



UNIVERSIDAD DE SOTAVENTO



FACULTAD DE PSICOLOGÍA
INCORPORADA A LA UNAM CON ACUERDO N° 23/01 DEL 10/07/2001

**ACEPTACIÓN DE LAS DIFERENCIAS EN LA
RELACIÓN DE PAREJA COMO CAMINO PARA
EL CRECIMIENTO PERSONAL DESDE UNA
PERSPECTIVA PSICOLÓGICA**

TESIS
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

PRESENTA

MARISOL LÓPEZ MARTÍNEZ

ASESOR

LIC. ADRIÁN PORFIRIO MÉNDEZ FERNÁNDEZ

GENERACIÓN 2003-2008 Coatzacoalcos, Ver., febrero de 2009



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.

PARTES PRELIMINARES

DEDICATORIA

A mis padres:

Por su amor, cariño, comprensión y por creer siempre en su hija. LOS AMO

A mi Pareja:

David, por ser día con día mi inspiración. Por creer en mí, brindarme tu apoyo, cariño y comprensión día a día. TE AMO

A mis Hermanos:

Por ser grandes seres humanos y quererme tanto.

A mis Amigos

Por ser fieles testigos, cómplices y compañeros de la vida que Dios me regala cada día.

A mi Angelito Que está en el Cielo... Para ti en especial Luis Alberto

AGRADECIMIENTOS

A Dios

Por darme la gracia de ver un nuevo día.

Al Lic. Adrián Porfirio Méndez Fernández

Por su paciencia y disponibilidad para asesorar mi trabajo de tesis

A la Lic. Grady Lastra Aguirre

Por asesorar mi proyecto de tesis y brindarme su amistad

A la Lic. Verónica Ledezma Sánchez

Por confiar en mí y compartir conmigo su experiencia profesional y su excelente calidad como ser humano.

ÍNDICE GENERAL

PARTES PRELIMINARES	<i>i</i>
DEDICATORIAS	<i>ii</i>
AGRADECIMIENTOS	<i>iii</i>
ÍNDICE	<i>iv, v, vi</i>
CAPÍTULO I MARCO REFERENCIAL	<i>vii</i>
1.1 INTRODUCCIÓN	2
1.2 JUSTIFICACIÓN	5
CAPÍTULO III METODOLOGÍA	8
3.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	
3.2 OBJETIVO GENERAL	
3.2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	9
3.3 TIPO DE INVESTIGACIÓN	
3.4 PROCESO DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL	10
CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO	15
2.1 MARCO CONCEPTUAL.	16
2.2 MARCO HISTÓRICO	20
2.2.1 CICLOS DE LA FAMILIA Y PAREJA	
2.2.1.1 Noviazgo	21
2.2.1.2 Constitución De La Pareja Estable	23
2.2.1.3 Nacimiento De Los Hijos	26
2.2.1.4 Infancia De Los Hijos	27
2.2.1.5 Adolescencia De Los Hijos	29
2.2.1.6 Los Hijos Se Casan Y La Pareja Se Queda Sola	31
2.2.1.7 Infidelidad Dentro Del Ciclo Vital De La Pareja	32
	<i>iv</i>

2.3	MARCO LEGAL	34
2.3.1	MATRIMONIO Y CONCUBINATO.	
2.3.1.1	Naturaleza Jurídica	
2.3.1.2	Concepto de Matrimonio	35
2.3.1.3	Concepto de Concubinato	36
2.3.1.4	Efectos y Deberes Jurídicos del Matrimonio y del Concubinato	37
2.4	PERSPECTIVAS	38
2.4.1	LA RELACIÓN DE LA PAREJA	39
2.4.2	EL AMOR EN LA PAREJA.	41
2.4.2.1	Conocimiento De La Función De La Pareja	43
2.4.3	EL ARTE DE AMAR.	45
2.4.3.1	La Teoría del Amor	46
2.4.3.2	La Práctica del Amor	48
2.4.4	ELECCIÓN DE PAREJA.	50
2.4.4.1	Factor Inconsciente y La Teoría de la complementariedad	51
2.4.4.2	Factor Social y la Teoría de la Semejanza	54
2.4.4.3	Enamoramiento y Amor; La Confusión	55
2.4.5	LAS PRUEBAS DEL AMOR.	
2.4.5.1	Demostración	58
2.4.5.2	Fidelidad	59
2.4.5.3	Convivencia	64
2.4.6	ESCUELA PARA PROFESIONALIZAR A LA PAREJA	65
2.4.6.1	Proyecto MEGA	68
2.4.7	EL OTRO COMO ESPEJO	69

2.4.7.1 El descubrimiento de las Necesidades Emocionales	70
2.4.7.2 Las Necesidades Primarias de Amor de Hombres y Mujeres	72
2.4.8 ARMONIZAR LAS DIFERENCIAS EN LA PAREJA.	78
2.4.8.1 Tender un Puente de Amor Entre las Diferencias	79
2.4.8.2 Mejor Bien Acompañado (A), Que Sólo En Compañía	80
2.4.9 CARACTERÍSTICAS DE UNA RELACIÓN DE PAREJA SALUDABLE	81
2.4.9.1 Para Que Estar Juntos	82
2.4.9.2 Oración Gestalt	83
CONCLUSIONES	85
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	89
BIBLIOGRAFÍA	91

CAPÍTULO I

MARCO REFERENCIAL

1.1 INTRODUCCIÓN

En el presente estudio se encuentran contenidas las diferentes contribuciones que autores como Silvia Salinas, Jorge Bucay, Fritz Perls, Fernanda Parolari, Rubén González, entre otros profesionales de la Psicología han aportado al tema de la Pareja, refiriéndonos a ella como la unión heterosexual de 2 personas cuya finalidad es compartir su vida en un mismo espacio rompiendo el mito de Hasta que las Muerte los Separe, sino hasta que el Vínculo les Dure.

La referencia bibliográfica de la cual se ha tomado material para la realización de este trabajo, es de Jorge Bucay, psicodramatista y terapeuta gestáltico y de igual manera Silvia Salinas, quien es especialista en psicoterapia de parejas, coautora del libro *Amarse con los ojos abiertos* junto con el Dr. Bucay. (Del Nuevo Extremo, 2000), directora en Argentina el Centro PRESENCIA donde dicta seminarios de formación para terapeutas y trabaja con su equipo en terapia individual, de pareja o grupal. Dicho Centro tiene además sus instalaciones en México en la Ciudad de Torreón, Coahuila.

Entre otros autores, se encuentran contenidas las ideas de Rubén González Vera, psicólogo y terapeuta de parejas, quien actualmente preside la llamada Escuela para Profesionalizar a la Pareja, mediante un proyecto denominado MEGA (Movimiento Escolar de los Guerreros del Amor), cuyas aportaciones se desarrollan en el marco teórico de la presente investigación. Otro autor del cual se han extraído ideas para la realización de este trabajo, es Sergio Sinay, formado en psicología gestalt, terapeuta e investigador de los valores masculinos contemporáneos, quien muy acertadamente opina de la relación de pareja: *“Vivir en pareja no es convivir en un campo de batalla luchando por el poder, sino en un espacio de siembra y construcción conjunta”*.

El presente trabajo de investigación se encuentra dividido en 3 capítulos. El CAPÍTULO I es el marco referencial, en el cual están plasmados los motivos e inquietudes que hicieron posible llevar a cabo la investigación mediante los pasos que conlleva el proceso de investigación. El CAPÍTULO II es el Marco Teórico, que incluye todas aquellas teorías que para el investigador resultan pertinentes para abordar el tema de la Relación de Pareja, desde el punto de vista de diferentes autores, los cuales se complementan unos a otros. El CAPÍTULO III es el Marco Metodológico, en el que se explican los pasos a seguir en el proceso de realización del presente estudio; desde la elección del tema a investigar, hasta la redacción final de la Investigación.

En lo concerniente al tema principal de estudio y de acuerdo a la información obtenida, la autora considera que “Las parejas se separan por lo mismo que se juntan”. Esto quiere decir que al inicio de una relación, lo que atrae a dos seres humanos es justamente las coincidencias que pueda haber entre ellos; sin embargo, mientras se va dejando atrás la etapa del enamoramiento se llega a conocer un poco más las virtudes, vicios, concordancias y divergencias que tiene la pareja. Es justamente el tiempo y lo que Bucay llama “Amarse con los Ojos Abiertos” lo que puede marcar la diferencia y hacer que el vínculo perdure o que la pareja pueda disolverse.

En la sociedad mexicana, mencionar las relaciones de pareja es un tema del que muchos hablan, pero pocos saben, o pocos se encuentran realmente interesados en conocer como debería, con la responsabilidad que emprender un proyecto de tal magnitud se merece.

En México, según cifras del Instituto Nacional de Estadística y Geografía en 2007 se registraron 13 divorcios por cada 100 matrimonios, con un crecimiento significativo en los últimos años, ya que en 2000 la relación era de 7.4 y en 1971 de 3.2 (INEGI, 2007)

En este estudio, se apoya la idea de contar con la demostración de afecto, fidelidad y compromiso como componentes de la relación de pareja, los cuales al estar presentes, impactarán de manera positiva al vínculo que dos personas formen

Que para que la relación de pareja a la Anteriormente, según cuentan las personas mayores, la persona que llevaba a su casa a un novio, era porque lo había escogido para ser su esposo (a), sin embargo ahora, eso se ha perdido y los padres ven desfilar por su casa a una infinidad de novios sin que se llegue a formalizar una relación. Quizá sea que a esas relaciones les falta una de sus características principales, demostración de afecto; fidelidad, pues las relaciones promiscuas son cada vez más frecuentes; o compromiso, al cual muchas personas le rehúyen.

Es por ello, que la propuesta es ver a la relación de pareja con el compromiso que ella exige y merece, con la oportunidad de desarrollar eso que me hace diferente al otro y me haría bien tener. Compartir en pareja, convivir y respetar con esas diferencias quizá nos lleve a relaciones de pareja saludables y a un crecimiento personal constante.

1.2 JUSTIFICACIÓN

Cuando las personas se encuentran con dificultades en la relación tienden a culpar a su pareja. Ven claramente cual es el cambio que necesita hacer el otro para que la relación funcione, pero le es muy difícil ver qué es lo que ellas hacen para generar los problemas. Es muy diferente encarar los conflictos que surgen en una relación con la actitud de revisar “qué me pasa a mí”, que enfrentarlos con enojo pensando que el problema es que estoy con la persona inadecuada.

