraste en ésta etapa se forman relaciones genuinas con otros, aproximadamente en la adolescencia se busca el placer en otros .

Una vez realizada brevemente los principales conceptos que maneja la teoría psicoanalítica freudiana abordaremos los trabajos posteriores de ésta teoría, en forma particular los vinculados a la relación de pareja.

## 2.2 ELECCIÓN DE PAREJA: AMOR Y RELACIÓN DE OBJETO

Kernberg (1974) plantea un esquema de las formas de elección de pareja, proponiendo que la elección depende del nivel de desarrollo que ha alcanzado la estructuración yoica y del grado de patología existente en cada personalidad. Desarrolla una categorización de configuraciones que va desde la elección más patológica, a la más sana:

a) La primer configuración.- Se encuentran principalmente las personas que presentan una casi total incapacidad para establecer relaciones, tanto genitales como afectivas con otro ser humano. Esta configuración es característica del tipo de personalidad narcisista más severo, correspondiente a la esquizofrenia.

b) La segunda configuración.- Está caracterizada por perversiones sexuales; es el cuadro típico de las personalidades "moderadamente" narcisistas.

c) La tercera configuración.- En esta se encuentra una primitiva idealización del objeto de amor, sobre la que descansa una dependencia infantil y cierta capacidad de gratificación genital de las personas.

d) Cuarta configuración.- Los individuos pertenecientes a ésta configuración tienen la capacidad de establecer relaciones de objeto estables y profundas, pero no pueden obtener una completa gratificación sexual. Aparece en ciertos trastornos del carácter y en las neurosis.

e) La quinta configuración.- Se refiere a la integración normal de la genitalidad, con la capacidad de establecer relaciones de objeto afectivas, estables y profundas que pueden realizar los individuos.

La teoría de Kernberg muestra la importancia del grado de salud mental o de la patología en el proceso de elección de pareja, sin embargo, como indica Lemaire (1979), en una relación de pareja debe observarse que ambos miembros encuentren una ventaja psicológica en la relación que van a constituir.

Es de esperarse que si toman en cuenta las razones de elección de ambos miembros de la pareja, se podrá distinguir una serie de elecciones con características muy especiales.

Para entender a la pareja es necesario saber que la elección es la resultante de una madurez psicológica y biológica que marca un nuevo camino en la vida del hombre, así como la entrega a otra etapa de crecimiento y evolución. Esta implica la decisión de iniciar un compromiso donde se comparten valores y expectativas. No se trata únicamente de un sólo "yo", sino de dos, en combinación e interacción. Se toman del otro nuevas directrices del "super-yo", en conjunto con los impulsos del "ello". Una diada en relación interactuante promueve el reconsolidar áreas incompletas o inestables del "yo" a manera de reestructuración y fortalecimiento (Puget. y Berenstein, 1988 ).

Sanford (1980), enuncia que en la elección de pareja existe una parte consciente y otra inconsciente. En cuanto a la primera, expone que las personas tienden a elegir como compañero a aquellas que tienen un pasado similar al propio.

En cuanto a la parte inconsciente, observa que el ser humano trata de descubrirse en el otro, es decir, a su propia persona; siendo éste evento donde el factor de las identificaciones y relaciones de objeto, de la primera infancia lo que determina factores de búsqueda del yo que espera descubrirse a través del otro.

El trabajo freudiano ayuda a establecer la influencia de la familia sobre la personalidad y la patología (por ejemplo. el caso de Dora, 1905; el Hombre de los Lobos, 1918), trabajo que indica la importancia en los aspectos intrapsíquicos en las relaciones interpersonales; sin embargo existe un enigma en concretar sobre hasta que punto la personalidad es individual, hasta donde familiar, y social, sobre todo para comprender los patrones de relación y la operación de los factores dinámicos a nivel intrapsíquico (Ackerman, 1988).

La dependencia presentada en el individuo se observa al no manifestar una sensación de un yo autónomo respecto a su familia y no logra tolerar las diferencias, y le impide formar relaciones estables y satisfactorias (Rabinovich , 1988).

Es posible enunciar que contrario a la dependencia, si existe una identidad segura y madura, el individuo es capaz de tolerar y valorizar las diferencias de los demás, experimenta y desarrolla su propia personalidad en base a estas diferencias y aceptar al mismo tiempo su propia independencia.

Algunos autores como Bergler (1974), enfatizan cuidadosamente las características del enamoramiento, al cual define como "el sentimiento de la felicidad" y la "supervaloración de la realidad con respecto al objeto amado"(p. 34).

Bergler (op. cit.) considera que la felicidad del amor reside en la realización de tres tempranas fantasías:

a) El estado paradisiaco de la omnipotencia infantil y de los primeros delirios de grandeza.

b) La creencia de ser amado firmemente por los padres.

c) La creencia de que la propia conducta es aprobada y tolerada por los padres evadiendo un sentimiento de culpa.

En este sentido el autor define el amor como un proceso de proyección del ideal del yo.

Continuando en la línea psicoanalista Rattner (1989), expone que en la elección de pareja de van dando introyecciones que van conformando parte de la personalidad de los integrantes, donde se observa una organización polar respecto a esta: agresor-victima; grandiosidad-inferioridad. Que llegan a constituirse como parte del mundo subjetivo interno del individuo.

Hacia el desarrollo individual y de pareja, Aramoni, (1970) indica que los extremos son parte del desarrollo e independencia yoica de cada uno de los individuos de esa relación e involucra también cierto grado de necesidad narcisista en la elección de la pareja dependiendo del desarrollo individual.

Con el amor "romántico", la pareja experimenta la resolución del conflicto dado por la atracción y la sexualidad se vuelve aceptable por el ego, al manifestarse una liberación de la ansiedad. El sentimiento de amor en una primer fase implica en la pareja una redención de la personalidad y convertir a la persona amada en la medida de todas las cosas, aunque sea temporalmente.

En una fase el sentimiento de amor aguda pasa por la pasión sexual y la interdependencia mutua, eventos que eleva la estimación de si mismo de cada uno de los integrantes al fortalecerse la satisfacción de sentirse amado (Alberoni, 1979).

Lemaire (op. cit), citando el trabajo freudiano en relación al estudio psicoanalítico de las relaciones objétales, indica que el objeto se definió como objeto de pulsión en primer instancia, y luego como objeto en las relaciones interpersonales. El objeto es primero aquello donde o por lo cual la pulsión puede alcanzar su finalidad, es el medio de donde obtener satisfacción

Freud (1905) en su trabajo "Tres ensayos para una teoría sexual", denominó en la elección de pareja la "elección por apuntalamiento" (aquella en donde se ama a la mujer que alimenta o al hombre que protege, y a las líneas de personas sustitutivas que descienden de ellos). De acuerdo a éste tipo de elección fue como Freud en 1951, propuso la elección de "objeto narcisista", basado en la relación del sujeto consigo mismo, y se puede enunciar en torno a lo que se ama:

- a) se ama a lo que es sí mismo.
- b) a lo que a sido.
- c) a lo que se quería que fuese.
- d) a la persona que fue una parte de la propia persona.
- e) a lo que se quería tener.

La búsqueda de deseo en un proceso que no sólo se gesta en la infancia, entre la madre y el hijo, sino que continua a lo largo de la vida. El sujeto busca el objeto que brinda la satisfacción a su deseo.

Abordando el objeto de amor que realizan los humanos, Lemaire (ibid) enuncia que la visión psicoanalítica expone un paralelismo entre el amor y las relaciones objétales, el cual a la vez alude a factores como la grandeza del amor y el éxtasis de la pasión sexual, y que en el alcanzar la satisfacción Freud señala la importancia del concepto de "apuntalamiento" de las pulsiones sexuales sobre las pulsiones de autoconservación en el entendimiento de la elección de objeto. Por apuntalamiento se refiere a la zona erógena sobre la cual se poyo la pulsión sexual dependiendo la etapa de desarrollo.

Con la finalidad de comprender con mayor claridad el aspecto narcisista en relación al objeto de amor se cita el trabajo de Tordjman (1986 ), quien considera que el amor tiene dos porturas, o perspectivas de relación:

1) AMOR CAPTATIVO.- Surge cuando la finalidad es satisfacer las pulsiones narcisistas. La persona se miente así misma e ignora los motivos inconscientes de sus elecciones, para llegar al objetivo principal de estas, es decir ser gratificado, la satisfacción inmediata del placer; el cuál es también uno de los principales factores que impulsa a una persona a verse atraída por otra, en la búsqueda y elección de una compañero.

El autor menciona que en éste tipo de relación el amante pide ayuda implícitamente para actualizar las actitudes internas, es decir, busca que le sirva como puente complementario que le permita satisfacer su propio ego. En el amor captativo el sujeto sólo se ama así mismo y se ilusiona creyendo que ama sinceramente al compañero. Es incapaz de lograr una auténtica y directa metacomunicación.

2) AMOR ABLATIVO.- El autor postula que en esta relación, la persona se olvida completamente de sí misma, sacrifica su tiempo y capacidades



En el segundo tipo de amor, el autor considera que los seres humanos lo presentan para consagrarse al placer, al bienestar y a la realización del otro, esto es, en la pareja se busca un compañero a quién rendirse devota e incondicionalmente con el fin de ser querido y no ser abandonado.

El amor ablativo esconde una necesidad de posesión y de infantilismo, por lo que aviva el sentimiento de frustración y rencor con un odio profundo.

Del tipo de amor expuesto por Tordjman se puede decir que generalmente a las parejas les atrae establecer relaciones en base al amor narcisista, captativo, dependiente ablativo, o mezclando ciertas características de cada uno en diversos grados. Lo cual nos indica también diversas formas de relación en los integrantes de la pareja, y sirve de preambulo para continuar con el siguiente apartado.

## **23 VÍNCULOS DE RELACIÓN Y NARCISISMO**

El establecimiento de la pareja humana muestra un camino de interacción que para ser satisfactorio es posible trabajar los aspectos infantiles de la personalidad y posteriormente el logro de una individuación para una relación de pareja. Cuando ambos integrantes de la pareja tienen experiencias favorables, se sienten bien consigo mismos, entonces son más aptos para transmitir sus expectativas.

Tordjman (idem) indica que cuando los integrantes de una pareja tienen experiencias favorables, se sienten bien consigo mismos, entonces son más aptos para transmitir sus deseos y constituirse diferentes tipos de vínculos o relación con base al enamoramiento:

a) VINCULO ADHESIVO (NARCISISTA DUAL)- Se caracteriza por el predominio de fantasías y emociones relacionadas con la posibilidad de aislarse ante la amenaza de separación, o pérdida del otro.

El vínculo adhesivo aparece como una estructura donde los "yoes" se sienten sumergidos en la soledad objetiva, defendiéndose con este tipo de unión.

b) VINCULO DE POSESIÓN (POSEÍDO-POSESIVO)- En éste se expresa el deseo de disminuir la separación y contrarrestar las necesidades relacionadas con el reconocimiento de las diferencias. La separación trata de ser anulada mediante el control visual y auditivo. El sonido de la voz o la presencia permite ubicar al otro en un espacio diferente, no totalmente lejano.

En el vínculo de posesión la interacción resulta de la persistencia de una modalidad de enamoramiento llamada "amor a primera vista", donde se jerarquiza la imagen visual, una variedad de este es el "amor a primera oída", cuando el enamoramiento, tiene como base a la voz del compañero.