Muchas parejas terminan separándose a partir de la creencia de que con otro sería distinto y, por supuesto, se encuentran con situaciones similares, donde el cambio es sólo el interlocutor. E aquí la importancia de este trabajo, en el cual se contrastan diferentes teorías referente al tema de la pareja, desde el momento de la elección de la misma así como sus diferentes procesos y etapas por la cual interviene, esto con el fin de hacer ver a cada uno de los miembros de esta relación que la responsabilidad de encontrarse es de dos , cada uno con sus valores y creencias, dando lo mejor de sí para que el proyecto a emprender no sea sólo un mero compromiso social sino el fortalecimiento y el crecimiento personal de cada uno de ellos en forma individual y claro está, como un individuo nuevo formado por los dos. Por ello, frente a los desencuentros vinculares, el primer punto es tomar conciencia de que las dificultades son parte integral del camino del amor. No podemos concebir una relación íntima sin conflictos.

La salida sería dejar de lado la fantasía de una pareja ideal, sin conflictos, enamorados permanentemente. La realidad mejora notoriamente cuando me decido a disfrutar lo posible en lugar de sufrir porque una ilusión o una fantasía no se dan. Es por ello que este trabajo está dirigido a las personas que se encuentran inmersas en una relación de pareja, ya sea casados, en unión libre o a los que se encuentran en el proceso de elección

de la misma y tienen miedo de comprometerse por desconocer el complejo mundo de las relaciones humanas, ya que les dará un panorama más claro de lo que representa compartir su vida con otro ser entero y que en lugar de quitar el tiempo, puede llevarlo a conocerse más profundamente, pues hay que recordar que la pareja es el espejo de uno mismo en el cual poder encontrar el propio crecimiento personal.

La propuesta es; hagamos con la vida posible... lo mejor posible.

Sufrir porque las cosas no son como yo me las había imaginado, no sólo es inútil, sino además es infantil.

Ésta es, pues, la nueva propuesta, empezar a pensar la pareja desde otro lugar, desde el lugar de lo posible y no de lo ideal. Por eso es que vamos a intentar ver los conflictos no sólo como una camino para superar barreras y poder acercarse así al otro, sino también como un camino para encontrarse con el compañero y, por supuesto, a partir de lo dicho, como un camino para producir el transformador encuentro con uno mismo.

Estar en pareja ayuda al crecimiento personal. A ser mejores personas, a conocerse más. La relación suma. Por eso vale la pena.

Vale... la PENA (es decir, *vale* penar por ella). Vale el sufrimiento que genera. Vale el dolor con el que tendrá que enfrentarse. Y todo eso es valioso porque cuando se atraviesa, ya no se es el mismo, se crece, se es más consciente, se siente mayor plenitud.

La pareja no salva de nada, no debería salvar de nada. Muchas personas buscan pareja como medio para resolver sus problemas. Creen que una relación íntima los va a curar de sus angustias, de su aburrimiento, de su falta de sentido. Esperan que una pareja llene sus huecos.

Cuando se elige a alguien como pareja con estas expectativas, se termina inevitablemente odiando a la persona que no les da lo que se espera de ella. El contenido de este trabajo puede ser consultado y analizado como un medio que nos brinde la información requerida acerca de la relación de pareja. Para ver que más allá de lo que ofrece el hecho de enamorarse “a simple vista”, uno se encuentra a uno mismo, al descubrir al otro como el propio espejo y el portador de la más clara pero a la vez oscura realidad.

Para que las relaciones prosperen, es menester que se vean desde otra manera; como una serie de oportunidades para ampliar la conciencia, descubrir una verdad más profunda y volverse humanos en un sentido más pleno. Y cuando se convierte en un ser humano completo, que no necesita de otro para sobrevivir, seguramente se encontrará a alguien completo con quien compartir lo que uno y otro tienen.

Ése es, de hecho, el sentido de la pareja.
No la salvación, sino el encuentro.
O mejor dicho, los encuentros.
Yo contigo
Tú conmigo
Yo conmigo.
Tú contigo.
Nosotros, con el mundo. (Bucay, 2007)¹

¹ Bucay, J. y Salinas S. (2007). *Amarse con los Ojos Abiertos. El desarrollo personal a través de la pareja.* (2ª ed.). México: Ed. Océano De México S.A. de C.V.

CAPÍTULO II

METODOLOGÍA

2.1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La aceptación de las diferencias en la relación de pareja favorece el crecimiento personal de cada individuo.

2.2 OBJETIVO GENERAL

Describir la importancia de aceptar las diferencias individuales en la relación de pareja para contribuir al crecimiento personal de sus miembros.

2.2.1 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Señalar el valor que diferentes autores dan a la relación de pareja y el enfoque psicológico a través del cual la abordan.

Reconocer que la aceptación de las diferencias en la pareja permite utilizar los conflictos como herramientas de crecimiento para poder enriquecer a sus integrantes.

Explicar el papel del conflicto en la pareja como oportunidad para el desarrollo de las potencialidades de generar acuerdos de sus miembros.

Determinar el papel de la historia familiar de cada individuo como factor determinante de las futuras relaciones de pareja.

Apreciar el papel de la pareja como un vínculo donde se pueden reflejar los peores y mejores aspectos del individuo.

2.3 TIPO DE INVESTIGACIÓN

Para la realización de este trabajo de tesis, se recurrió a la Investigación Documental, a través de la recopilación de información acerca del tema en libros, revistas, otras fuentes documentales alcance que dan sustento al tema de investigación.

Dentro de la investigación documental se considera la investigación documental Informativa (expositiva).

Este escrito es básicamente una panorámica acerca de la información relevante de diversas fuentes confiables sobre un tema específico, sin tratar de aprobar u objetar alguna idea o postura. Toda la información presentada se basa en lo que se ha encontrado en las fuentes. La contribución del estudiante radica en analizar y seleccionar de esta información aquello que es relevante para su investigación. Por último, el estudiante necesita organizar la información para cubrir todo el tema, sintetizar las ideas y después presentarlas en un reporte final que, a la vez, sea fluido y esté claramente escrito. Montemayor (2002)²

2.4 PROCESO DE LA INVESTIGACIÓN DOCUMENTAL

El proceso en la investigación llevado a cabo en este estudio es un procedimiento riguroso formulado lógicamente, para la adquisición, organización y transmisión de conocimientos, la cual se constituye de diferentes etapas para llegar a la realización final de todo el proyecto de investigación. Para elaborar el presente proyecto de tesis se siguieron las siguientes etapas de la investigación documental.

1º. Primera y fundamentalmente " elección del tema". Ya que toda investigación tiene como origen una inquietud y una pregunta en torno de determinados fenómenos, acontecimientos, hombres y objetos. Por lo tanto,

² Montemayor Hernández, María Velia, García Treviño, María Consuelo y Garza Lorena, Yolanda. Guía para la investigación documental. México: Trillas, 2002.

obedece a una curiosidad que la autora se planteó acerca de la relevancia que tiene el hablar de la relación de pareja entre los seres humanos con el fin de conocer más a fondo y con más amplitud del tema, poseer un dominio más vasto y enriquecedor; así como también compartir con las personas que En concreto, la autora inicia haciendo una introspección de experiencias de vida, en base a estas, propone un tema que la motive a la realización del presente proyecto de investigación.

2º. Acopio de bibliografía básica sobre el tema. Para llevar a cabo la presente investigación documental se realizó una intensa, rigurosa y larga búsqueda de recolección de información en fuentes de investigación primarias; fuentes de información completas como libros, artículos, páginas de internet, etc.

Asimismo, visitando bibliotecas, librerías y sitios de internet.

3º. Elaboración de fichas bibliográficas y hemerográficas. La elaboración de fichas bibliográficas y hemerográficas son instrumentos en los que se registran, de manera independiente, los datos de las obras consultadas. Estas fichas permitieron identificar un libro en particular, localizarlo físicamente y clasificar las fuentes en función de la conveniencia del trabajo. Permitieron a la autora localizar rápidamente el material en el momento oportuno durante el transcurso que se llevó a cabo el proceso de investigación.

4º. Lectura rápida del material. Con la finalidad de ubicar las principales ideas y conocer la calidad del material recabado. En este material obtenido se encontraron testimonios que la actividad humana ha dejado y a través de los cuales el hombre de ciencia, principalmente el psicólogo necesita tomarles información y el conocimiento que contienen para lograr realizar estudios como éste.

5º. Delimitación del tema. Después de la lectura rápida resultó más fácil delimitar el tema, porque se pudo medir su dimensión y alcance, su aspecto formal y su complejidad. Delimitar el tema es ver la viabilidad para su desarrollo. Unida a esta delimitación es necesaria la justificación del mismo, quiere decir poner límite a la investigación y especificar el alcance de esos límites.

En la presente investigación se delimitó el tema de las Relaciones de Pareja, a lo concerniente a la aceptación de las diferencias, no se le situó en un momento específico, pues se recopilaron diversas referencias bibliográficas para realizar la documentación de la investigación y no se llevó a cabo una observación ni intervención de ningún tipo sobre población específica.

Así mismo, se recurrió a delimitar el enfoque a través del cual se estudia el fenómeno de la relación de Pareja, pues como se mencionó con anterioridad, son múltiples las cuestiones que componen el vínculo conyugal y desde los cuales podría analizarse, pero en este caso, el interés de la investigadora se centró en el aspecto psicológico. Puede notarse que se incluye un marco legal, el cual aclara algunos aspectos jurídicos de la relación de pareja y sólo sirve como apoyo en la investigación.

6º. Elaboración del esquema de trabajo. El cual consta de un registro visual que representa el esqueleto del escrito con que se concluye el proceso de investigación. El cuerpo del proyecto es secuencial y determinara el éxito del presente estudio. Es una pauta de seguimiento y de construcción que se tomó en cuenta para buscar que el proyecto goce de un éxito y de una realización a ciencia cierta.

Al iniciar el proyecto de investigación se realizó un bosquejo del marco teórico, el cual fue modificado en diversas ocasiones por la autora con la finalidad de plasmar en un esquema secuencial la información contenida en la presente investigación para facilitar el acceso a los temas y su posible entendimiento.

7º. Ampliación de la información sobre el tema ya delimitado. Se buscó nueva información directamente ligada con el tema. Esta ampliación de información se pudo recolectar por medio de la navegación en internet en base a la consulta a sitios webs de autores encargados del estudio de la pareja. Asimismo asistiendo a una conferencia-taller en la cual se trató el tema de la Relación de Pareja por la Lic. Psicología Azalea Montoya Verduzco, en la Cd. De Coatzacoalcos, Veracruz. México.