Este vínculo es el resultado de intensos sentimientos de persecución controlados, donde son predominantes los celos posesivos, modalidad que recibe el nombre de "celógeno-celoso".

c) VINCULO DE CONTROL (CONTROL- CONTROLADOR) . Se parece al vínculo anterior, aunque tolera una mayor diferenciación entre el yo y el otro yo. Ambos Yoes quieren ocupar los mismos lugares.

El control se ejerce, en el tercer tipo de vínculo se manifiesta a través del intercambio económico, para cuidarse del descontrol, o puede estar ubicado en el nivel de las relaciones sexuales; controlando tanto el placer propio, como el del compañero con el propósito de evitar alteraciones en el objeto y en el propio yo.

El control en éste tipo de vínculo se basa en la existencia de un impulso o pulsión de dominio ejercido con el fin de asegurarse una posible salida de la soledad o del desamparo, ejerciendo una acción directa sobre otro yo.

d) VINCULO AMOROSO (SER QUERIDO - QUERER) .-En esta relación, las emociones concurrentes pertenecen a la resolución del Edipo, a la ternura y al cariño. Aparece reciprocidad e interés por el otro. Es una modificación y transformación de los vínculos descritos, donde se manifiesta la aceptación plena de la inclusión.

e) VINCULO DE ESTRUCTURA DUAL .-Se caracteriza por el predominio de un vínculo de tipo fusión dominado por la idealización mutua. Casi siempre parcial. Puede darse una relación de simetría, a la cuál el autor llama de simetría estable.

Es importante señalar que en cada relación que entabla el ser humano existen aspectos individuales que cada integrante no puede separar de si mismo, existen diferentes identificaciones, diferenciaciones ( identificación de la masculinidad y femineidad; el papel que contexto en el que se relaciona y nos hace diferentes de los demás, por ejemplo), situaciones que se vierten en la relación ( Duval, Wincklund.R. A., 1972).

En la línea psicoanalítica se encuentran los escritos de Pichón Riviere (1980), el cual describe al vínculo desde un punto de vista consciente e inconsciente, de lo cual distingue dos tipos: el "racional en donde el grado de claridad o conocimiento de la naturaleza del vínculo es mayor y el "irracional" que se caracteriza por la inconsciencia del vínculo.

Considerando lo expuesto, en seguida se retomará algunas consideraciones que intervienen en las relaciones de pareja, como un forma particular de la socialización que encuentra el "yo" para adaptarse e interactuar con los que le rodean.

Si se considera que en gran número de parejas existen sentimientos encontrados entre el amar a una persona o dejarse amar, entre sentirse satisfecho de su relación ó percibir que da más de lo que recibe, o que su pareja no se compromete con la relación; así como la existencia de sentimientos inconscientes de envidia, aidez, necesidad de poseer y una tendencia también Inconsciente de devaluar y dañar lo envidiado, nos da la posibilidad de abordar el estudio del narcisismo (amor a sí mismo).

El narcisista proyecta sus atributos personales ante el otro, para complementarse y sentirse menos inseguro. Muchos de ellos entablan relaciones con quienes refuerzan a su propio sí mismo ideal (anhelo de su propia persona) y en tales circunstancias les resulta aceptable sentirse aceptados y conectares con ellos (Kernberg, op. cit.)

El enamoramiento en el narcisista es sentido como algo donde nadie le puede alcanzar, por el omnipotente egocentrismo sobre su persona (Lemaire, op. cit.).

Kenberg( op. cit.), Indica que al abordar el estudio de la conducta de las personas conocidas como "Don juanes ", se puede destacar que en ellos existe una antigua oralidad, una envidia latente del sexo opuesto, así como los mecanismos de rechazo y desprecio que son sus principales factores psicodinámicos. La personalidad narcisista tiende a establecer relaciones de amor pasajero o fugaz, demostrando en sí una gran incapacidad para comprometerse por miedo a perder libertad, o a verse controlado.

Lemaire (idem. ), indica sobre el proceso de atracción mutua en la elección de pareja, un planteamiento donde asume que lo que orienta a la elección de pareja es la esperanza inconsciente por ser ayudado o protegido de los conflictos intrapsíquicos mediante el uso del compañero elegido.

El autor considera que en la percepción de una problemática común se realizan formas de relaciones complementarias y simultáneas consideradas como "colusión", donde se da un juego inconsciente de relación de las actitudes de los integrantes de la pareja, cuyo desarrollo afectivo está definido por caracteres comunes, ligados en cada quien a la problemática reprimida personal no resuelta aún y que escapa a ambos de la consciencia.

Ejemplo de lo anterior es la colusión narcisista, en la cual se observa que la necesidad del individuo, o de la pareja radica en que el compañero afirme y realce la imagen del compañero.

Se acepta que todo ser humano tiene la necesidad de que se le afirme, o reconforte, sin embargo, la relación de pareja puede producir el mito de Narciso y entonces uno o ambos busquen exclusivamente el reconocimiento y el halago a su ego.

Otros tipos de colusión son los siguientes:

-Colusión Oral.- Reproduce un modelo de relación que prevalece desde la infancia. Las necesidades de maternidad o dependencia oral llevan a reproducir en el guión la pareja "madre-hijo", o la pareja "padre-hija".

-Colusión Sádico-anal.- Tiene su base etiológica en una fijación hostil, que corresponde a la etapa anal.

El sádico se muestra dominante y prepotente, mostrándose como "vencedor", por que en la contraparte de su personalidad se siente "vencido", humillado, y agredido.

El masoquista desarrolla en su personalidad no sólo la actitud humilde, sino también el comportamiento provocador, la tendencia autodestructora y la necesidad de sufrir. Cada vez que se aproxima al placer, o a la felicidad que busca, se ve invadido por culpabilidad originada en la temprana infancia, así como de miedo al castigo, hasta el punto en que se ve obligado a huir o a convertir su placer en sufrimiento.

-Colusión fálica-edípica.-En esta relación, aparecen como características típicas los comportamientos de seducción y retirada de la mujer histeroide y la perpetua búsqueda de los don juanes, nunca satisfechos porque no logran identificar a ninguna mujer con el Inaccesible Ideal materno.

Cada colusión es una tentativa de tipo defensivo, así como un marco de estructuración para la pareja. Sin embargo, para cualquiera de las variaciones individuales, la colusión representa un fenómeno, o un proceso general dinámico enfermizo (Lemalre, op. cit).

Cada una de las clasificaciones expuestas en ambos capítulos, observan a la pareja desde un punto de vista distinto, en base al cual realizan su división; sin embargo, coinciden en aceptar que existe un tipo de relación óptima a la que puede aspirar una pareja. De tal forma se continuará en el siguiente capítulo explorando el proceso de interacción de pareja y la familia de origen desde el punto de vista sistemático ya que al hablar de pareja no se puede olvidar que para que dos seres estén unidos o relacionándose entre sí existe una historia familiar que antecede a la misma.

## **CAPITULO III RELACIÓN DE PAREJA DESDE EL PUNTO DE VISTA DEL MODELO SISTÉMICO.**

### **3.1 LA TEORÍA GENERAL DE LOS SISTEMAS.-**

Hablar del origen de la Teoría de Sistemas nos remonta a los trabajos Bertalanfy y Bateson. Fue Bertalanfy quién en 1928 introdujo algunos conceptos tratando de desarrollar un enfoque orgánico a los problemas biológicos; conceptos que más tarde dieron forma a su Teoría General de Sistemas publicada en 1945.

La teoría General de los sistemas surge en oposición a la tradición reduccionista y mecanicista de la ciencia que pretende explicar los fenómenos utilizando una serie de procesos lineales de causa y efecto que aislan y limitan lo más posible el efecto de variables no controladas. Es importante notar que este tipo de visión no sólo se refiere a las diferencias de pensamiento entre los teóricos de sistemas y experimentalistas o reduccionistas, sino que el pensamiento fenomenológico tiene mayor cabida en la teoría de sistemas aunque no sea descrito como tal. Así como el pensamiento oriental ha encontrado caminos para salvar el obstáculo del lenguaje utilizando metodología de acercamiento a los objetos y al mundo en general, en busca de romper con la estructura impuesta por el lenguaje y el pensamiento lineal y lograr el salto al pensamiento unitario o total (Hoffman, 1987).



Dentro del campo del comportamiento humano, esta teoría ha generado una acogida ambivalente, ya que ha sido considerada por algunos grupos interesados en el campo de las interacciones sociales como revolucionarias, mientras que en el campo de la psicología experimental y del psicoanálisis individual como portadora de nuevos puntos de vista (Friedberg, 1986).

Los conceptos introducidos por Bertalanfy son los de:

a)TOTALIDAD.- Un sistema en su conjunto es cualitativamente diferente a la suma de sus elementos individuales y se "comporta" de un modo distinto, no es una sumatoria de los componentes sino que posee una complejidad y la originalidad propias, todo cambio que afecte a una de las partes afectará a las otras y hace que todo el sistema pase a ser diferente de lo que antes era (Adolfi, 1972).

b)ORGANIZACIÓN ( sinónimo de sistema).

c)RELACIONES.- Describe la manera y el grado en que las parte de una relación llegan a un consenso sobre lo que es aceptable para el otro en la relación, es decir, las reglas que son básicas para la misma (Simon, 1988)

Otros conceptos de la teoría de la teoría general de los sistemas son los de:

l)ORGANIZACIÓN.- Este concepto es sinónimo de sistema, ya que éste último se define como la organización consistente de las partes que lo componen.

La organización constituye una totalidad de las partes que la componen, así como también la organización misma. La Teoría General de Sistemas propone que ningún sistema puede ser explicado o comprendido un vez que se ha dividido, propone que ningún sistema puede ser explicado o comprendido una vez que se ha dividido, propone además que ningún elemento o subgrupo del sistema puede actuar independientemente (Freiberg, op. cit.).

2) LÍMITES.- Los límites son las reglas que definen que y como interactúa cada miembro del sistema y se caracterizan por la permeabilidad, es decir, la facilidad o dificultad con la que se realiza el intercambio de energía e información del medio ambiente.

Su explicación se dificulta por la arbitrariedad con la que generalmente se colocan. Al referirse a un sistema como la pareja o la familia, se toman en cuenta para la consecución de los límites, otras variables además de las psicológicas, como son las sociales e inclusive las temporales.

Las características de los límites son muy importantes en los efectos que causan sobre el desarrollo de sus miembros, ya que una falta de ellos lleva a una pérdida de la identidad como sistema, mientras que de un exceso o rigidez provocaría la muerte del sistema por falta de nutrientes psicológicos (Friedberg, idem).

La claridad y precisión de los límites contribuye al adecuado funcionamiento familiar sin interferencias indebidas. En la pareja los límites rígidos se expresan en aislamiento, pero si por el contrario éstos son flexibles, otros grupos tienen posibilidad de interferir en su funcionamiento observándose límites disgregados, amalgamados, ó claros (Minuchin, 1981).

3)JERARQUÍA.- Por sí misma enseña la estructura de la organización definiendo la función del poder y sus estructuras en las familias. Dentro de la organización hay elementos que tienen una estructura de mayor peso o valor jerárquico y que el modificarlo, conduce a un cambio mayor en el sistema.(Simon , op. cit.)

Podemos mencionar que aunque en una familia nuclear, la tendencia es que los padres tengan mayor jerarquía que los hijos, esto no siempre es el caso, especialmente cuando se dan alianzas padres-hijos. En otros casos en los que una sintomatología llega a modificar la estructura familiar. es importante notar como influyen las interferencias de los abuelos u otros familiares que ejercen autoridad ante la pareja y los efectos que éstos pueden causar (Shields, 1986).

4)CONTROL.- Este término no se refiere a una interrelación rígida entre los elementos, sino que puede establecerse para que el -

intercambio sea significativo y con el grado de libertad requerido. En la Teoría General de Sistemas la clave para el cambio está determinada por la posibilidad de adaptación controlada y sus mecanismos para llevarlos a cabo. Como en el caso de la organización, los extremos del control son dañinos, ya que su ausencia provoca una condición caótica que impide el desarrollo. Mientras que la rigidez excesiva también bloquea el desarrollo de sus miembros y restringe la libertad de conciencia e intercambio con elementos nutrientes del exterior, limitando sus interacciones a conductas estereotipadas (Adolfi, op. cit.).

5)HOMEOSTASIS Y RETROALIMENTACIÓN.- El término homeostasis fue acuñado en terapia familiar aludiendo a las observaciones acerca de la resistencia al cambio en las familias. Se señala que en la medida en que un paciente identificado mejora, alguien más dentro del sistema familiar, empezaba a mostrar alguna sintomatología (Jackson, 1967).

El término homeostasis ha sufrido algunas modificaciones en el transcurso del tiempo. Hoffman (op. cit.) sugiere conceptos de morfostasis y morfogenésis en el estudio de la conducta del hombre. Por morfostasis señala el abarcar las características del sistema que le permite mantener una constancia frente a los cambios ambientales, logrando mantenerse así por un mecanismo conocido como retroalimentación negativa o activado por el error como por ejemplo se refiere a una persona tratando de clavar un clavo, e intentando corregir su posición mediante las desviaciones visuales o auditivas que lo desvían de su objetivo. El concepto de morfogénesis abarca el cambio que necesita acontecer en el sistema a través del tiempo y se genera mediante retroalimentación positiva o mediante la ampliación de desviaciones que permiten la adaptación a cambios ambientales, como por ejemplo: el invento del martillo.

El concepto de homeostasis se ha utilizado en relación al proceso destructivo que vive el sistema, representa el concepto de revolución dentro de un sistema y puede aplicarse sólo cuando la evolución es imposible. En los sistemas vivos la evolución es claramente aceptable, requiriéndose el proceso destructivo sólo donde su propia rigidez impide el crecimiento

6)RESTRICCIÓN Y ENTROPÍA- La palabra restricción es sugerida como sinónimo de la estructura requerida para la sobrevivencia de cualquier sistema vivo, en contraposición al caos o entropía que daría lugar a la variedad que sería el cambio bajo cierto control. Estos mecanismos de retroalimentación operan en los niveles de estructura de la organización, por ejemplo: una contraposición entre la autoactualización de algún miembro de la familia que al mismo tiempo destruiría la integridad de ésta (Hoffman, idem ).

Tratar de comprender cualquier fenómeno social desde la Teoría General de Sistemas nos llevaría a incluir los efectos en un sistema primario (individuo) y el continente de éste "la familia". También en orden descendente se observaría al sistema individuo y al mismo tiempo que se analizan el efecto sobre otro sistema (Boszormenyi-Nagy y Framo, 1982).

De acuerdo a los planteamientos observados, se puede decir que la pareja desde el punto de vista sistémico puede ser considerado como un sistema en donde su conjunto es cualitativamente diferente a la suma de sus elementos individuales, por ello se continuará el abordaje de la pareja bajo éste enfoque.

### **3.2 LA PAREJA COMO SISTEMA**

La pareja es un sistema abierto, constituido por los subsistemas hombre-mujer que es circular (al tener procesos de interrelación en un contexto de espacio y tiempo), y es estable en caso ideal (si los integrantes lo consideran de importancia para ambos). Este sistema también posee un grado de organización interna y un cierto nivel de funcionamiento autorregulador.

El sistema de la pareja se encuentra formado parte de otros suprasistemas como la familia de origen, la comunidad, la sociedad. Un aspecto fundamental que se puede retomar para determinar la identidad del sistema de la pareja son sus límites. Si se considera que en un sistema el proceso del establecimiento de los límites se inicia a medida que el sistema comienza a funcionar, y se observan las características que se manifiesta a través de la presencia o ausencia e determinado tipo de interacciones (toma de decisiones, formas de relación con las personas, por ejemplo) son aspectos que tienen por objeto volver al sistema más eficiente por medio de la retroalimentación con el entorno, propiciando el mantenimiento de un equilibrio interno (Bowen, 1989).

El límite de la diada determina una zona que posee el sistema tanto de los suprasistemas como de los subsistemas propios (las personas como individuos), y que circunscribe una identidad propia en el espacio y en el tiempo. Dentro de los puntos extremos, la pareja puede estar delimitada rígidamente con respecto a exterior (pareja cerrada en su relación) o puede haber confusa delimitación con el exterior con pérdida de la identidad en la relación. A este último fenómeno se le denomina Familia de tipo amalgamado". En ella, los elementos que conforman un nuevo subsistema, no cobra independencia de su subsistema, no cobra independencia de su subsistema original (Minuchi, ob. cit.).

Al incorporarse nuevos elementos a un sistema, sus interacciones pasan a formar parte de los mecanismos homeostáticos del subsistema original. Al respecto, Willi (1978), señala como un principio básico para el éxito de la relación de pareja son sus límites en cuanto al exterior y en cuanto al interior.

Las características fundamentales del sistema de la pareja son:

a) TOTALIDAD.- El sistema de la pareja es una organización interdependiente en la que la conducta y expresión de cada uno influye y es influida por el otro. Así la pareja no puede explicarse exclusivamente como la sumatividad de los miembros que la componen, ya que la modificación de un miembro implica la del otro, pasando el sistema de un estado a otro de equilibrio.

b) RETRIALIMENTACIÓN.- Para que el sistema de la pareja pueda sobrevivir, tiene que estar adaptado a las demandas del medio ambiente que recibe a través de la retroalimentación, con el objeto de que regule sus variables y le provea de un equilibrio interno y logre su estabilidad.

El sistema de la pareja se relaciona por medio de un elemento de enlace denominado retroalimentación. La retroalimentación consiste en un proceso circular, en donde la salida de información actúa como monitor, sobre la respuesta y de esta manera al sistema le es posible regular, estabilizar o dirigir su acción.

Existen dos tipos de retroalimentación :

1.- La retroalimentación positiva.- Llamada también función morfogenética, es aquella en la que la información recibida incrementa los procesos de desviación del sistema. La retroalimentación positiva lleva al cambio, a la innovación, a la pérdida de la estabilidad y del equilibrio.

2.- la retroalimentación negativa.- Es la función morfoestática que es la regulación del libre interjuego de fuerzas y mutuas interacciones entre los miembros que constituyen la pareja, debido a la tendencia del sistema hacia el equilibrio. (contrarresta las desviaciones generadas por la retroalimentación positiva.)

Una relación apropiada entre las propiedades morfogenéticas y morfoestáticas, permite una adaptación óptima en función de los cambios que aparecen en el transcurso del desarrollo del subsistema, así como en las interacciones con los otros sistemas. En una situación óptima se debe favorecer una adaptación favorable entre los sistemas de la pareja, familiar y social. Paralelamente se tienen que permitir situaciones de "crisis" y cambios en función de la evolución del sistema.

c) EQUIFINALIDAD.- Es aquella propiedad que poseen los sistemas abiertos, según la cual el estado del sistema está determinado por la naturaleza de la relación y no por las condiciones iniciales de la misma. Es por ello, que según su organización -el funcionamiento del sistema- una pareja podrá llegar de un estado u otro

En conclusión, la pareja es un sistema , en donde cada una de las partes esta relacionada con la otra; en que la conducta de cada uno es producto, además de su estructura interna de personalidad, del conjunto de circunstancias que les rodean (el contexto), de la interrelación de sus miembros, cuestión que se retoma para el abordaje del siguiente apartado.

### **3.3 COMUNICACIÓN .**

Cuando la relación entre dos personas se estabiliza, el sistema ha llegado a un acuerdo sobre una amplia gama de áreas de contenido y el tipo de conductas que quedan incluidas o excluidas en su relación.

Una condición básica para llegar a este mutuo acuerdo que permita alcanzar la armonía en la relación, es lo que Rogers en 1972 (en Whitbourne, 1979) denomina "coherencia personal". Se entiende por coherencia la exacta adecuación entre vivencia, conciencia y comunicación personal. Es un comportamiento genuino e integrado que incrementa las posibilidades de una relación estable con la pareja, lo que permite una comprensión mutua más precisa de los mensajes verbales y no verbales emitidos , una mejor adaptación y por consiguiente una mayor satisfacción en la relación.

A partir de la coherencia personal, se formulan las cláusulas de los contratos individuales que regirán las interacciones de la pareja, base para el planteamiento de expectativas futuras.

Sager (1976 ) entiende por "contrato individual los conceptos expresados y tácitos , conscientes e inconscientes, que posee una persona con respecto a sus obligaciones y a los beneficios que espera obtener .



Es necesario comprender, que si cada integrante de la pareja tiene cierto grado de conciencia de sus principales deseos y necesidades, es común que no advierta como se relacionan sus expectativas con las expectativas implícitas de su pareja . En ocasiones el individuo actúa como si estuvieran claramente estipuladas en un contrato real las condiciones y obligaciones de la relación, las cuales al no cumplirse (sobre todo si pertenecen a el área del inconsciente), se reacciona con manifestaciones de recelo, ira, ofensa o retraimiento y provocan una desavenencia

La comunicación humana desde el punto de vista sistémico se desarrolla en varias áreas: SINTÁCTICA (abarca los problemas relativos a la transmisión de la información), SEMÁNTICA (su preocupación central es el significado), y la PRAGMÁTICA (su objetivo es explorar los efectos conductuales que se presentan ante la comunicación).

Watzlawick (1976) en su obra literaria "Teoría de la Comunicación Humana", resume este modelo en los siguientes aspectos:

a) LA IMPOSIBILIDAD DE NO COMUNICAR.- La comunicación incluye consecuencias interpersonales básicas y puede ser entendida como "conducta"; así pues, cualquier comportamiento ya sea verbal, o no verbal, lleva implícito un mensaje a través del cual se interactúa con el exterior y con uno mismo.

b) NIVELES DE CONTENIDO Y RELACIÓN DE LA COMUNICACIÓN.-

La comunicación adquiere compromiso y define nuestras relaciones, entonces, es posible distinguir los niveles de contenido y de relación que imponen ciertos tipos de conducta:

-Aspecto Referencial.- Puede definirse como el contenido. Se refiere a cualquier cosa que sea comunicable, al margen de que sea verdadera o falsa, válida o indeterminable.

-Aspecto Connativo.- Se refiere al tipo de mensaje, que debe entenderse acentuando las características no verbales como tono, expresión facial, acento y otras manifestaciones que acompañan el mensaje.

-Aspecto relacional.- Ambos aspectos definen el tipo y las características de relación que se establezcan en un sistema.

c) PUNTUACIÓN DE LA SECUENCIA DE HECHOS.- En la interacción que se establece con el intercambio de mensajes, se puede presentar la puntuación que es la manera personal de organizar los hechos de la conducta en los cuales puede existir el acuerdo o el desacuerdo.