8º. Lectura minuciosa de la bibliografía. Implicó reflexión e interpretación; siendo su resultado las ideas más importantes que pasaron a la fichas de contenido.

9º. Elaboración de fichas de contenido. Las cuales contienen las ideas más importantes de acuerdo a la autora, en las cuales se transcribió e innovó la información textual del documento. Se citó todo aquello que sea relevante para la presente investigación Por medio de estas fichas se ordenó la información para tenerla siempre a la mano.

10º. Organización de fichas de contenido y se revisó el esquema. Su objetivo; la valoración del material recopilado, la localización de posibles lagunas y la detección de excesos en las ideas transcritas; por lo cual se realizó una depuración de información sobrante y se complementó tanto el esquema de trabajo de acuerdo a la información ampliada en el presente marco teórico.

11º. Finalmente redacción del trabajo final. Con la que se llega a la conclusión de la investigación, a través de la cual la autora trató de comunicar los resultados del presente estudio mediante un texto escrito, el cual puede ser consultado por cualquier persona que requiera de esta.

Al llevar acabo este proceso de investigación, se obtuvo un proyecto que comunica con la mayor claridad y coherencia posible las diferentes perspectivas a través de las cuales los diversos autores consultados en esta tesis han abordado el tema de la pareja. En la misma línea, se plantea a través del proceso de la investigación documental la aceptación de las diferencias en la pareja para lograr un crecimiento personal constante y verdadero a través de la relación de pareja.

CAPÍTULO III

MARCO TEÓRICO

3.1 MARCO CONCEPTUAL

A continuación se enlistan en estricto orden alfabético algunos términos contenidos en el presente estudio, los cuales se definen con la mayor claridad posible para un mejor entendimiento del lector.

◆ CONFLICTO

Coexistencia de tendencias contradictorias en el individuo, capaces de generar angustia y trastornos neuróticos.

◆ CRECIMIENTO PERSONAL

Por **crecimiento personal** se entiende la actualización de las potencialidades humanas (psicológicas y espirituales) que la persona puede hacer más allá de su desarrollo natural en función de la edad. Con el trabajo de crecimiento personal la persona aumenta sus posibilidades de pensar, sentir y actuar de una manera saludable y plena.

◆ DETERMINISMO FÍSICO

Doctrina según la cual nada es causal, cualquier fenómeno del universo es efecto de sus antecedentes y no podría producirse sin ellos.

◆ INCONSCIENTE

Sistema de impulsos reprimidos, pero activos, que no llegan a la conciencia.

◆ INFIDELIDAD

La infidelidad representa una violación o traición a una promesa o a un voto que la pareja acordó en un convenio exclusivo entre dos, independientemente de si hubo o no, algún convenio formal ante la ley, además de que no se refiere necesariamente al coito sexual con el tercero involucrado y que además es un fenómeno multicausal que no sólo involucra factores sexuales, sino que también biológicos y psicológicos.

◆ MONOGAMIA

Régimen familiar que veda la pluralidad de esposas.

◆ NEUROBIOLOGÍA

Es el estudio de las células del sistema nervioso y la organización de éstas en circuitos funcionales que procesan información y median el comportamiento. Es una subdisciplina de la biología y la neurociencia.

◆ PAREJA

La palabra pareja deriva de dos vocablos: *par*, que significa igual, parecido, duplicidad; y *eja*, que alude a algo que parece, pero no es, que no llega a ser.

Una pareja es la unión de dos personas que de forma libre y voluntaria "se aman" de forma "pareja" y que a partir de ese amor mutuo construyen en el tiempo una relación caracterizada por una permanencia del vínculo, en que se suman vida afectiva, relaciones sexuales, intercambio económico, deseo

de compartir el futuro junto a un proyecto vital que les da sentido y que determina el establecimiento de dependencias cualitativamente diferentes de las que pueden darse en cualquier otro vínculo” (Feinstein).

◆ RACIONALIZACIÓN

Mecanismo de defensa por el que un sujeto explica de forma coherente, y de acuerdo con las normas sociales aceptadas, una conducta cuyas razones verdaderas no serían admitidas por el superyó ni aprobadas socialmente en igual medida. El proceso transcurre completamente en el inconsciente, pero al mismo tiempo proporciona el nexo de unión entre los fenómenos inconscientes y la reflexión consciente.

◆ VÍNCULO

(Del lat. *vincŭlum*).

Unión o atadura de una persona o cosa con otra. U. m. en sent. fig.

3.2 MARCO HISTÓRICO

3.2.1 CICLOS DE LA FAMILIA Y PAREJA

VARGAS (2006) afirma lo siguiente:

La pareja, como todo fenómeno humano, tiene un ciclo de existencias en el que nace (dentro de un contexto social) crece, se reproduce y termina. De inicio se tiene la perspectiva de que un matrimonio va a durar “hasta que la muerte los separe”. Sin embargo, los cambios sociales y la evolución social han determinado una serie de modificaciones que hacen que la gente se divorcie con más frecuencia. A pesar de esto, la relación monógama de pareja sigue siendo el paradigma social por excelencia, pues no ha surgido una alternativa social viable. Seguramente con el tiempo, con el cambio de las condiciones sociales e ideológicas, la pareja irá cambiando, pero la alternativa está por verse. (p. 65)³

3.2.1.1 Noviazgo

El noviazgo es la etapa de formación de las parejas. Generalmente hay un impulso de todos los integrantes de la comunidad adolescente de buscar una pareja. La manera como se impulsa a los adolescentes a que tengan un noviazgo es variada: va desde la petición explícita hasta la paradoja, desde que el padre dice explícitamente al hijo que a la edad que tiene debe comenzar a buscar una novia. O bien, los padres prohíben a su hija que tenga novio, con la finalidad de que ella lo haga a escondidas.

De cualquier manera, tarde o temprano, el adolescente, entre los impulsos sociales y hormonales que en ese momento se encuentran en su punto más alto, comienza a buscar una relación con el sexo opuesto. Algunas personas no logran establecer una relación normal con el sexo opuesto, debido a que sus expectativas de relación de pareja son tan deplorables que no desean conseguir esto. Es decir, el modelo de familia internalizado es tan negativo y costoso desde el punto de vista emocional, que lo evitan con el sencillo recurso de no conseguir pareja, no relacionarse

³ Vargas, J. e Ibáñez, J. (2006). Solucionando los Problemas de Pareja y Familia. Fundamentos Teóricos y alternativas de Solución desde la Perspectiva del Vínculo (4ª ed.). México: Ed. Pax México.

seriamente con nadie y no casarse. Este modelo internalizado aparece a partir de la relación de sus padres cuando el sujeto era niño. Generalmente son los padres, pero el modelo de matrimonio puede ser el de una familiar cercano o de lo que la familia siempre habló al respecto.

El concepto social que existe para conseguir pareja de una manera “normal” es el noviazgo, lo cual implica un compromiso por parte de ambos miembros de la pareja de establecer una relación formal. Dicho concepto de noviazgo tiene un conjunto de reglas que casi nunca se establecen de forma explícita, sino que se supone que el otro miembro de la pareja debería saber. Cuando se dejan de cumplir, se generan problemas, pleitos y si éstos no se resuelven, podrá haber rupturas.

Cada familia y cada pareja tienen sus códigos de comportamiento, los cuales tratan de cumplir en la medida de lo posible. Pero los medios de comunicación, los amigos, la escuela y el momento social en que viven hacen que dichos códigos de comportamiento se vayan modificando. Generalmente, las principales reglas de comportamiento implican la fidelidad y el trato especial hacia la pareja. Se espera que el novio o novia sólo tengan una pareja con quien salen o con quien se besan o tienen cualquier tipo de proximidad corporal o social del mismo tipo. De la misma forma, el novio o novia espera ser tratado de manera especial y diferente, sobre todo respecto a la importancia que el otro le da.

Durante el noviazgo los adolescentes comienzan a probar cuáles serían sus futuras relaciones con el sexo opuesto. Las posibilidades de relación son muchas y están determinadas en parte por las relaciones que se hayan establecido con la familia de origen, el tipo de comunidad donde se vive, el momento histórico y social y, las características singulares del sujeto.

En ese sentido, durante el noviazgo se ponen en juego tanto las habilidades como las perspectivas y expectativas en relación con el sexo opuesto. De todo esto dependen el momento y el lugar donde se comienza a buscar pareja. Pero cada relación va a tener la marca del sujeto y de la familia de donde surgió.

3.2.1.2 Constitución De La Pareja Estable

Después de tener un período razonable de noviazgo, las parejas deciden casarse o comenzar a vivir juntas. Para efectos de lo que estamos discutiendo, es lo mismo que se casen o que vivan juntos. Funcionalmente empiezan a vivir en pareja y este tipo de relación tiene otra reglamentación. Es el momento de tener grandes expectativas acerca de lo que será la relación de matrimonio.

Al comienzo, cada miembro de la pareja se experimenta como un todo en interacción con otro todo y en este proceso de formar una nueva unidad, cada uno tiene que convertirse en parte del sistema pareja, ya que algunas veces se vivencia como pérdida de individualidad. Entre estas tareas se encuentran:

1. Acomodarse a la rutina que involucra el vivir junto a otro.
2. Lograr una separación de la respectiva familia de origen.
3. Reorganizar los encuentros y relaciones de la pareja con elementos extra familiares, y la influencia de ellas.
4. Disponerse a crear un nuevo sistema social.

En resumen, se deben conciliar los valores de ambas partes, desarrollar pautas que apoyen la acción del otro y ceder parte de la individualidad para ganar un sentido de pertenencia (Rubilar, 1995).⁴

⁴ Rubilar, C., Morales, V. y otros. (1995). Ciclo vital y funcionamiento familiar. Seminario para optar al grado de licenciado en Psicología. Concepción: Universidad de Concepción.

Como portadoras de la concepción, las mujeres intentan con más frecuencia vivir dentro de la relación monogámica establecida socialmente, y esto tiene razones que van desde lo biológico hasta lo social: por un lado, la relación monogámica asegura la certeza social sobre la paternidad de los hijos. Esta certeza tiene grandes beneficios dentro del orden social establecido, porque da a los hijos derechos legales y familiares que sólo pueden ser asegurados por este medio.