Para entender lo anterior se hace la siguiente cita: "La naturaleza de una relación depende de la puntuación de las secuencias de comunicación entre los comunicantes" (Watzlawick, op. cit., p. 72).

d) INTERACCIÓN SIMÉTRICA Y COMPLEMENTARIA.- Los intercambios de comunicación pueden concebirse en términos de simetría y complementariedad. Tales conceptos no deben entenderse como "buenos" o "malos", sino como categorías que se distinguen por determinadas funciones dentro de las relaciones interpersonales:

-Simetría.- Se caracteriza por la igualdad entre los sujetos en interacción. En tales circunstancias en una relación simétrica existe el peligro de la competencia, que puede convertirse en una escalada que define a la interacción simétrica y se transforma en un "guerra" más o menos abierta.

-Complementariedad.- Esta basada en un máximo de diferencia entre las posiciones de sus participantes. Uno ocupa la posición superior o primaria, mientras el otro ocupa la posición correspondiente inferior o secundaria. El carácter mutuo de ambas conductas está interrelacionado y tienden a beneficiarse una a otra.

e) COMUNICACIÓN DIGITAL Y ANÁLOGA.- La comunicación es un complejo que se desarrolla a través de varios caminos. Analógicamente y Digitalmente:

-Analógica.- Se conforma de todo aquello que sea comunicación no verbal, incluyendo todas las manifestaciones no verbales que el organismo sea capaz de producir: postura, gestos, expresión facial, inflexión de la voz, secuencia y ritmo de las palabras, silencio, etc.

-Digital.- Incluye lo verbal y el símbolo como organización del lenguaje. Los calificadores e indicadores para establecer una distinción en el tiempo se pueden identificar en este tipo de comunicación.

De acuerdo al planteamiento realizado se puede indicar que la pareja es un sistema abierto que posee un grado de organización interna y un cierto nivel de funcionamiento autorregulador, donde el proceso de establecimiento de las reglas.



## **CAPITULO IV FACTORES QUE INFLUYEN EN LA ELECCIÓN DE PAREJA**

### **4.1 ELECCIÓN DE PAREJA Y LOS FACTORES QUE INFLUYEN EN LA MISMA.**

El estudio de la relación de pareja tiene diversas vertientes a partir de las cuales se puede justificar su trabajo al abordar los constantes cambios de carácter social que repercuten en el grado de complejidad y en las transformaciones de las relaciones interpersonales, expectativas, fantasías, idealizaciones, entre otros, por eso es importante considerar los aspectos determinantes que influyen en las relaciones que se entablan, entre ellas la elección de pareja.

Virseda (op. cit.) considerará la relación de pareja como un proceso complejo y largo determinado por diversos factores cuya combinación da por resultado que la relación se vea modificada ya sea hacia la conformación de la vida en común, o una ruptura. Ejemplo de lo anterior son los siguientes factores.

**a) FACTORES BIOLÓGICOS.-** El hombre como especie viviente cuenta con un bagaje biológico cuya característica común da un emparejamiento de dos seres de sexos opuestos con el fin de perpetuar la misma. El proceso para llevar a cabo su función "parece" deberse a una serie de estímulos y respuestas programados para tal evento, en los que intervienen estímulos químicos, visuales, auditivos, conductas desencadenantes y desencadenadas que circunscribe una interacción compleja de la pareja.

La razón de la programación visualizada se basa en la sobrevivencia de la especie humana, unida al instinto sexual, a la necesidad de ser protegido y de proteger, para lo cual es posible que exista un esquema en ambos sexos que sea atractivo a ambos.

La razón de la programación visualizada se basa en la sobrevivencia de la especie humana, unida al instinto sexual, a la necesidad de ser protegido y de proteger, para lo cual es posible que exista un esquema en ambos sexos que sea atractivo a ambos.

Por mucho tiempo se sostuvo la idea de que la sexualidad del hombre al igual que en los animales funcionaba más o menos en forma exclusiva con respecto a la reproducción. Aún así se sabe que en el hombre se añade otra dimensión al sexo. Como el hombre y la mujer pueden ser receptivos al juego y relación sexual en cualquier momento, el sexo se hace más que una necesidad propiamente reproductiva, se transforma en una actitud placentera. De esta manera, es importante señalar que tal pensamiento no debe ser sobreentendido ni subestimado, ya que en tal caso, es indispensable considerar tanto los mecanismos biológicos de la reproducción como las variantes individuales y sociales del comportamiento (Foucault, 1984)

b)FACTORES CULTURALES- En cada cultura se determinan sus normas, creencias y valores, lo que al hombre y la mujer los representa como tal, y la relación deseable entre ambos. Los factores económicos y demográficos juegan un papel importante sobre los roles a desempeñar en las ocupaciones y distribución del trabajo.

Dentro de cada cultura se enmarcan expectativas de lo que debe ser la relación de pareja, las formas de interacción de los sexos, comprobándose en los estudios de diversas culturas o de una misma cultura pero en diferentes épocas (Murstein, 1980; Sussman y Steinmetz, 1988, cit. en Vrseda op. cit.).

Para entender el papel de la cultura y la relación de pareja es necesario enunciar que en ambas existe una enraizada relación observable en los siguientes rubros:

-Contexto.- Se refiere a los diferentes grupos dentro de una cultura compleja con sus particularidades que son diferentes en cuanto a zona de residencia, oportunidades educativas, laborales, de diversión y de asociación, y otros aspectos de una comunidad. De tal forma, el contexto determina el lugar de conocimiento de los sexos y a quién se podrá conocer con mayor o menor posibilidad, así como a los apoyos que el grupo puede dar o retirar a la pareja.

-Modelos.- Este refiere a las personas que viven en derredor de la relación de pareja y que van a servir de modelos a imitar o rechazar según el impacto que llegue a tener en las generaciones que observan sus conductas y los efectos. Los padres y otros matrimonios cercanos a los niños son los que van a tener mayor probabilidad de influencia, y no tanto la influencia dada conscientemente sino la que se transmite sin querer con el ejemplo. Las personas no eligen y se casan con otra persona sino con una familia de la que la persona elegida es un miembro.

El modelo de relación con el otro sexo se vive principalmente en la familia siendo la madre el modelo de atracción femenino para el niño y el padre para la niña. Las expectativas de los niños con los padres son decisivas para la conformación de la identidad sexual y de las expectativas con respecto al otro sexo y la relación de pareja. Así también, las expectativas familiares con los padres y los hermanos del propio y del otro sexo quedan archivadas en imágenes que contribuyen como guía en el proceso de selección de una pareja (Willi, 1978; Lartigue y Vives, 1992; Vives, 1992; Downing, 1992, cit. en Virseda, op. cit.).

El modelo de los padres no es lo único que se retoma en una relación de pareja, sino otros factores más directos como las presiones psicológicas y económicas que los padres han ejercido para intentar controlar las elecciones adecuadas de los hijos, por ejemplo, en el siglo XVI en Latinoamérica predominaba la elección individual, contrario a lo que sucedía en otros países en la misma época en los que se observaban matrimonios "arreglados" por conveniencia socioeconómica (Thibault, O., 1971).

c)FACTORES PERSONALES.- Se puede observar en este grupo los factores que cada ser humano posee, en él existe algo distintivo, una forma de relación con su entorno, de reacción y adquisición de conocimientos y conductas que nos habla de un sello particular de identidad.

En cada persona esta plasmada un forma concreta de valores y expectativas referentes a la relación de pareja. Aún con los factores comunes que se comparten con una cultura, cada miembro de un grupo o sociedad se distingue de los demás. Existe una evaluación de la valla de uno mismo, las habilidades en el encuentro con las personas del otro sexo, las apreciaciones de tiempo y oportunidades, alternativas y las formas de enfrentarse a ellas, los gustos, preferencias, ilusiones, decisión de continuar en una relación, donde se hacen patentes los estados de ánimo, como: insatisfacción, soledad, temor, entre otros. (Virveda, Idem)

Algunos de los autores que trabaja terapia familiar como lo son Lynchm C. y Blinder, M. (1983) exponen que independientemente de la corriente de labor, las personas se eligen dentro de un nivel semejante de madurez y diferenciación emocional; se selecciona no racionalmente sino según sus ilusiones infantiles y con sus temores.



d)FACTORES INTERACCIONALES.- Dentro de estos factores se encuentran la calidad de la relación su duración y conformación una vez que se ha iniciado la relación. Dependiendo, no de las personas en forma aislada sino de la pareja misma, de todo aquello que ambos aporten. Existen situaciones de interacción positiva o negativa, expectativas concordantes o dispares, con lo cual las interacciones y sus efectos envuelven la relación.

En este bloque de factores se menciona la comunicación (verbal o no verbal), las habilidades sociales que se posean (manejo de conflictos, grado de empatía, capacidad de negociación, entre otros). Así, la pareja puede tener casi todos los factores a su favor para proseguir en una relación, no obstante, por diversas razones su relación se puede ver amenazado por situaciones internas (de ambos) o externas que no pueden ser enfrentadas.

#### **4.2 CICLO VITAL DE LA PAREJA.**

El proceso de formación de una pareja no es algo uniforme sino que pasa por diversas etapas mezclando elementos conscientes e inconscientes. Hay situaciones inexplicables como el que una persona desea encontrar una pareja y no la halla, mientras que otra no la desea y la encuentran.

En la búsqueda de la pareja el ser humano pasa por diferentes fases. Sternberg,( lóp. cit.) enuncia tres de ellas que van desde el momento en que dos individuos no se conocen, el inicio de una relación, hasta la decisión de un compromiso o la ruptura final de la relación.

A)PRIMERA IMPRESIÓN.-En esta fase se entrelazan cinco factores que la persona puede controlar o no.

1) Factores no controlables.- En una reunión de personas un individuo puede encontrarse con varias personas de un sexo o de otro, donde no siempre todas tienen el mismo grado de atracción,; sin embargo se forma una impresión que facilitará o dificultará el proceso de conocerse dos personas en forma particular, se continúe una relación o se rompa todo contacto.

En la primer fase, la impresión está determinada por señales auditivas, visuales, olfativas que corresponden a programas genéticos, a imágenes significativas y a estereotipos culturales. Al contar el hombre con una parte sensitiva el aspecto físico es importante y suele ser el elemento que repercute para continuar con el proceso de relación.

2)Contexto.- Hablar de la primera impresión en el proceso de elección de pareja cobra significado a partir del contexto específico que ya indica las posibilidades que se pueden realizar; así es distinto si el encuentro se da en una reunión familiar, en una fiesta popular, ó en un acto público.

3)Estado anímico.- Es un factor que se sitúa como una circunstancia innegable, ya que la situación momentánea anímico-afectiva tiene su relevancia en el avance o retroceso de las expectativas con respecto a la búsqueda y actitud ante un posible candidato.

4)Aspectos controlables.- En esta fase actúan variables de intercambio como son las miradas, sonrisas y otras formas para hacer el contacto más espontáneo, para aumentar el deseo de conocerse. Las habilidades sociales de cada uno son en este momento decisivas pues se requiere captar las señales positivas o negativas del otro así como la capacidad de responder adecuadamente.

5)Acercamiento.- Dentro de la primera impresión se observan algunas interrelaciones a cierta distancia, se necesita un acercamiento para comprobar esa impresión, se debe superar la timidez, el riesgo de hacer el ridículo y el temor a ser rechazado para facilitar el contacto inicial y mantener un diálogo que empiece a fortalecer la impresión positiva y posibilitar un avance en el proceso.