El hombre tiene la expectativa de que se esposa, como mujer que es, será comprensiva, buena, limpia, pura, inocente y perfecta en muchos sentidos. La mujer tiene la expectativa de que su esposo será fuerte, inteligente, emprendedor, trabajador, comprensivo e igualmente, en muchos sentidos, perfecto. Racionalmente se dan cuenta de que esto no puede ser, porque es imposible que tanto un hombre como una mujer tengan tantas perfecciones; pero esto ocurre sólo en el nivel racional. En lo emocional, a nivel menos consciente se espera que la pareja sea perfecta y ocurre una gran desilusión cuando no es así

En la pareja se proyectan, de una manera muy compleja, una serie de expectativas que determinan en gran medida el resto de la vida. Generalmente estas expectativas se cumplen en el mejor de los casos o no se cumplen, en el peor. Ante esto, dependiendo del grado de involucramiento y de las habilidades de afrontamiento que tenga el sujeto, hay una variedad de formas de responder. Si la pareja todavía se encuentra muy involucrada, ambos pasan por alto la falta de cumplimiento de las expectativas, racionalizando los eventos y dándoles una explicación plausible. Ambos fuerzan las expectativas de tal manera que se adapten a las circunstancias actuales. Uno disculpa todo lo que el otro hace y el otro da una disculpa o una explicación.

Otra manera de responder es presionando a la pareja en todas las formas imaginables para que cambie. Se dedican a “la muy notable tarea de hacer cambiar al otro”. Y todo es en pos de que el otro se “beneficie” con sus puntos de vista, o de una forma correcta de hacer las cosas. Ante tan notable intención, todo está permitido. Por supuesto, la otra parte piensa lo mismo y se dedica con igual entusiasmo a la misma tarea; pero ante el menor cambio, pensamos que recorreremos el camino de manera exitosa, por lo cual insistimos más y durante mucho tiempo. La contraparte, como un espejo, hace lo mismo durante el mismo tiempo. Pero si bien esta puede ser una forma de balance en la relación, también puede ser una fuente inagotable de problemas.

Cuando un miembro de la pareja decide no ocultarse a sí mismo que el otro no cumple con sus expectativas, también hay una serie de opciones. Una de ellas, por supuesto y dependiendo de las condiciones sociales, familiares y económicas, es divorciarse. No se puede estar al lado de una persona que no resultó ser lo que se esperaba.

Otra alternativa que poca gente toma es la de aceptar a la pareja tal y como es. Esta es una alternativa rara, porque requiere de hacer uso verdadero de las posibilidades analíticas de la persona. Implica el reconocimiento de que su pareja no es un ser perfecto e ideal, sino con un ser humano, quien, naturalmente, tiene problemas y defectos. Pero de la misma manera que sabe reconocer defectos, también sabe reconocer las cualidades de su pareja y, haciendo un balance de su matrimonio, piensa que sale ganando si permanecen juntos.

3.2.1.3 Nacimiento De Los Hijos.

Los hijos pueden nacer en cualquier momento dentro del matrimonio. A veces tenerlos implica una discusión, una plática al menos por ambos miembros de la pareja. Pero en otras ocasiones los hijos vienen por decisión de uno sólo de los miembros de la pareja y en otras nacen “accidentalmente”. Pero de cualquier forma como llegue los hijos, implican un cambio profundo en la relación. En otras ocasiones, debido a factores muy complejos, la relación comienza con hijos, como cuando la novia se embaraza y la pareja decide casarse para que su hijo tenga un hogar.

Cuando un niño forma parte de una pareja, las relaciones emocionales se triangulan y las tensiones se distribuyen. Esto hace que la pareja esté tensa antes de acostumbrarse a la nueva situación que le plantea tener un bebé. Ambos miembros de la pareja comienzan a prestar demasiada atención al bebé. La madre es quien más atención tiene que prestarle, naturalmente, al hijo, mientras que el esposo, cuando llega de trabajar, pregunta por el niño antes que por su esposa.

Cabe recordar que las crisis familiares surgen cuando alguien ingresa o egresa de la familia de diferentes maneras. En este momento hay un reacomodo en la familia porque se tiene que cubrir el vacío dejado por el egresado o se le tiene que dar espacio a quien recién ingresa. En el caso del niño, el espacio que se le debe dar es grande debido a que es muy demandante en cuidados y atenciones.

Estas demandas tan grandes de parte de un bebé hacen que las relaciones de la pareja sean difíciles; generalmente las parejas se adaptan debido al vínculo que se establece con el bebé.

Las condiciones económicas y sociales influyen en la forma como comienza a criarse a los niños, pero más que ellas, es la manera como se asume dicha crianza. Este estilo estará determinado, como casi todas las características psicológicas, por los estilos aprendidos en el hogar de origen y por la forma como el sujeto asuma dichos estilos. Los sujetos en ocasiones reflexionan acerca de la manera como fueron criados y, de acuerdo con su experiencia y educación particular, modifican un poco los estilos aprendidos.

3.2.1.4 Infancia De Los Hijos

Durante esta etapa de la vida, ambos miembros de la pareja se encuentran muy ocupados con la crianza de los hijos. Cada uno se encuentra enfrascado en diferentes actividades, pero al mismo tiempo en un objetivo primordial: la sobrevivencia y crianza de la prole. En nuestra sociedad, debido a las condiciones sociales y económicas actuales, en muchas ocasiones los abuelos se hacen cargo del cuidado de sus nietos. Esto tiene ventajas y desventajas. Por un lado, el niño se cría en un ambiente más reposado, con una estructura lo suficientemente sólida para tener seguridad. Pero, por el otro, se tienen problemas de autoridad sobre los niños.

La otra alternativa es la guardería, que también tiene sus ventajas y desventajas. Por un lado, la guardería es un ambiente relativamente institucionalizado y estructurado, donde las rutinas y horarios se establecen de tal manera que los niños terminan por acostumbrarse a ellas sin mucho problema. No existe el manejo tan emocional por parte del niño como con la madre, quien se deja llevar por el llanto de aquél.

En esta etapa de crecimiento de los hijos, los padres también se desarrollan y crecen en su propio ámbito. El padre crece en su ambiente laboral, invirtiendo mucho tiempo y esfuerzo en tratar de desarrollarse, lo cual

hace que en parte se ocupe poco tiempo de los hijos. Si la madre trabaja también durante la primera infancia de los hijos, es posible que crezca laboralmente y obtenga responsabilidades y ascensos que le quiten mucho tiempo. Resulta difícil compatibilizar ambas actividades, la crianza y el trabajo, aunque hay quien consigue un balance adecuado de ambas cosas: hijos que crecieron sintiéndose seguros y protegidos en su hogar y sus padres trabajando.

De cualquier manera, la infancia de los hijos es una época llena de actividades que no permite hacer muchas reflexiones debido a que el objetivo primordial es la sobrevivencia y crianza de los hijos y por el otro, la época de crecimiento profesional y laboral de uno o ambos de los padres.

En esta etapa de la vida de la pareja, las relaciones sexuales suelen espaciarse debido a la falta de tiempo y en ocasiones a la falta de interés. Hay otras cosas más importantes para la madre que tener relaciones con su esposo, como cuidar la alimentación, la ropa, la limpieza, la puntualidad de los hijos en la escuela. Y el padre también puede estar interesado en su trabajo, que le consume mucho tiempo y energía. Éste es un proceso de momentáneo alejamiento que no todas las parejas sobreviven como tales. Por este alejamiento, el hombre puede comenzar a buscar alguna relación externa, o dedicarse con todas sus energías al trabajo, o buscar compañía y atención de sus amigos o de su familia de origen.

Ante esto la mujer puede resentirse y el alejamiento de su pareja puede deprimirla, aunque puede ocurrir que esté tan enfrascada en la crianza de sus hijos que ni cuenta se dé. Pero cuando se da cuenta, comienza a exigirle mayor atención. La forma como se relacionaban durante el noviazgo y el inicio del matrimonio ha cambiado y algunas mujeres no lo comprenden. Cuando la esposa reclama, el esposo puede defenderse muy bien y decir que lo hace para mantenerla a ella y sus hijos. También puede surgirle una

nueva dependencia hacia su madre, su padre o sus hermanos, la familia de origen. Otra opción que se puede tomar son los amigos. Ellos le proporcionan amistad, consejo, apoyo emocional y aprobación social, en fin, cubren una gran cantidad de satisfactores emocionales que la esposa no puede proporcionar.

Por último, una posibilidad más son las relaciones extramaritales con otras mujeres. El hombre puede buscar tener relaciones sexuales con otras mujeres. El marido puede buscar tener relaciones sexuales con otras mujeres y desear varios tipos de satisfactores tanto sexuales como emocionales. El problema de este tipo de relaciones es que puede causar la disolución del vínculo matrimonial según la forma como se asuma.

3.2.1.5 Adolescencia De Los Hijos

Los hijos crecen a una velocidad vertiginosa y repentinamente los padres se encuentran ante un adolescente que, dependiendo de las reglas establecidas años antes, puede ser un problema o no. Cuando los padres se dan cuenta de que los hijos son independientes, procuran mantenerlos bajo control con el pretexto de que lo hacen por su bien. Demasiada supervisión es tan mala como poca supervisión; pero, nuevamente, mantener el equilibrio es algo difícil de manejar.

Respecto de la pareja, ésta puede continuar, de una manera diferente, triangulando sus conflictos por medio de sus hijos. Los permisos, las compras de cosas para los hijos y la escuela donde estudiarán son decisiones matizadas por la relación de pareja. Triangulan la relación de tal forma que aparentemente lo que se está discutiendo es la educación de los hijos, cuando en realidad es la manifestación de la relación marital.

El crecimiento de un hijo implica su independencia. Para entender el concepto de madurez igual a independencia, es necesario hacer un pequeño retroceso. Cuando un niño nace, su característica más importante es su absoluta y compleja dependencia tanto física como emocional de sus padres. Conforme va creciendo, se va independizando de los cuidados paternos; pero, dado que la infancia del ser humano es muy larga y más en una sociedad que requiere una educación más compleja para que sus integrantes tengan un empleo suficientemente remunerador, la dependencia se extiende demasiado. Esta prolongación hace en ocasiones que, una vez superada la dependencia económica y social, siga vigente la dependencia emocional.