B)PERIODO DE PRUEBA.- Después de la primera impresión (siendo esta positiva) sigue un periodo de prueba durante el que se empiezan a explorar los aspectos positivos de la persona, sus ideas, sentimientos y valores así como la concordancia de éstos con los propios. Es un periodo de conocerse y explorar más a fondo, donde la inseguridad, la ambivalencia y de las ilusiones se hacen presentes.

C)CONSOLIDACIÓN.- Transitado un poco el camino del conocimiento del candidato, comienza el fortalecimiento de la relación a través de la retroalimentación que promueve la relación; el entorno social puede influenciar el proceso incrementando el proceso positivo de la pareja o rechazándolo.

En esta etapa se van detectando los aspectos complementarios de lo que cada quien necesita y anhela encontrar en el compañero que se admira y del que se espera mucho. Aquí se observan los aspectos en los que coincide la pareja y los que son distintos, pero también se encuentra un proceso paralelo de diferenciación y separación de la familia de origen

Las conductas de cortejo se van dando a lo largo de cada fase, se hace visible el coqueteo y flirteo que la pareja realiza para adentrarse en el conocimiento de ambos, decidir un compromiso( por ejemplo vivir en unión libre, matrimonio, formar una familia ) ó planear la ruptura para iniciar un nuevo proceso o cumplir otras expectativas.

Las fases descritas nos habla de un proceso donde dos personas son desconocidas, sin embargo en el caso de que las personas ya se conozcan el proceso iniciaría evidentemente por la segunda fase .

Surra en 1985 (cit. en Virseda, op. cit.) expone que el proceso de elección de pareja no es lineal, que pasa por diferentes fases y van acompañadas del "enamoramiento", como el acelerado rápido, el acelerado retardado, el intermedio entre el de tipo rápido y el lento o retardado; lo cual depende de las impresiones de los integrantes, de la idealización de la otra persona, de las expectativas y emociones.

En los trabajos de Surra que se han citado se expone también que en el transcurso de las fases aparecen los "aceleradores", y los "inhibidores" de la relación. Los primeros son interacciones y eventos favorables que incrementan el curso positivo de la relación.

Entre los factores que se pueden mencionar la idea de hacer una vida en común, la creencia de que el otro es el único, insustituible, las presiones sociales, lo cual puede culminar en el compromiso de formalizar la relación mutua, duradera, exclusiva y oficial. Mientras que los "inhibidores" son elementos en contra de la formación de pareja -como son los miedos, indecisiones, dudas que pueden llevar a una crisis que agranda o aumenta el grado de insatisfacción y conflicto llevando en el peor de los casos a una ruptura.

Al continuar Surra sus trabajos sobre la conducta humana y la relación de pareja en 1990 (cit. en Virseda, idem ) maneja cuatro modelos del proceso de interrelación en la pareja:

I) Diferenciación gradual.- En este modelo se visualiza a la relación de pareja transcurrir en periodos alternados y continuos de avances y retrocesos.

II) Determinismo temprano.- Aquí la relación y su devenir se pueden predecir por su temprana determinación desde los inicios de la relación.

III) Convergencia y divergencia creciente.- En este modelo las cualidades de la relación van apareciendo en el transcurso del tiempo; la pareja va construyendo su mundo y por lo tanto también su futuro.

IV) Fases progresivas.- Se observa un paso continuo entre la evaluación de la pareja, la interrelación y el conocimiento de los valores y roles de la pareja.

#### **4.3 COMPONENTES EN LA DINÁMICA DE LA PAREJA**

El análisis de la dinámica de la relación de pareja está conformado por aquellas características que intervienen en su interacción. Actualmente existen varias propuestas teóricas e investigaciones que pretenden abarcar el tema de manera particular y específica.

En investigaciones con respecto a la interacción de la pareja, Hoffman en 1981 examinó a la familia como un sistema en constante transformación, con tendencias al cambio y a la homeostasis. Aunque aparentemente contradictorias, Hoffman consideró que ambas fuerzas, estabilidad y cambio son necesarias y que el grado de balance de estas es un índice sobre la adaptabilidad de la pareja (Kovacs, 1983).

Por otra parte, Hervada (op. cit.), considera que uno de los elementos en la convivencia de la pareja humana es el amor. Sondeando lo anterior, realiza la siguiente división :

a)Etapa de conocimiento inicial.- En este periodo se origina la búsqueda de un ser especial y singular por excelencia, que reúna las características específicas del ser amado, realizándose la "ilusión por alguien". el interés por otra persona que impulsa la necesidad de explorar verbal o no verbalmente su mundo y expectativas.

El autor considera que la primera aproximación de los integrantes de una pareja se encuentra atracción, simetría, comunicación, movimientos y maneras para que los mensajes y la percepción se vean influidas por las características que se perciben y la situación en la que se desarrolla. Así mismo indica que el placer visual, la atracción amorosa se manifiesta en un impulso de primer aproximación para lograr algún tipo de contacto físico, surgiendo una emoción compuesta de deseo sensual y de impulso de protección.

b)Etapa de conocimiento personal.- Está orientada a la penetración de las cualidades anímicas. El mutuo intercambio y convivencia traspasa la corporalidad y abarca el ser en su totalidad, incluyendo los rasgos de carácter, lo cual va formando un estilo particular de relación. Se adquiere un mayor predominio del conocimiento de los atributos internos de la persona, pero siguen prevaleciendo elementos generados en el conocimiento inicial, como son: la ilusión y la admiración por la persona amada, un amor "romántico", una relación funcional basada en objetivos e interacción de sus integrantes.

c)Etapa de inclusión del otro en el proyecto de vida.- Las circunstancias que vive la pareja son comunicantes, y permiten la existencia de un mundo-

común (no siempre se interpretan y se comunican en forma recíproca), cada uno está "asociado" a la vida del otro, y de esta manera penetra en su propia vida, pretendiendo incluir al ser amado en un proyecto de vida (implica proyección de metas).

Prada (1976), expone que en la pareja al encontrarse compartiendo cada una parte de su vida con el otro se da un elemento peculiar en su interactuar, en su dinámica de relación, esto es la intimidad.

En la intimidad la pareja lleva al encuentro de cada uno consigo mismo, y de los dos con la realidad de su relación. En una cotidiana interacción la pareja comparte cosas, no tiene como objetivo solo compartir, sino compartir mejor, provocando una sensación de bienestar.

Al darse la intimidad se aceptan las necesidades de crecer y profundizar la relación con el otro en cada instante de convivencia, expresar los conflictos y sobre todo, comprender que la interacción realiza un crecimiento conjunto. Al contrario, sino alcanza la intimidad a darse en la pareja, las cosas cambian, no hay comunicación y la pareja experimenta su vida totalmente independiente del otro.

Continuando con el abordaje de la relación de pareja, Willis (1978), indica que en la relación de pareja también se busca alivio y superación de la soledad con la exclusividad, compromiso y consciencia sexual de intenciones de realización con el compañero:

-Exclusividad.- Expone el autor, no debe confundirse con la posesividad. La pareja está constituida por dos individuos y la verdadera relación no debe basarse en uno solamente, sino en que entre ambos se encuentren en un armonioso equilibrio.

-Compromiso.- Significa empeñarse en una decisión con toda integridad, en un acciones de entregar y recibir, con un aprender a ser uno mismo a l lado del otro, y no simplemente buscar en el otro la descarga de un interior conflictivo.

-Consciencia sexual.- La sexualidad es una parte constitutiva del hombre que se sujeta a una progresiva integración de la persona a través del curso de desarrollo y de la maduración de ésta, misma que influye en la relación de la pareja al verse reflejadas sus expectativas y deseos.

La adaptación sexual en la pareja no se realiza en un momento, es un proceso en el que ambos integrantes de la pareja deben participar, hasta lograr la armonía que el acto de amor necesita para su proyección física y espiritual. No sólo es de tipo biológico, sino también psíquico y espiritual en armonía de fuerzas vitales, en la pareja se actúa en conjunto en una vibración emocional.

Respecto a la sexualidad en la pareja Berne (1983), en su libro "hacer el amor", sugiere doce posibles funciones que promueven la relación con otra persona:

1)Fertilización.- Como función biológica vital e imprescindible para la trascendencia humana.

2)Impregnación.- Se da por una satisfacción de la necesidad del hombre y la mujer. En la mujer es llenarse de una vida nueva y creciente. Para el hombre es vaciarse de una energía también vital.

3)Obligación.- Se da únicamente una función de procreación y no como un hecho espontáneo.



4)Ritual.- Se refiere al sexo sistematizado, sin dar ningún valor a la fantasía. Un convencionalismo que se presenta en fechas importantes como la de aniversario.

5)Escape.- La liberación de tensiones reprimidas, considerándolo sólo como un escape físico, como si cualquier motivación psicológica o espiritual fuera pecaminosa.

6)Pacto.- Un contrato entre la pareja para adaptarse fisiológicamente el uno al otro, logrando así una especie de bienestar corporal.

7)Placer.- Puede ser la búsqueda total, absoluta y única del placer.

8)Pasatiempo.- Como una simple forma de pasar el tiempo.

9)Juego.- Como una alternativa atractiva y divertida para satisfacer los intereses lúdicos.

10)Unión y comprensión.- Puede tratarse de un medio para obtener unión y comprensión, para sellar los pactos que los unen y para hacer otros nuevos.

11)Intimidad y afecto.- Puede ser la expresión más alta en un afecto sólido a través de la pasión que permite que el vínculo sea permanente.

12)Amor.- Puede tratarse de la expresión última y la más renovada del amor, que culmina en su producto natural que completa el círculo de atracción, conocimiento y cumplimiento de expectativas.

Después de enunciar las categorías de Berne (op. cit.), sería importante aclarar que cada pareja es un mundo compuesto por dos individuos diferentes, cada uno con un sistema de valores sexuales propios, ideales personales, y que sería erróneo encasillar a todas las relaciones de pareja en un esquema rígido.

Se puede decir que hoy en día para comprender a la relación de pareja y los factores o elementos que intervienen en su conformación e integración esta permeado por bases biológicas y personales que marcan pautas de interrelación.

En la convivencia cotidiana no siempre se tienen relaciones placenteras, es posible que una pareja se centre en conflictos y las habilidades para enfrentarlos no sean satisfactorias, por lo que se plantea en el siguiente tópico una serie de aspectos técnicos sugeridos por Aquirre (1989) , y otros autores para conservar una relación.

#### **4.4 CONFLICTO Y DISPONIBILIDAD DE CAMBIO.**

Al hablar de que una pareja muestre problemas, el problema en sí no es lo más importante, sino cómo manejar esas diferencias. Tras un acuerdo que efectúa una pareja se añade armonía a la relación, sin embargo cada episodio que termina insatisfactoriamente, reduce la estabilidad emocional y se presagia una separación.

Una discusión negativa entre una pareja se caracteriza por las ofensas y la referencia a otros asuntos no relacionados.

Dentro de una discusión negativa casi ninguno de los dos escucha mientras ambos tratan de lastimar verbalmente (en ocasiones también físicamente) al otro. En contraste, si la pareja desea una solución positiva, entre ambos encuentran una manera de resolver su enojo, para sentir que son escuchados y que pueden generar sentimientos positivos.(Haughey, J., 1980).