La dependencia emocional significa que el sujeto no puede resolver sus problemas sin que sus soluciones sean supervisadas por alguien a quien considera está más entrenado en resolverlos. También significa que la persona depende de los estados de ánimo del otro para crear los suyos. Tal dependencia ocurre de forma muy clara en las relaciones de pareja. Cuando la pareja es muy indiferenciada, todo lo que haga el otro afectará al sujeto. Si el otro insulta, critica o agrade verbalmente, la pareja se resentirá demasiado, así, sus estados de ánimo dependen en gran medida de lo que haga el otro, o sea, si el otro está de buenas, la pareja disfruta, pero si está de malas, la pareja se pone también de malas. El matrimonio implica cierto grado de dependencia emocional, pues de otra manera no se conservaría, pero cuando la dependencia es excesiva, resulta perjudicial y patológica. En la medida en que un miembro de la pareja puede ver con más objetividad lo que el otro hace para controlarlo, puede haber respuestas mucho más efectivas para que la relación no se vicie.

Todo ese conjunto de estrategias que ambos miembros de la pareja hacen tiene por objetivo que el otro pueda entender y acatar su punto de vista. El problema es que el otro hace lo mismo y, al final, ninguno de los dos cambia ni cede, pero se causa mutuamente infinidad de problemas.

3.2.1.6 Los Hijos Se Casan Y La Pareja Se Queda Sola

Un hijo sólo puede crecer cuando se le permite o cuando tiene un ambiente lo suficientemente seguro para que abandone el hogar sin sentirse culpable, o cuando trata de huir del ambiente familiar que le asfixia.

El problema con las parejas cuando los hijos se van de al casa es que ya no hay con quien triangular los problemas. Durante años, la pareja estuvo al pendiente del crecimiento, seguridad y desarrollo de los hijos, incluso durante la adolescencia. Ahora la pareja está sola, uno frente al otro. Y si nunca aprendieron a convivir, a resolver sus problemas, a tolerarse, nuevamente existirá el peligro del rompimiento. Las posibilidades son muchas y también existe la alternativa del reencuentro: un nuevo despertar en las relaciones de pareja, ocuparse mucho más uno del otro e intentar satisfacer sus necesidades emocionales con más madurez, independencia y tolerancia uno respecto del otro; sin embargo, realmente debemos admitir que esta posibilidad es un poco más lejana, tomando en cuenta que las personas tienen la costumbre de coleccionar rencores para sacarlos en el momento más inoportuno.

Uno de los problemas de la sociedad actual es la prolongación de la vida. Ante los avances de la medicina actual, la higiene, los antibióticos y la medicina preventiva, las personas tienden a vivir mucho más años, por lo que los matrimonios son mucho más largos que antes, lo que provoca problemas maritales diferentes de los surgidos en las décadas anteriores. Por lo tanto, dado las condiciones sociales y económicas de la sociedad actual, las parejas se separan con más frecuencia durante esta etapa de la vida. Las posibilidades de encontrar a otra pareja y reiniciar una nueva relación marital aumentan. Ante esto, las alternativas de divorcio ocurren con mucha más frecuencia.

3.2.1.7 Infidelidad Dentro Del Ciclo Vital De La Pareja

Una posibilidad de disolver el vínculo de la pareja es la infidelidad. Las causas de la misma son diversas. El matrimonio monogámico es una forma ordenada y estructurada que el ser humano ha encontrado para la reproducción y garantía de la continuidad de la especie humana. La poligamia (un hombre con varias mujeres) y la poliandria (una mujer con varios hombres) oficiales sólo ocurren en sociedades en las cuales la forma de producción social es tal que proporciona las condiciones para la misma. Pero en este caso hablaremos del estilo monogámico de la sociedad en que vivimos: la mexicana.

Las dimensiones de la infidelidad son variadas. Por ejemplo: puede ser que una persona sea infiel, pero no desea terminar con su matrimonio, sino sólo tener este tipo de aventuras. Otro estilo es aquel en que la persona tiene una relación extramarital e involucra a la otra persona en las discusiones maritales. Es decir, da señales a su cónyuge de que tiene este tipo de relaciones para contar con un elemento de defensa en las discusiones, la amenaza con irse o con terminar su relación de matrimonio si el otro no se comporta como se quiere. Por último, la persona tiene una relación extramarital porque está harta de su relación de matrimonio y desea terminar con ella. En general, se puede decir que casi todas las relaciones extramaritales están dirigidas más bien hacia la reafirmación de la autoestima y la búsqueda del placer prohibido; por ello son relaciones ocultas, ya que casi nunca tienen como finalidad terminar con el matrimonio. Como todo fenómeno humano social, la infidelidad es multicausal, compleja y difícil de analizar desde una sola perspectiva.

Por lo común se considera que la infidelidad es un problema social porque representa moralmente el engaño, el pecado a escondidas. En ocasiones una infidelidad oculta llega a solidificar la relación matrimonial, lo

cual parece paradójico e inmoral; sin embargo, una relación extramarital, cuando permite la comparación, la elevación de la autoestima y retomar el sentido de la existencia, puede hacer que la relación marital mejore después de terminar con la aventura o incluso durante ella. El problema ocurre cuando las cosas se confunden. Si se busca una relación extramarital para sustituir a la pareja que actualmente se tiene, será probable que el matrimonio se disuelva, pero las razones de esto existían en la misma relación y la infidelidad, como se dijo, es sólo el pretexto. Cuando estamos conscientes de que sólo queremos una aventura sin necesidad de afectar profundamente el matrimonio, será posible encontrar un equilibrio. Pero no todas las personas están preparadas para manejar una relación extramarital de forma coherente y, por lo general, ante el descubrimiento, los problemas son graves.

3.3 MARCO LEGAL

3.3.1 MATRIMONIO Y CONCUBINATO.

3.3.1.1 Naturaleza Jurídica

Según Güitrón F. (2007). Esta es una expresión que por simple, puede resultar complicada. Preguntarle a cualquier abogado o estudioso del Derecho, cuál es el significado de esta expresión, puede ocasionar problemas, discusiones, en ocasiones ignorancia crasa y en otras, simplemente desconocimiento de algo tan elemental. Naturaleza jurídica quiere decir lo que en Derecho es la institución, el acto jurídico, el hecho jurídico, el contrato, la cosa, la obligación, o lo que usted se le ocurra y quiera saber, lo que significa o lo que debe entenderse respecto a lo que se trata de averiguar.⁵

En otras palabras, verbigracia, la naturaleza jurídica del matrimonio, un acto jurídico solemne; la de un concubinato, un hecho jurídico voluntario; la de un testamento, un acto jurídico solemne personalísimo y así se podría ahondar; por ejemplo, qué es una silla que no está adherida de forma permanente a una construcción, cuya respuesta sería un bien mueble y en el supuesto de que esté anexada para siempre al inmueble, donde cambiaría su naturaleza jurídica para convertirse en inmueble.

3.3.1.2 Concepto de Matrimonio

El matrimonio es un acto jurídico solemne, que nace de la libre y espontánea voluntad expresada por ambos contrayentes, ante el juez del Registro Civil o el Oficial en su caso, con las solemnidades que la ley exige, con el propósito de crear, transmitir, modificar o extinguir, deberes, obligaciones y derechos. De acuerdo al párrafo anterior, este concepto sería la respuesta adecuada para concluir que el matrimonio tiene como naturaleza jurídica la de ser un acto jurídico, con todas las implicaciones y la regulación propia del mismo, que se encuentra legislada en los Códigos Civiles o

⁵ Julián Güitrón Fuentesvilla (2007, 25 de febrero). Derecho Familiar. *El sol de México*.

Familiares del país, según sea la situación. Hay que subrayar que en este caso, la voluntad se expresa con el propósito de crear un vínculo jurídico, que la ley recoge y que le da un marco legal, que va a regir todas las relaciones de esa unión, basada fundamentalmente en el orden público; concepto éste que consiste en acatar, en obedecer, en aceptar sin protestar, el conjunto de normas jurídicas impuestas por el Estado, por la ley, a la familia y a sus miembros.

3.3.1.3 Concepto de Concubinato

Del latín *concupinatus*, Comunicación o trato de un hombre con su concubina. Se refiere a la cohabitación más o menos prolongada y permanente entre un hombre y una mujer solteros, hecho lícito que produce efectos jurídicos.

Se le considera como uno de los problemas morales más importantes del derecho de familia y es tratado como un acto jurídico, es decir, es una manifestación de voluntad que se hace con la intención de producir consecuencias de derecho, las cuales son reconocidas por el ordenamiento jurídico, al cual sólo se le reconocen algunos efectos.

Para Augusto César Bellucio es la unión de hecho y la procreación fuera del matrimonio que dan lugar a la existencia de vínculos que determinan también la existencia de una familia legítima o extramatrimonial, vínculos cuya relación jurídica también es necesaria sea cual fuere el criterio que se adopte para organizar su ordenamiento frente a la legítima.⁶

De acuerdo a lo anterior, el concubinato es la unión permanente, estable y libre entre un hombre y una mujer, para hacer vida marital, sin que medie entre ellos vínculo matrimonial.

⁶ Bellucio Augusto César. Nociones de Derecho de Familia. Pg. 155

3.3.1.4 Efectos y Deberes Jurídicos del Matrimonio y del Concubinato

La primera figura señalada, se rige desde el momento de su celebración, bajo un régimen económico que puede ser el de sociedad conyugal o el de separación de bienes. El concubinato no tiene regulada la parte patrimonial; no existe la sociedad concubinaria y cada uno de los concubinos, son dueños de sus propios bienes e incluso ante un conflicto, los títulos de propiedad serían suficientes para acreditar al dueño de cada uno de ellos.

El deber jurídico es una carga impuesta por el Estado, por la ley, que en su caso, los cónyuges o los concubinos, tienen que aceptar la unilateralidad del imperio de la ley, como ocurre para ilustrar nuestra afirmación, con la expresión de la autonomía de la voluntad en el matrimonio, cuando los contrayentes dicen "Sí, acepto casarme" y de inmediato el catálogo de deberes, impuestos por la ley, surgen, incluso en algunos casos, en contra de la voluntad de los casados. Los concubinos por su lado, no tienen una expresión de su voluntad, como no sea la de hecho o tácita, ya que al decidir unir temporal o definitivamente, según lo decidan, sus vidas, pueden en cualquier momento, abandonarse, romper ese hecho, dejarse y en consecuencia, la ruptura producirá algunos efectos, que en ningún supuesto pueden equipararse a los que señala la ley, cuando se trata de un divorcio.