Aguirre (op. cit.) considera que existen comúnmente cinco posiciones frente al conflicto:

a)YO GANO TU PIERDES : El mensaje es "yo estoy en lo correcto y tú estas equivocado". Esta posición supone que los asuntos son claros y simples al reducir "mi forma de ser es la mejor y la única".

b)ME RETIRARE. Se encuentra el asumir una posición de "me siento tan incómodo que evitare el conflicto". Dentro de este enfoque, el conflicto debe evitarse porque no hay esperanza de que la gente pueda cambiar.

c)CEDERÉ: En éste se encuentra "quiero seguir, dado a que necesito...".

d)NEGOCIAR: Se puede entender "yo tengo la mitad de la verdad y necesito tu otra mitad". En una situación de conflicto el riesgo que se corre bajo esta posición es el de acabar con las dos mitades y no llegar a la verdad.

e)ME IMPORTAS LO SUFICIENTE PARA CONFRONTARTE: Se adopta "me interesa nuestra relación y también sostengo una posición íntegra y honesta". Aquí se encuentra una mejor forma de resolver el conflicto, dado a que en las anteriores opciones ambos pierden o no se resuelve el conflicto.

Aguirre (idem.), propone el diálogo como una herramienta esencial para resolver el conflicto visualizándolo como una llave de unidad que permite la comunicación de un centro de la intimidad a otro centro de la intimidad.

De igual forma, expone que para que un conflicto pueda ser resuelto, se requiere de las siguientes condiciones:

- 1) Mantener la discusión en el mismo tema.
- 2) No decirse insultos ni palabras hirientes.
- 3) No incluir a terceras personas.
- 4) No incluir asuntos del pasado.
- 5) Mostrar apertura frente a los argumentos sostenidos por la pareja.
- 6) Buscar el momento y el lugar.

Idealmente, las parejas manejan sus diferencias a través de algún tipo de negociación o estrategia de resolución. Generalmente uno de los miembros de la pareja decide tomar una posición, y busca obtener una validación de esa posición del otro integrante.

Cada pareja difiere en el grado en que experimenta un conflicto y las soluciones que le da a éste. Algunas personas sienten la necesidad de ser directos, confrontativos, u hostiles con su pareja durante la discusión de un tema de fricción, otras prefieren ser indirectos, evadir, o bromear en una situación de este género.

En cualquier conflicto, los participantes buscan un resultado que sienten que el otro no está dispuesto a aceptar, por lo que el proceso conflictivo se sostiene de tácticas o maniobras para conformar una estrategia de solución.

Kelley, et. al (1983), consideran que existen frecuentemente en una pareja tres estrategias en el manejo de una situación conflictiva:

A)COMPETENCIA: El comportamiento de las dos personas está enfocado hacia la satisfacción de sus propias necesidades y deseos. Cada persona intenta imponer su propia solución sobre el otro.

B)COLABORACIÓN: La solución de un problema se lleva a cabo de acuerdo a una estrategia cooperativa, los participantes de la discusión se encuentran preocupados tanto por sus propios deseos y necesidades como por aquellos de su pareja.

C)EVITACIÓN: Las personas que llevan a cabo esta estrategia prefieren evitar la discusión de un problema utilizando diferentes tácticas. Algunos de los actos comunicativos diseñados para lograr este objetivo son hablar de manera abstracta de un tema, negar la existencia de un problema, bromear, cambiar el tema de conversación, o la negación en el caso extremo es negarse a hablar por completo.

En los estudios reportados por los autores encuentran que la mayoría de las parejas enfrentan las desavenencias utilizando un estilo cooperativo. Manejan el problema de una manera directa y analítica al mismo tiempo que sensible y responsable, evitando cualquier posibilidad de intensificación. Por otra parte, otras parejas que mantienen una relación satisfecha, manejan la resolución de conflictos con tácticas de evitación.

La intensificación de un conflicto generalmente provoca tensión y una sobreexcitación de actitudes y sentimientos que reduce el rango de alternativas que resuelva la situación. Provoca que se presenten consecuencias negativas a corto y largo plazo, como pueden ser estos de insatisfacción, agresión, y desaliento que abran un paso a la ruptura.

Hablar de lo ideal puede sonar utópico, sin embargo no es extraño que en una relación de pareja se desee tener un ambiente de confianza, sensibilidad, similitud e intereses comunes para minimizar el grado de diferencias. Se espera dar solución a un problema, tener acuerdos satisfactorios y no llegar a la hostilidad.

Por lo expuesto se observa una necesidad de informar didácticamente mediante cursos de capacitación práctica, del conocimiento de los factores que influyen en la formación de una pareja (proceso, dinámica, mecanismos) con el fin de planear estrategias posibles entre los integrantes que le permitan analizar su relación, avanzar en un proceso terapéutico, o planear nuevas alternativas de convivencia. Planteamiento que tratará de dar forma en la propuesta expuesta en la finalización del presente trabajo.

## PROPUESTA

Hoy en día la relación de pareja tanto en nuestro país como en todo el mundo vive una serie de múltiples cambios de orden afectivo, roles sociales, lucha por el dominio y poder de la relación. Marcándose una necesidad de análisis de los conflictos que se dan en el proceso de establecimiento, consolidación o ruptura de una relación, los factores que influyen en ésta y en sus miembros por separado, para el establecimiento de recursos que satisfagan las bases sobre las cuales una persona elige a otra para compartir parte de su vida, o el resto de ella.

¿Qué pasa cuando no se tiene relaciones estables principalmente en niveles afectivos?

La terapia psicológica se plantea como una alternativa. Se considera que el cambio se produce a través del proceso de acomodación que realiza el terapeuta y el o los pacientes, sobre actitudes y pautas de conducta, el cuestionamiento de la percepción de la realidad, posibilidades o alternativas de cambio, modificación de posiciones respecto a una situación conflictiva, entre otras estrategias (Papp, 1984).

Si se retoma lo anterior se propone crear circunstancias que permitan una transformación o cambio en parejas o subsistemas de interrelación para la modificación de condiciones o circunstancias nada sanas que es común encontrar en nuestra sociedad (el no lograr expresar necesidades, habilidades, deseos y pensamientos, y

sociedad ( el no lograr expresar necesidades, habilidades, deseos y pensamientos, y más aun, el ser incapaces de aceptar la responsabilidad de nuestros actos y las consecuencias de los mismos).

Laing (1974), manifiesta que es identificable en los seres humanos el tener un anhelo de ocupar un lugar en la vida de una persona; sin embargo podemos preguntarnos realmente se permite la estimación de los componentes en la vida personal , las personas logran ubicar si son felices con su forma de ser y las relaciones que viven día a día, desean desarrollarse plenamente, se comprometen a escuchar sus sentimientos y cambiar las actitudes que les causan algún daño, o se lo causan a los demás.

Si se vive una relación de pareja los planteamientos anteriores cobran un sentido importante si se desea tener una relación estable, sana y satisfactoria. Es necesario llegar a un justo medio entre lo que se desea lograr, lo que el otro integrante espera de su pareja, de sí mismo y de la relación como tal, y el proyecto de vida individual y de pareja que puede construirse.

Lo ideal es aprender a respetar, convivir, corregir, alentar motivar y amarse cada uno de acuerdo a su forma de ser. No siempre se logra esto, por lo que se enuncia la necesidad del establecimiento de alternativas prácticas como lo son los talleres de desarrollo personal y desarrollo de pareja , los cuales bajo diferentes enfoques , ya sean conductuales, sistémicos o psicodinámicos se



aspire al establecimiento de conductas positivas, establecimiento y consolidación sana de la pareja humana en cuanto a su relación y dinámica cotidiana

La realización de talleres teóricos-vivenciales permite retomar parámetros, normas y actitudes ya establecidas en la persona. Si se une la concientización y moldeamiento de bases más sólidas o duraderas, permitirán el crecimiento mutuo en la pareja, y el desarrollo íntegro interpersonal general.

Es importante destacar que el poder del cambio está en cada uno, en el "arriesgarse" a aprender (o desaprender según se pueda considerar), en la reestructuración de un estilo de vida, y el trabajar en forma continua sin esperar una "receta" o una varita mágica" para lograr algo.

Para la realización de un taller se visualizan las necesidades de los participantes, las bases teóricas para desarrollarlo y el objetivo que se pretende alcanzar. En el presente trabajo a partir de la documentación bibliográfica efectuada se derivan bases teóricas para la formulación de un taller multidisciplinario para desarrollar habilidades de los participante que les permita enfrentar desafíos, superar problemas, respetar y defender intereses individuales y de pareja. Esperando desarrollar la capacidad de satisfacción ("felicidad") necesaria para enfrentar adversidades.

El taller propuestos se realizarían con personas tanto solteras como casadas, con el propósito de ayudarles a resolver los problemas que se presente en la relación que vivan. Se esperaría trabajar en alguna medida en forma preventiva en las personas solteras al canalizar conocimientos teóricos y prácticos sobre la relación de pareja, sobre todo antes de realizar una unión o enlace matrimonial de algún tipo

Hacer patente el patrón de interacciones que se van estableciendo con las experiencias cotidianas como lo es en la familia, la escuela o el trabajo, se pueden ver como medios para ayudar a los integrantes de una pareja a comprender las diferencias entre ellos y cómo manejar esas diferencias si desean mantener su relación.

Se manifiesta además, que ante la posibilidad de llevar a cabo la realización de talleres, también se podría buscar correlaciones entre expectativas y actitudes prematrimoniales o sondear el proceso de identidad y ciclo vital que presentaría una pareja, lo que proporcionaría estudios de investigación clínica o experimental, y no sólo bibliográfica

#### **-OBJETIVOS GENERALES:**

A) Fomentar la participación de las parejas participantes en diferentes tareas como son:

I.-Atender problemas de salud, en particular salud mental y reproductiva, destacando el carácter preventivo.

2.-Conocer las expectativas prematrimoniales como parte de la construcción de un proyecto de vida.

3.-Proporcionar sugerencias de pautas de comportamiento dentro de la familia, y establecimiento de comunicación efectiva con la misma.

4.-Conocer y fortalecer la autoestima de los integrantes de la pareja.

5 -Fomentar el desarrollo de actividades artísticas, recreativas y culturales conjuntas.

6. Conocer pautas de Relaciones Humanas.

7.-Conocer alternativas de vida que sirvan para aumentar la calidad de la misma..

B)Proporcionar a los terapeutas interesados en el estudio de la relación de pareja un instrumento que permita sondear dicha relación y las expectativas y actitudes prematrimoniales de los integrantes, la relación de pareja, sus vínculos e ideal de ésta , y la influencia de la familia de origen en su desarrollo

## **CARACTERÍSTICAS Y ORGANIZACIÓN DEL TALLER PROPUESTO.**

D) FORMACIÓN DEL TALLER.- Desarrollo del técnicas y capacitación de los instructores encargados de desarrollar el taller, los cuales se recomienda sean de diferentes campos de tipo científico y académico como son: la Psicología, la Medicina, la Sexología, la Comunicación, las Letras y el Arte, además de personas de otro tipo de disciplinas como lo son la etiqueta, urbanidad y la cosmetología

Comunicación, las Letras y el Arte, además de personas de otro tipo de disciplinas como lo son la etiqueta, urbanidad y la cosmetología.

De los profesionistas sugeridos se esperaría tuvieran la visión de realizar un trabajo encaminado a el desarrollo de la capacidad de "ser feliz" o sentirse satisfechas las personas en diferentes áreas como es la confianza, la habilidad para enfrentar desafíos y superar problemas.