3.4 PERSPECTIVAS

3.4.1 LA RELACIÓN DE LA PAREJA

Vivir no es más que un proceso de acción y reacción. Entendiendo este principio, se puede llegar a una buena relación con el mundo, con la sociedad, con la familia y específicamente con el cónyuge. (Parolari 1994)⁷

Saber relacionarse significa aprender a lidiar con sus emociones, desarrollando la capacidad de trabajar con las situaciones, antes que surjan grandes desentendimientos porque después, la posibilidad de llegar a un acuerdo, de ver claramente lo que está ocurriendo, estará entorpecida por el amor propio herido, o por el egoísmo del otro, o aun por el colorido exagerado de las emociones, no encontrando soluciones posibles.

Para alcanzar una buena relación entre dos, es necesario penetrar dentro de sí mismo para conocerse más profundamente, y emerger fortalecido, con claridad de las direcciones a seguir. Este es un ejercicio difícil pero debe ser practicado, con esfuerzo, desde el inicio del enamoramiento y noviazgo.

El recuerdo de sí, ligado a la observación propia, llevará a la comprensión de los hechos ocurridos durante la existencia (infancia y adolescencia). Surgirá entonces la necesidad de una modificación real, basada en la liberación de los problemas anteriores y en el alejamiento de su influencia en la vida diaria actual. No basta aquí sólo el autoconocimiento, es necesaria también la búsqueda del ajuste de la pareja.

Este examen de sí podrá esclarecer muchos problemas y debe ser hecho con honestidad y con ganas de vencer las dificultades que se presentan en relación al otro. Esto consiste en desprenderse inicialmente de los *problemas o vínculos del pasado*. Los recuerdos, cuando están presentes, impiden el desarrollo pleno de la personalidad, confunden la razón

⁷ Parolari, F. (2002). *¿Vale la Pena Casarse? Cómo mantener la felicidad entre dos.* (3ª ed.). México: Publicaciones Paulinas, S.A. de C.V. pág. 111

y los sentimientos más nobles. ¡Atención! No es suficiente sólo reconocer el problema, es necesario voluntad firme y fuerza para superarlo. Basta relacionar los hechos del pasado con la actitud presente, reconocerlos y comentarlos con naturalidad, aceptando la reacción exagerada del otro.

La *personalidad* de cada uno actúa de un modo profundo (favorable o desfavorable) en la relación. Personalidad es el Yo en cuanto se manifiesta, resulta de todo un proceso de entendimiento de actos heredados y adquiridos a través de la influencia del medio. De los actos heredados aparecen las constitucionales, como el temperamento y el carácter.

Los *constitucionales* se caracterizan por el aspecto exterior e interior. El exterior y la apariencia física. Es importante querer el aspecto de la persona, considerarla agradable, simpática, bien cuidada, atractiva, para que haya una buena convivencia. Entra aquí hasta una cuestión de piel, de olor, es necesario tener el gusto de quedarse juntos, apreciar su contacto, su calor, compartir su energía.

El aspecto interior, el funcionamiento del organismo, debe ser saludable. El factor salud es indispensable para vivir bien. Delante de una enfermedad es muy difícil la adaptación. Se exige mucha fuerza de voluntad y un carácter muy firme para superar las dificultades que aparecen en cuanto a la salud física.

El temperamento puede y debe ser controlado, afinando, en la relación entre dos, cada una de las aristas, alejando así, motivos que puedan llevar a desentendimientos. El carácter se revela en el plan superior, se refiere a la inteligencia y a la voluntad, a los valores que distinguen un ser humano del otro y de todos los seres vivos. El carácter se constituye en el conjunto de reacciones dominantes en la persona, o sea, el modo como cada uno enfrenta y resuelve sus problemas vitales, su manera de comportarse, su estilo de vida; en resumen, sus reacciones de sí mismo, de los otros, de la sociedad y del mundo.⁸

Consecuentemente, por las características del comportamiento, se puede determinar el carácter de la persona.

Los hábitos adquiridos dependen mucho del ambiente en que el joven creció y se desarrolló, de las situaciones familiares, vida afectiva, económica, social, religiosa, escolar, de la estabilidad del hogar, del tipo de vida, sus experiencias y formación general que el medio familiar le ha ofrecido.

⁸ Parolari, F. (2002). ¿Vale la Pena Casarse? Cómo mantener la felicidad entre dos. (3ª ed.). México: Publicaciones Paulinas, S.A. de C.V. pág. 113

La manera de sentir y reaccionar delante de estas influencias puede acarrear innumerables disturbios de conducta que son de carácter reactivo, es decir, pueden fácilmente ser resueltos con el cambio del medio, como también pueden ocasionar graves problemas emocionales que puede exigir el auxilio de un psicólogo para ser superadas, cuando el joven no posee fuerzas para reaccionar.

Muchos rasgos de la personalidad no son perceptibles durante el noviazgo. Surgen en la convivencia de la pareja y deben ser trabajados a través de una conversación, de un diálogo claro y sincero, discerniendo los hechos, las actitudes y buscando soluciones. El noviazgo es la caminata para el descubrimiento y para el encuentro de la otra parte. Parte que, por el matrimonio, compone un todo, desde que sea respetada la individualidad de cada uno.

3.4.2 EL AMOR EN LA PAREJA.

La pareja no es un estado inmutable de dos personas que no cambian. Es un continuo viaje elevado psicológica y espiritualmente que inicia con la pasión del enamoramiento; transita por el camino del descubrimiento y culmina con la creación de una unión íntima y trascendente, capaz de renovarse en la reelección mutua, una y otra vez, durante toda la vida.

Redefinir la pareja significa hablar sobre amor y esto implica saber a que se refiere cuando se habla de ese sentimiento en un vínculo tan especial como es el que se entabla entre un hombre y una mujer que plantean seguir juntos el camino.

La idea del amor romántico surgió de un eco filosófico tanto platónico como aristotélico literariamente derivado del poeta romano Ovidio y sus *Ars Amatoria*. En la antigua Grecia la mujer estaba destinada a las tareas del hogar y al servicio del hombre, y por lo tanto no existía el respeto o sentimiento de consideración para con ella. El griego practicaba entonces el amor de si o el amor a la idea. Amaba la belleza de hombres y mujeres, pero no a esos hombres y a esas mujeres.

El amor medieval, en cambio, era motivado por un respeto profundo hacia la dama, por ejemplo, pero no debía ser consumado. Era etéreo y trascendental y activamente alimentado por actos de caballeridad y galantería, en absoluto contraste con la tradicional persecución acosadora de los apasionados amantes enamorados.

Más contemporáneamente, el *determinismo físico* cree que el mundo se puede medir y determinar; por ende cada acontecimiento es la consecuencia de los componentes biológicos de la química del cuerpo humano. Por este mismo camino, los genetistas invocan la teoría de los genes que forman los criterios determinantes en lo sexual o en el tipo de elección romántica.

Algunos *neurobiologistas* reducen todos los exámenes del amor a la motivación fisicoquímica del impulso sexual.

Bucay, (2003) comenta:

Muchos conductistas dicen que el amor no es otra cosa que una respuesta emocional frente a otro por quien se siente físicamente atraído, y que por ello la acción de amar abarca gran parte del comportamiento, inclusive cuidar, escuchar, ocuparse de alguien, preferir a otros.

El expresionista considera el amor como la manifestación de un estado interno hacia el amado que, no importa cómo se manifieste (palabras, poesías, regalos, presencia, cuidados), tendrá como finalidad el alivio catártico del enamorado. El placer de poner en acción un sentimiento más allá del otro.⁹

⁹ Bucay, J. (2003). El Camino del Encuentro. Ed. Grijalbo

3.4.2.1 Conocimiento De La Función De La Pareja

Son el hombre y la mujer unidos quienes forman el ser humano completo. (Benjamín Flanklin).

“La pareja es una edificación que está sostenida por dos poderosas columnas interconectadas” (González, 2006)¹⁰. La primera de ellas es denominada *el espacio de bienestar* y está constituida por todos aquellos motivos conscientes que nos impulsan a elegir al compañero para satisfacer nuestros anhelos de intimidad, cariño, ternura, aceptación, comunicación, de procrear hijos, de generar un patrimonio, de establecer una sexualidad accesible y gratificante, de compartir actividades, intereses, ideales, etc.

La segunda es *el espacio del conflicto* y es la que favorece el crecimiento emocional a través de la capitalización de las diferencias que provienen del *espacio de bienestar* cuando las expectativas e ilusiones no se están cumpliendo.

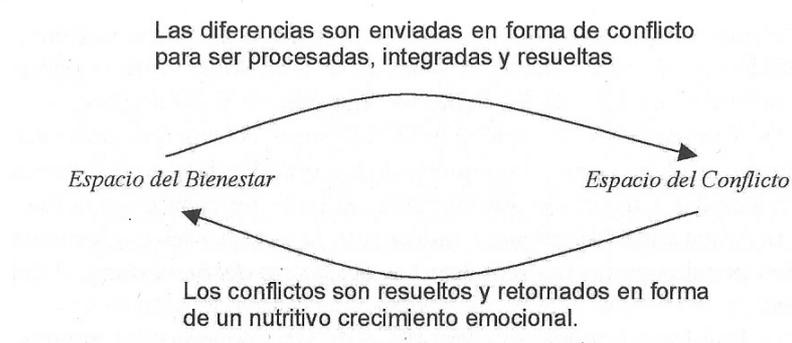


Fig. 1 Diagrama del proceso de integración de los *espacios de bienestar y del conflicto-*

¹⁰ González, R. (2006). La Revolución de la Pareja. El Nacimiento de una Nueva Profesión. México: Editorial Mina-Estrella. Pág. 84

Al estar interconectados los espacios de bienestar y conflicto, deben generar un proceso que opere de la siguiente manera: Inicialmente la pareja se encuentra en un estado confortable, placentero, estable y satisfactorio hasta que se manifiestan las diferencias. Cuando esto ocurre, se crea incomodidad y desasosiego en el espacio de bienestar, lo que propicia que automáticamente la pareja se desplace al espacio del conflicto. Para que exista **crecimiento personal**, el espacio de bienestar debe enviar material al espacio del conflicto con el fin de que sea elaborado y para que haya plenitud, este debe devolver procesados los conflictos, al espacio de bienestar.



Fig. 2 Diagrama de la Pareja

De lo anterior se desprende que el espacio de conflicto es como un aparato purificador, o pasteurizador de las diferencias que provienen del espacio de bienestar, de tal suerte que si la pareja no lo tiene bien calibrado para que desempeñe su tarea adecuadamente, las discrepancias no podrán regresar a este último en forma de crecimiento emocional. Cuando el espacio de conflicto no opera de forma adecuada, se intoxica la relación, enferma y muere en forma de divorcio legal o emocional.

Vivir en pareja no sólo sirve para ser feliz, sino también para crecer, lo cual se da únicamente a través del conflicto, a condición de tener las habilidades para capitalizarlo. Crear nuevas estrategias y buscando día a día nuevas opciones para vivir una relación de pareja en armonía.

3.4.3 EL ARTE DE AMAR.

¿Es el amor un arte? En tal caso, requiere conocimiento y esfuerzo. ¿O es el amor una sensación placentera, cuya experiencia es una cuestión de azar, algo con lo que uno «tropieza» si tiene suerte? No se trata de que la gente piense que el amor carece de importancia. En realidad, todos están sedientos de amor; ven innumerables películas basadas en historias de amor felices y desgraciadas, escuchan centenares de canciones triviales que hablan del amor, y, sin embargo, casi nadie piensa que hay algo que aprender acerca del amor.

Esa peculiar actitud se basa en varias premisas que, individualmente o combinadas, tienden a sustentarla. Para la mayoría de la gente, el problema del amor consiste fundamentalmente en ser amado, y no en amar, no en la propia capacidad de amar. De ahí que para ellos el problema sea cómo lograr que se los ame, cómo ser dignos de amor.

Para alcanzar ese objetivo, siguen varios caminos. Uno de ellos, utilizado en especial por los hombres, es tener éxito, ser tan poderoso y rico como lo permita el margen social de la propia posición. Otro, usado particularmente por las mujeres, consiste en ser atractivas, por medio del cuidado del cuerpo, la ropa, etc. Existen otras formas de hacerse atractivo, que utilizan tanto los hombres como las mujeres, tales como tener modales agradables y conversación interesante, ser útil, modesto, inofensivo. Muchas de las formas de hacerse querer son iguales a las que se utilizan para alcanzar el éxito, para «ganar amigos e influir sobre la gente».

La segunda premisa que sustenta la actitud de que no hay nada que aprender sobre el amor, es la suposición de que el problema del amor es el de un objeto y no de una facultad. La gente cree que amar es sencillo y lo difícil encontrar un objeto apropiado para amar -o para ser amado por él-. Tal actitud tiene varias causas, arraigadas en el desarrollo de la sociedad moderna.

2.4.3.1 La Teoría del Amor

En la era victoriana, así como en muchas culturas tradicionales, el amor no era generalmente una experiencia personal espontánea que podía llevar al matrimonio. Por el contrario, el matrimonio se efectuaba por un convenio -entre las respectivas familias o por medio de un agente matrimonial, o también sin la ayuda de tales intermediarios; se realizaba sobre la base de consideraciones sociales, partiendo de la premisa de que el amor surgiría después de concertado el matrimonio-. En las últimas generaciones el concepto de amor romántico se ha hecho casi universal en el mundo occidental. En nuestro país, si bien no faltan consideraciones de índole convencional, la mayoría de la gente aspira a encontrar un «amor romántico», a tener una experiencia personal del amor que lleve luego al matrimonio.

Hay en la cultura contemporánea otro rasgo característico, estrechamente vinculado con ese factor. Toda nuestra cultura está basada en el deseo de comprar, en la idea de un intercambio mutuamente favorable. El hombre (o la mujer) considera a la gente en una forma similar. Una mujer o un hombre atractivos son los premios que se quiere conseguir. «Atractivo» significa habitualmente un buen conjunto de cualidades que son populares y por las cuales hay demanda en el mercado de la personalidad. Las características específicas que hacen atractiva a una persona dependen de la moda de la época, tanto física como mentalmente.

Durante los años que siguieron a la Primera Guerra Mundial, una joven que bebía y fumaba, emprendedora y sexualmente provocadora, resultaba atractiva; hoy en día la moda exige más domesticidad y recato. A fines del siglo XIX y comienzos de éste, un hombre debía ser agresivo y ambicioso -hoy tiene que ser sociable y tolerante- para resultar atractivo. Si se quiere hacer un buen negocio; el objeto debe ser deseable desde el punto de vista de su valor social y, al mismo tiempo, uno mismo debe resultarle deseable, teniendo en cuenta sus valores y potencialidades manifiestas y ocultas. De ese modo, dos personas se enamoran cuando sienten que han encontrado el mejor objeto disponible en el mercado, dentro de los límites impuestos por sus propios valores de intercambio.

El tercer error que lleva a suponer que no hay nada que aprender sobre el amor, radica en la confusión entre la experiencia inicial del "enamorarse" y la situación permanente de estar enamorado, o, mejor dicho, de «permanecer» enamorado. Si dos personas que son desconocidas la una para la otra, como lo somos todos, dejan caer de pronto la barrera que las separa, y se afirman cercanas, se sienten uno, ese momento de unidad constituye uno de los más estimulantes y excitantes de la vida. Esa actitud - que no hay nada más fácil que amar- sigue siendo la idea prevaleciente sobre el amor, a pesar de las abrumadoras pruebas-de lo contrario.

Prácticamente no existe ninguna otra actividad o empresa que se inicie con tan tremendas esperanzas y expectativas, y que, no obstante, fracase tan a menudo como el amor.

El primer paso a dar para analizar el fracaso de tales relaciones es tomar conciencia de que el amor es un arte, tal como es un arte el vivir. Si deseamos aprender a amar debemos proceder en la misma forma en que lo haríamos si quisiéramos aprender cualquier otro arte, música, pintura, carpintería o el arte de la medicina o la ingeniería. El proceso de aprender un arte puede dividirse convenientemente en dos partes: una, el dominio de la teoría; la otra, el dominio de la práctica. Pero aparte del aprendizaje de la teoría y la práctica, un tercer factor es necesario para llegar a dominar cualquier arte -el dominio de ese arte debe ser un asunto de fundamental importancia; nada en el mundo debe ser más importante que el arte. (Fromm, 2007)¹¹

No obstante el profundo anhelo de amar, casi todo lo demás tiene más importancia que el amor: éxito, prestigio, dinero, poder; dedicamos casi toda la energía a descubrir la forma de alcanzar esos objetivos y muy poca a aprender el arte del amor.

3.4.3.2 La Práctica del Amor

La práctica de cualquier arte tiene ciertos requisitos generales, independientes por completo de que el arte en cuestión sea la carpintería, la medicina o el arte de amar. En primer lugar, la práctica de un arte requiere *disciplina*. Cualquier cosa que se haga sólo porque se está en el «estado de ánimo apropiado», puede constituir un «hobby» agradable o entretenido, mas nunca se llegará a ser un maestro en ese arte. Pero el problema no consiste únicamente en la disciplina relativa a la práctica de un arte particular, sino en la disciplina en toda la vida.

Se puede pensar que para el hombre moderno nada es más fácil de aprender que la disciplina. ¿Acaso no pasa ocho horas diarias de manera sumamente disciplinada en un trabajo donde impera una estricta rutina? Lo

¹¹ Fromm, E. (2007). El Arte de Amar. (1ª ed.). España: Ed. Paidós. PP. 208.

cierto, en cambio, es que el hombre moderno es excesivamente indisciplinado fuera de la esfera del trabajo. Cuando no trabaja, quiere estar ocioso, haraganear, o, para usar una palabra más agradable, «relajarse». Ese deseo de ociosidad constituye, en gran parte, una reacción contra la rutina de la vida.

El que la *concentración* es condición indispensable para el dominio de un arte no necesita demostración. Harto bien lo sabe todo aquel que alguna vez haya intentado aprender un arte. No obstante, en nuestra cultura, la concentración es aún más rara que la autodisciplina. Por el contrario, nuestra cultura lleva a una forma de vida difusa y desconcentrada, que casi no registra paralelos. Se hacen muchas cosas a la vez: se lee, se escucha la radio, se habla, se fuma, se come, se bebe. Somos consumidores con la boca siempre abierta, ansiosos y dispuestos a tragarlo todo: películas, bebidas, conocimiento. Esa falta de concentración se manifiesta claramente en nuestra dificultad para estar a solas con nosotros mismos. Quedarse sentado, sin hablar, fumar, leer o beber, es imposible para la mayoría de la gente. Se ponen nerviosos e inquietos y deben hacer algo con la boca o con las manos. (Fumar es uno de los síntomas de la falta de concentración: ocupa la mano, la boca, los ojos y la nariz.)

Un tercer factor es la *paciencia*. Repetimos que quien haya tratado alguna vez de dominar un arte sabe que la paciencia es necesaria para lograr cualquier cosa. Si aspiramos a obtener resultados rápidos, nunca aprendemos un arte. Para el hombre moderno, sin embargo, es tan difícil practicar la paciencia como la disciplina y la concentración. Todo nuestro sistema industrial alienta precisamente lo contrario: la rapidez. El hombre moderno piensa que pierde algo -tiempo- cuando no actúa con rapidez; sin embargo, no sabe qué hacer con el tiempo que gana -salvo matarlo.

Eventualmente, otra condición para aprender cualquier arte es una *preocupación suprema por el dominio del arte*. Si el arte no es algo de suprema importancia, el aprendiz jamás lo dominará. Seguirá siendo, en el mejor de los casos, un buen aficionado, pero nunca un maestro. Esta condición es tan necesaria para el arte de amar como para cualquier otro. Parece, sin embargo, que la proporción de aficionados en el arte de amar es notablemente mayor que en las otras artes.

3.4.4 ELECCIÓN DE PAREJA.

La elección de pareja depende de muchos factores y circunstancias.

Tordjman (1989)¹² menciona que la elección de pareja es dada por la elección amorosa que incluye y concluye en una relación duradera. Para esto existen dos tipos de determinantes en la elección de pareja a) las determinantes socio -culturales que son las diferentes entidades como familia, escuela, trabajo, etc.

Con las que el individuo esta en contacto durante la mayor parte de su desarrollo y b) Las motivaciones inconscientes, que son impulsos instintivos, experiencias reprimidas, infancia memorias y los deseos fuertes pero insatisfechos

Los determinantes sociales que van a establecer la elección de pareja son educación, contexto socio - cultural, condiciones económicas y geográficas. Por otro lado las motivaciones inconscientes que determinan la elección de pareja son los impulsos instintivos, las experiencias reprimidas La infancia las memorias y los deseos fuertes pero insatisfechos.

Al respecto. Freud (citado por Tordjman. 1989), agrega que se elige a la pareja orientándose hacia dos sentidos principales: El primero es la petición a la pareja de algo que se carece, y el segundo es la petición a la pareja de compartir una parte de nosotros mismos

¹² Tordjam, G. (1989). La pareja: realidades, problemas y perspectivas de la vida en común. México, Grijalbo.