Tener solidaridad en compartir parte de sus experiencias profesionales a grupos de parejas "arriesgadas" a superar sus temores e inseguridades.

#### II) ETAPA DE APROXIMACIÓN O CONOCIMIENTO DEL TALLER.-

**A) UBICACIÓN** - El taller puede ser impartido en diferentes Instituciones a las que se permita el acceso a los instructores y proporcionen un espacio (salón o aula, por ejemplo) como: Instituciones Gubernamentales, Industrias, Escuelas, Grupos de Apoyo y Autoayuda.

Se propondría que el costo para los interesados no fuera económico, ya que el interés del taller es impulsar un cambio a conductas como ansiedad, desajuste y conflicto en las parejas participantes.

B)INTRODUCCIÓN A LA POBLACIÓN.- Repartir folletos a grupos de parejas que contengan a grandes rasgos el primer objetivo del taller y las tareas que se pretenden cumplir. A partir de esta información se repartirían hojas de encuesta en donde las parejas opinaran si quieren o no participar, solicitud de señalar los temas que les interesen o los que sean necesarios para cubrir sus necesidades presentes en su relación. Señalar el horario de disponibilidad y anexar sugerencias para el desarrollo del mismo.

!!! DESARROLLO.- A través de conferencias y dinámicas para el cumplimiento de las tareas ejemplo.

TAREA.- "Proporcionar sugerencias de pautas de comportamiento dentro de la familia y establecer una comunicación efectiva en la misma".

DURACIÓN. 2 horas.

OBJETIVO ESPECIFICO - Que los participantes identifiquen el funcionamiento de su sistema familiar.

CONTENIDO DE LA SESIÓN:

- La familia como sistema.
- Sistemas abiertos y cerrados.
- comunicación verbal y no verbal.

ACTIVIDADES:

- Exposición
- Técnica "mapa familiar" (ver anexo ).

-Técnica "comunico mi persona" (ver anexo).

#### MATERIALES:

-Pizarrón, gises, hojas de rotafolios, hojas, lápices y diapositivas.

De igual forma se manifiesta la posibilidad de trabajar en el logro de dos tareas a la vez realizando conferencias, técnicas didácticas y aplicación de instrumentos como son cuestionarios, ejemplo:

TAREA: "Atender problemas de salud, en particular salud mental y reproductiva, destacando el carácter preventivo", "Conocer las expectativas prematrimoniales como parte de la construcción de un proyecto de vida".

DURACIÓN: 3 horas.

OBJETIVO ESPECIFICO .-Que los participantes analicen la importancia de la salud integral para el desarrollo personal y social.

#### CONTENIDO DE LA SESIÓN:

-¿Qué es salud?.

-Enfermedades físicas y psicológicas.

-La sexualidad.

-Proyecto de vida (ver anexo)

#### ACTIVIDADES.

-Exposición

-Técnica de psicodrama (ver anexo)

-Identificar las reglas que te rigen (ver anexo)

-Cuestionarios (ver anexo).

#### MATERIALES:

-Lápices, hojas blancas, hojas de rotafolios, cámara de video. videocasetera y televisor.

Se recomienda que en el desarrollo de cada sesión se cuente con dos o tres intermedios de descanso entre 10 y 15 minutos para que los participantes no se fatiguen o incomoden del tiempo de sesión (programar de acuerdo al desarrollo de los contenidos y las técnicas empleadas).

Al finalizar cada sesión se propone entregar a los participantes un juego de copias con cada tema revisado para complementar la información expuesta.

IV TERMINACIÓN DEL TALLER - Una vez concluido el taller se recomienda tener una sesión de retroalimentación entre los participantes y los instructores para discutir la dinámica del taller, el desempeño de los instructores y saber si se cumplieron los objetivos de los participantes.

La sugerencia anterior servirá para los ajuste a los que hubiera lugar sobre el taller, su desarrollo y función.

De igual forma se manifiesta alternativa de realizar una ceremonia de clausura con representantes de la Institución donde se realice el taller, los instructores que colaboren y los participantes del mismo.

## CONSIDERACIONES FINALES

Las conclusiones a las cuales se llegó en la presente investigación bibliográfica son:

-a) La formación de la pareja humana está permeada de elementos como las semejanzas entre sus integrantes, necesidad de complementaridad y actitudes similares, apariencia física, frecuencia de interacción y aproximación física.

Elementos que con la convivencia que los integrantes de la pareja realicen va formándose un estilo particular (pareja ideal; ambivalente; de devaluación de un miembro de la pareja; formada por conveniencia; pasiva; activamente agresiva, entre otras).

b) La Psicología como todas las ciencias presenta un panorama amplio de conceptualizaciones, un mosaico no homogeneizado de perspectivas, pero con la necesidad de generar conocimiento, por ejemplo el Psicoanálisis y La Teoría de Sistemas.

Por lo anterior al sondear la relación de pareja desde la Psicología permitió analizar las áreas que la conforman a esta ciencia: Teoría, Investigación y Práctica.

Los diferentes estudios revisados posibilita indicar que en el quehacer de la Psicología no se debe dar mayor jerarquía a una de las áreas, porque involuntariamente se presentaría un descuido en las otras, es menester tener presente que la forma de entender la realidad (por ejemplo la elección de pareja que se hace en los humanos)



conlleva a un método o transformación de los pasos del mismo, así como un nutrimiento entre la investigación, la práctica y la teoría.

c) Al programar trabajar en terapia parece ser necesario adentrarse en la investigación y sus métodos, no perdiendo de vista la concepción teórica que se tenga para alcanzar el objetivo de tal trabajo (en éste caso la formación de alternativas para lograr una relación de pareja satisfactoria, como podrían ser los talleres).

d) A pesar de sus grandes diferencias tanto el Psicoanálisis como la Teoría de sistemas muestran su preocupación por proporcionar un camino de propuestas específicas enfocadas hacia el abordaje de la elección de pareja y los elementos que influyen en la misma:

-En el Psicoanálisis se indica que el desarrollo de la personalidad está fuertemente ligado al desarrollo de la sexualidad o de la libido. Así la elección de pareja u objeto amoroso está relacionado por la historia de los sujetos (Freud en 1905 trató fuertemente el término "objeto" como aquello donde o por lo cual la pulsión puede alcanzar su finalidad). Desde esta teoría el primer objeto amoroso sirve de base para las futuras elecciones.

La elección de objeto desde el punto de vista psicoanalítico encuentra su explicación en los deseos edípicos en donde los procesos inconscientes están presentes desde el origen de la pareja.

Desde el punto de vista psicoanalítico, la mayoría de los investigadores y teóricos que han estudiado a la pareja coinciden en enunciar que el ser humano establece relaciones significativas con sus semejantes; lo cual parece tener su origen en la primer relación establecida con la figura materna.

Del punto anterior cabe la observación que sería muy arriesgado depositar únicamente en la relación madre-hijo, la responsabilidad del éxito o fracaso de futuras relaciones interpersonales, pues se sabe que comúnmente la familia se conforma de otros miembros que también intervienen en el desarrollo psicosocial y personalidad de los integrantes

-En la Teoría de sistemas se indica que un sistema (familia o pareja, por ejemplo) debe ser comprendido como la totalidad y no como sumatividad.

Los estudios revisados de la Teoría de sistemas esta fundamentados en las corrientes como la Teoría Familiar estructural (Minuchin, 1981), la Teoría de la Comunicación Humana (Watzlawick, 1976), así como los planteamientos de Bertalanffy (1945).

En esta teoría un sistema bien organizado (establecimiento de límites, jerarquía, control, homeostasis y retroalimentación) funcionaría adecuadamente y sus miembros establecerían relaciones sanas dentro de su contexto social.

## BIBLIOGRAFÍA

- Adolfi (1972) "Desarrollo y cambio". Argentina, Editorial Paidós.
- Aguirre (1989) "La vida cotidiana". México, F. C. E.
- Aberoni (1979), "Enamoramiento y Amor". México, Editorial Gedisa.
- Ackerman (1988) "The family as social and emotional unit". U.S.A. ,Boletín of mental hygiene.
- Alcérreca (1982, "La influencia en la similitud y la atracción interpersonal"(Tesis de Maestría), México, Universidad de las Américas.
- Aroni (1970), "Psicoanálisis y sexualidad" México, Instituto Mexicano de Psicoanálisis, A.C., Editorial Económica Escolar.
- Barry (1978) "The prediction of adjustment in marriage", U. S. A., Educational and psychological measurement (vol. 6 pp. 185-193).
- Berne (1983) "Games People play". Nueva York: Grove Press.
- Beñoch (1978) "Relaciones de pareja". Bilbao, Ediciones Desclee de Browen, S.A.
- Bergler (1974) "La construcción social de la realidad". Argentina, editorial Amorrortu.
- Bertalanfy (1945), "Teoría General de los Sistemas". México. Fondo de Cultura Económica.
- Boszormenyi- Nagy y Framo (1982) "Terapia Familiar Intensiva". México, Edit. Trilhas.
- Bowen (1989) "La terapia familiar en la Práctica". España, Edit. Desclee.
- Duval, Winck, R.A. (1972) "A Theory of bjetive Self Awarness". N. Y., and London. Academic Press.
- Estenoinou (1989) "Familia y subjetividad". Italia. Tesis Doctoral.
- Fadiman y Frager (1976), "Teoría de la personalidad". México, Editorial Harla.
- Freud (1905) "Tres ensays para una teoría sexual" (Obras completas tomo II) España, Editorial Biblioteca Nueva .
- Freud(1951) "Introducción al narcisismo", Obras Completas, tomo II. Madrid, España . Ed.. Biblioteca Nueva.

- Freidberg (1986), "Un enfoque humanista de la terapia de pareja" (Tesis Doctoral), México. Universidad Iberoamericana.
- Fromme(1973) "Amor, su desarrollo Personal". México, Editorial Pax.
- Foucault (1984) "Historia de la subjetividad". México, ITESM-CEM. El Equilibrio.
- Giesa (1985) "El rol del Deber". México, Editorial. Alfabeto C. I. A., S. A..
- González (1986), "Análisis de la Relación de Pareja". Argentina, Editorial Nueva Visión.
- Haugly, J.(1980). "¿Quién puede decir para siempre?". Permanencia y ruptura del compromiso. España, Ediciones Narcea, S. A.
- Hervada (1975) "Diálogos sobre el amor y el matrimonio". España. Edit. EUNSA.
- Hoffman (1980, "Foundations of family therapy", U.S.A., Basic Books.
- Jackson (1987), "Comunicación familiar y matrimonio". Argentina.Edit. Nueva visión.
- Kernberg (1974), "La teoría de las Relaciones Objetales y el Psicoanálisis Clínico". México. Editorial Paidós.
- Kelley, et. Al. (1983). "Love and commitment". N. Y., Freeman, W. H.
- Kovacs (1983) "Couple Terapy". An integrated developmental and Family System Model. U. S. A., Family Therapy.
- Laing (1974) "El cuestionamiento de la familia". México, Edit. Paidós.
- Lemaire (1979), "La pareja humana, su vida, su muerte, su estructura", México, F.C.E.
- Lepp (1970) "Psicoanálisis del amor", Argentina, Edit. Carlos Lohle.
- Lynchm C. Y Blinder, M. (1983) "The romantic Relationship". Family Therapy, U.S.A., Edit. Libra.
- Lynchm y Blinder (1983) "The Romantic Relationship". U.S.A., Family Therapy.
- Mandoño (1989) "Historia General del Psicoanálisis de Freud a Fromm". Argentina. Editorial Paidós

- Minuchin (1981) "Técnicas de la Terapia Familiar". Argentina. Editorial Paidós.
- Papp (1984) "The greek chorus an other Techniques of paradoxical therapy" . U.S.A. Family Process .
- Peele(1986) "Love and Adiction". U.S.A. New American Library.
- Peñicor (1979) "Psicología de la pareja" Francia , Editorial Sedmay.
- Pichon Riviere(1980)"El proceso grupal del Psicoanálisis a la Psicología Social". Argentina, Editorial Nueva Visión.
- Prada "Historia del mundo insólito", España, Editorial Main, S.A.
- Puget y Berenstein (1988) "Psicoanálisis de la pareja matrimonial", México, Editorial Paidos.
- Rabinovich (1988) "El concepto de objeto en la teoría psicoanalítica", Argentina, Editorial Manantial.
- Rattner (1989) "Psicología y psicopatología de la pareja", México, Editorial Siglo XXI.
- Roger (1972), En Whithbourne(1989),"Adult development: the differentiation of experience." U.S.A., Edit. Holt, Rinehart and Winston.
- Sager (1976) "Contrato matrimonial y terapia de pareja", México.S.A. Editorial Amorrortu.
- Sarason y Sarason (1980). "Fronteras de la conducta". México, Editorial Harla.
- Sánchez (1994) "¿hasta que la muerte nos separe...? Factores de conflicto en las parejas del S. XX y XXI, México, Revista Psicología Iberoamericana.
- Sandoval (1984), "El mexicano. Psicodinámica de sus Relaciones familiares". México, Editorial Velicafía.
- Sanford (1980),"Women and self esteemm". U.S.A. Penguin B.
- Scachter y Singer (1982)."Cognitive Social and Physiological The Terminants of emotional sate". U.S.A. Psychology Review.
- Shields (1988) "Family Theory and Scientific Metho:." U.S.A., Family Process
- Simon (1988) "Del encuentro al Noviazgo". España. Editorial Mensajero .

- Sternberg (1990). "El triángulo del amor" México, De. Paidós.
- Thibault (1986) "La Pareja". España. Editorial Guadarrama.
- Thordjman (1986) "La aventura de vivir en pareja", México, Editorial Gedisa.
- Virseda (1995), "El Futuro y la familia", México. Universidad de las Américas .
- Watzlawck y Walster (1979), "Passionate love", U.S.A. Springer Editorial.
- Willi(1978) "La pareja humana: Relación y conflicto". Argentina, Editorial Morata.

## **ANEXO**

### **TÉCNICAS Y/ O DESARROLLO DE ACTIVIDADES:**

## **MAPA FAMILIAR.-**

### **Materiales:**

- Colores.
- Papel bond blanco
- Cinta adhesiva.

### **Desarrollo:**

Dar a los participantes las siguientes instrucciones:

- a) Poner la hoja de papel bond en la pared a la vista de todos.
- b) Trazar círculos que represente cada miembro de su familia (se incluye a las personas que formen parte del hogar como abuelos u otros parientes. Si existen personas que haya formado parte de la familia y ya no se encuentren presente, se representan con un círculo sombreado).
- c) El mapa muestra a los miembros de la familia como islas, sin embargo cualquier grupo familiar esta conectado mediante una red numerosas de enlaces que pueden ser no conocidos o recordados pero se hacen presente y su solidez influencia las relaciones de todos los miembros.

Por lo anterior se necesitan marcar las posibles relaciones de todos con cada miembro empezando por los padres.

- d) Comentar las relaciones más fuertes ó cercanas que tienen los participantes con los miembros de su familia y analizar la influencia sobre su desarrollo personal , su relación de pareja y la realización de objetivos futuros.



## **COMUNICO MI PERSONA**

**Materiales:**

-Ninguno.

**Desarrollo:**

a) invitación a los participantes a dar un paseo por el aula y sin hacer uso de la palabra seguir las siguientes instrucciones (tiempo aproximado siete minutos):

-Observar el aspecto general de los compañeros, por ejemplo su ropa, su peinado, sus gestos, sus movimientos sus actitudes.

-Mantener comunicación visual con cada persona con la que se cruce (mirarla a los ojos).

-En el cruce con los compañeros estrechar afectuosamente las manos, no olvidando guardar silencio absoluto.

Al finalizar el tiempo del ejercicio el instructor invitará a los participantes a intercambiar las experiencias obtenidas, los puntos de vista de la comunicación no verbal que vivieron y las sensaciones que presentaron al no tener hablar tanto ellos como sus compañeros.

ESTU  
SIGUIE DE LA  
SIGUIENTE

## **PSICODRAMA.**

### **Materiales:**

tarjetas

### **Desarrollo:**

- a) El instructor repartirá a los participantes una tarjeta en el cual se indique brevemente un tipo de relación de pareja ( ideal, ambivalente, con vínculos sadomasoquista alternante)
- b) Los participantes realizarán la interpretación de los papeles indicados.
- c) Al termino de cada representación el instructor invitará a los integrantes del taller identificar elementos de unión o desunión en los tipos de relación observados, la comunicación existente en la pareja, posturas de comunicación, y las alternativa o actividades conjuntas que pudieran sugerirse para mejorar una relación de pareja tomando en cuenta expectativas, relaciones familiares, escolares, recreativas y laborales, según sean los casos.
- d) Finalizada la retroalimentación de los participantes y del instructor se invitará a un grupo distinto a intentar un cambio de papeles sobre las escenas representadas, o bien existe una nueva propuesta de escena considerar el tiempo de representación, el tipo de relación y el desarrollo general de la sesión.

## **PROYECTO DE VIDA**

**Materiales:**

-hojas blancas

-lápices

**Desarrollo**

Una vez repartidos los materiales dar las siguientes instrucciones :

El día de hoy elaboraremos un plan de vida en el cual debemos definir y concretar lo que tenemos que mejorar y cómo lo vamos a lograr. Toda la información que hemos recibido, las experiencias que hemos tenido, nuestras necesidades y metas las vamos a plasmar en los siguientes rubros:

### ASPECTOS

FISICO

ESTETICO

AFECTIVO

INTELLECTUAL

SOCIAL

CREATIVO

MORAL

ESPIRITUAL

Una vez que tenemos nuestras metas vamos a planear los objetivos particulares en los que organizaremos nuestras actividades para poder lograr nuestra meta en cada aspecto, ejemplo:

-Si quiero mejorar mi aspecto físico, deseo tener buena salud, mis objetivos serán tener una dieta balanceada, hacer ejercicio y cuidar mi higiene personal. Lo lograre.-

a)No comiendo entre comidas.

b)Bañandome diariamente y cuidando que mi ropa este limpia y en buenas condiciones.

c)Haciendo como minimo 15 minutos diarios de ejercicios

## **IDENTIFICA LAS REGLAS QUE TE RIGEN**

Materiales.

-hojas blancas

-lapices

-gises

-pizarra

**Desarrollo:**

a) El instructor indicará a los participantes que la mayoría de todos los seres humanos aprende desde muy corta edad toda una serie de reglas que posteriormente seguimos utilizando, y no siempre las cambiamos.

En una regla se expresa obediencia estricta, aplicación y sanción al no seguirla, por lo que se hace presente la culpa o la agresividad ante la existencia de las reglas y el seguimiento de las mismas.

b) Mencionar ejemplos de reglas comunes en nuestra sociedad y en las relaciones de pareja.

-Habla cuando tengas algo importante que decir.

-Las palabras de los mayores no se discuten.

-El hombre tiene que pedir a la mujer el inicio de una relación

c) Que cada participante escriba por lo menos cinco reglas que rigen su vida. Después de terminar el listado identificar si esas reglas son de ellos mismos o de personas externas o de alta influencia y si les causan algún daño o lo causan a las personas con las que conviven.

## CUESTIONARIOS:

### **A) RELACIÓN DE PAREJA, EXPECTATIVAS Y SEXUALIDAD.**

#### **INSTRUCCIONES.-**

Lee con atención las siguientes preguntas, trata de responder lo más claro y honesto posible.

- 1.- ¿Cuántos años tienes?
- 2.- ¿Cuál es tu ocupación?
- 3.- ¿Cuáles son tus principales actividades?
- 4.- ¿Con quién vives actualmente?
- 5.- ¿Tu tiempo libre con quién lo compartes?
- 6.- ¿Qué opinas del noviazgo y del matrimonio?
- 7.- ¿Cuánto tiempo tiene tu relación de pareja ó cuánto tiempo duro tu última relación?
- 8.- ¿Qué actividades realizas con tu pareja?
- 9.- ¿Cuáles son los aspectos que tomas en cuenta en una persona que te interesa como pareja?
- 10.- Con tu pareja hablas de temas sexuales?
- 11.- ¿Qué consideras que hace que una pareja decida entablar una relación para vivir con la persona que quiere?
- 12.- ¿Qué diferencias crees que hay entre la relación de noviazgo y el matrimonio?
- 13.- ¿Quién crees que toma la iniciativa al proponer tener relaciones sexuales dentro de una pareja ya sea de novios o de esposos?
- 14.- ¿Qué importancia te das a la fidelidad en una relación de pareja?

15.-¿Cuál consideras que es el papel del hombre y la mujer dentro de la sociedad actual?

## **B)RELACION DE PAREJA Y FAMILIA DE ORIGEN**

### **INSTRUCCIONES.-**

A continuación se te presenta una serie de preguntas te invitamos a contestarlas en su totalidad .

- 1.- En general qué esperarías de una relación de pareja y matrimonio?.
- 2.-¿Por qué crees tú que se casan las personas?
- 3.-En una relación de pareja ya sea de noviazgo o matrimonio. quién o quiénes deben estoger las actividades de cada uno?
- 4.- En el matrimonio quién debe decidir en qué se gastan los ingresos?
- 5.-¿Cuáles consideras que son las actividades de un hombre y una mujer después del matrimonio?
- 6.-¿Cuál consideras que es el papel de los hijos dentro de una familia?
- 7.- Si llegas a casarte con tu pareja, esperas conservar tus amistades actuales?.
- 8.-Después del matrimonio con qué frecuencia esperarías tener contacto con tu familia de origen y la de tu pareja?.
- 9.- Cuando surge un problema en tu relación de pareja, a quién pides consejo.
- 10.-¿Cómo consideras la comunicación con tu pareja?
- 11.-Los miembros de tu familia se apoyan ante un momento difícil?

- 12.-¿Expresas tu opinión o puntos de vista cuando estas con tu pareja y con tu familia?
- 13.-¿Quién pone las reglas de disciplina en tu familia?
- 14.- ¿Decides qué actividades llevar a cabo con tu pareja?
- 15.- Ante un problema a quién le tienes más confianza para resolverlo pareja, familia, amistades, otras personas.
- 16.- ¿Cada integrante de tu actual relación acepta las amistades y actividades del otro miembro?.
- 17.¿En tu relación de pareja cada integrante comparte Intereses y pasatiempos con los miembros de cada familia de origen?
- 18.-¿Tú familia de origen acepta la relación de pareja que vives?
- 19.- ¿Cuál sería tu actitud si llegas a tener un hijo o una hija que no desea vivir contigo a la mayoría de edad?.
- 20.- ¿Has realizado tu proyecto de vida?