Existen dos factores dominantes en la elección de pareja El factor inconsciente y el factor social El Factor inconsciente se da cuando la pareja no sabe que fue lo que les atrajo uno al otro La teoría psicoanalítica habla de la elección inconsciente de una pareja que satisface las necesidades de las etapas donde hubo fijaciones y estas son inconscientes. En cuanto al factor social, la supervivencia del ser humano depende del contacto y comunicación interpersonal; así mismo, el individuo es individual y social y su funcionamiento depende de las relaciones humanas de su primer grupo.

Debido al número de factores que influyen en la elección de pareja para esta investigación se consideran los dos factores dominantes mencionados anteriormente: el factor inconsciente que está apoyado por la teoría de la complementariedad y el factor social apoyado por la teoría de la semejanza.

3.4.4.1 Factor Inconsciente y La Teoría de la complementariedad.

El llamado proceso inconsciente está dado por el efecto del desconocimiento descubierto, cuando una pareja no sabe exactamente qué fue lo que los atrajo el uno al otro.

Un punto de vista en cuanto a la elección de pareja que aporta el psicoanálisis es la repetición de patrones Ésta se da cuando se elige una pareja parecida a la madre o al padre, respectivamente. De acuerdo a esta teoría, la pareja se une por la necesidad de resolver aspectos negativos de la infancia en una segunda oportunidad (Lemaire. 1986)¹³,

Aunado a esta selección inconsciente con respecto a necesidades, se tiende a escoger a una pareja en función de patrones conocidos que en la mayoría de los casos, es el de los propios padres Así mismo, la espontaneidad de la elección da lugar a un proceso de protección

¹³ Lemaire, J. (1986). La pareja humana. México: Fondo de Cultura Económica.

inconsciente de cada miembro, es decir, a una protección desconocida o de una expectativa implícita de cada sujeto. En este proceso de protección se encuentra implícito el desarrollo de los miembros de la pareja durante la infancia

A pesar, de que la mayoría de las personas eligen como pareja a un individuo semejante a ella, hay algunas personas que escogen a su pareja porque la consideran opuesta o diferente a ella. De los pocos estudios que proporcionan evidencia acerca de esta teoría fue el llevado a cabo por Winch (1958)¹⁴ donde encontró que los miembros de la pareja se escogen el uno al otro basándose en necesidades inconscientes complementarias.

Como se mencionó anteriormente lo teoría predominante que apoyo al factor inconsciente es la Teoría de la Complementariedad de Winch. Definiremos complementariedad como la creencia popular según la cual en una relación entre dos personas cada una tiende a completar lo que falta en la otra. Las relaciones interpersonales que solo pueden desarrollarse en base a las diferencias, se complementan mutuamente Así mismo, estas relaciones están basadas en una meta en común que para lograrla necesitan juntar fuerzas de diferentes naturalezas.

Con aportes de muchas escuelas psicoterapéuticas, estas teorías intentan demostrar que la búsqueda de la pareja se encamina tendencialmente hacia las personas que sean más capaces de desempeñar el rol necesario para sostener nuestras neurosis. Es decir, Se busca a aquellos y aquellas con quienes reproducir la situación de conflicto internalizada que define a quien es uno mismo o reafirma la vigencia del argumento de vida.

¹⁴ Winch. (1958). The theory of complementary needs in mate selection. *American Sociological Review*, Vol.19.

Así, para el planteo psicológico clásico las situaciones emocionales irresueltas en la infancia configuran el trauma que da punto de partida al conflicto y abre la puerta a la repetición neurótica de la situación dolorosa. Para conseguirlo se busca y encuentra personas a quienes pueda percibir como capaces de actuar de forma similar a los personajes de la historia infantil. Personas suficientemente parecidas casi siempre a alguno de los padres por identidad o por oposición.

Un gran trabajador de los condicionamientos de la conducta, John Bradshaw, conmovió al mundo cuando desarrolló su concepto de niño herido. Simplificando al extremo la idea, se diría que cada individuo ha dejado la infancia con el registro del daño recibido a manos de los mayores (violencia, desprecio, desamor, maltrato) y ha archivado esas lastimaduras en una estructura que Bradshaw llama “el niño interior”, interiorización del niño que alguna vez fue, que sigue sufriendo por aquellas heridas y busca sanarlas. Desde esta visión, “si no se da cuenta de reparar por sí mismo ese condicionamiento, terminará eligiendo una pareja entre aquellos que se cree que pueden hacerse cargo de ese niño”. (Bradshaw, 2004)¹⁵

Los individuos se acercan por las afinidades pero se mantienen juntos por las diferencias, porque son ellas las que permiten utilizar los conflictos como herramientas del crecimiento y considerar al otro maestra o maestro cuando se discute(en lugar de tratarlo como un enemigo), para poder enriquecerse con todo aquello de lo que el otro es capaz y uno no.

Sin embargo, cabe señalar que existe poca evidencia científica en cuanto a la complementariedad en las relaciones de pareja;

¹⁵ Bradshaw, J. (2004). Volver a la Niñez. 1ª Ed. México. Ed. Selector

3.4.4.2 Factor Social y la Teoría de la Semejanza

En el proceso de socialización humana, a través de toda la vida del sujeto, encontrará nuevos puntos de apoyo para ser compartidos con quienes les rodean. En la familia se comparten una serie de normas que darán como resultado un individuo que hará caso de sus semejanzas con los demás para sobrevivir, solamente de acuerdo a estas semejanzas cada quien puede predecir o en cierta manera provocar las respuestas de los demás por medio de las propias.

Newcomb basa su teoría de la semejanza en la atracción que puede darse en las personas que tienen objetivos comunes, lo cual confirmaría la teoría de la elección por semejanza, que estas personas se sentirían atraídas al encontrar intereses comunes.

Durante el desarrollo, los grupos a los que se pertenece son cada vez más diversos y en todos ellos el individuo busca un punto de interés mutuo. En sistemas de vida como los de México cuando la relación es importante y agradable se procura disminuir o lograr los aspectos en los que se difiere, y fortalecer aquellos en los que se coincide y en las relaciones negativas se intentará comúnmente alejarse de la otra persona haciendo notar las diferencias con el que se desprecia.

La elección de pareja desde el punto de vista social está influida por la familia y medio de origen de cada individuo, sin llegar por supuesto, a ser ésta impuesta, La persona como suyas las presiones del medio y la familia de origen, es decir, la persona toma como una forma de actuar conforme a su medio a sus intereses y comportamientos, aunque muchas veces esas actividades vayan en contra de sus sentimientos, proyectos, intenciones e intereses.

La interacción con otra persona facilita al individuo a descubrir directamente, revelar, experimentar o encontrar el si mismo. El matrimonio es una relación excepcional a largo plazo que encierra lo posibilidad de un crecimiento y desarrollo permanentes El factor social como se mencionó anteriormente está apoyado por la teoría de la semejanza también conocida como la teoría de la homogamia, la cual establece que un individuo escoge exclusivamente a otro por los componentes similares que ambos comparten.

3.4.4.3 Enamoramiento y Amor; La Confusión

Enamorarse es amar las coincidencias y amar es enamorarse de las diferencias. Es que estar enamorado no es amar. Porque amar es un sentimiento y estar enamorado es una pasión. Las pasiones por definición son emociones desenfrenadas, fuertes, absorbentes, intensas y fugaces como el destello de un flash, que son capaces de producir transitoriamente una exaltación en el estado de ánimo y una alteración de la conciencia del mundo del que la siente.

Hay que entender esto para poder diferenciar después el enamoramiento del amor. Este caos emocional tiene, lamentablemente y afortunadamente, una duración muy corta. Lamentablemente, porque mientras vivimos nos gustaría, a pesar de todo, permanecer en la fascinante intensidad de cada una de las vivencias, y afortunadamente porque posiblemente nuestras células explotarían si este estado se prolongara mas allá de unas cuantas semanas.

Inmerso en esa pasión perturbadora, nadie puede hacer otra cosa que no sea estar, pensar o recordar a la persona de la cual está enamorada. Se trata pues de un estado fugaz de descentramiento (uno cree que el centro de

la vida de uno es el otro), una especie de locura transitoria que, se cura sola y en general sin dejar secuelas.

La confusión reinante entre estos términos, mas la malintencionada idea de homologarlos, ha sido y es causante de horribles desencuentros en las parejas. El estado ideal de una pareja no es el de aquellos primeros meses en que estaban enamorados, sino el de todo el tiempo en que se aman en el sentido cotidiano, verdadero.

Probablemente desde la fantasía, a los individuos les gustaría estar enamorados de su pareja después de veinte años, porque estar enamorado es algo realmente encantador.

En un vano intento de aportar algunos datos sobre la magia y sin ninguna posibilidad de saber por que sucede, se establecen dos hechos que, sin lugar a dudas, son necesarios para que el enamorarse suceda:

1. El otro debe tener (o yo imaginar que tiene) una virtud o cualidad que la otra persona (aunque sea por el momento) sobrevalora. Es decir, eso que el otro es, tiene o hace parece increíblemente valioso. (Si en ese momento de la vida sobrevalora la estética, se enamorará de alguien que se ajuste a los modelos de belleza del momento, si en ese momento parece fundamental el dinero, se enamorará de alguien que tenga buena situación económica, y lo mismo con la inteligencia, el color de la piel, la simpatía, etc.)

2. Para enamorarse es imprescindible que tenga la predisposición "enamoradiza". Es decir, que esté dispuesto a perder el control racional de los actos enamorándose. Si bien este concepto está en contra de la idea de que enamorarse pasa más allá del deseo propio, parece ser que esto es cierto después, cuando ya se está enamorado. Es decir, antes, si no se está dispuesto a dejarse arrastrar por la pasión, si no se está decidido a vivir descentrado, si se niega a perder el control, el enamoramiento no sucede.

De todas maneras, y aunque se acepte que no es un estado permanente, se conviene en que durante esos fugaces momentos de pasión uno parece abrir su corazón a otra realidad mayor y vive cada pequeño hecho con una intensidad que posiblemente añore cuando la pasión se termine.

Estar enamorado y amar son dos cosas maravillosas, pero no hay que confundirlas.

Hay que entender que si bien la pasión de estar enamorado es maravillosa, en realidad amar no es menos maravilloso. Amar es fantástico porque si bien es verdad que no tiene la intensidad de las pasiones, seguro que no, tiene una profundidad de la que el estar enamorado adolece. Es por esa profundidad que el amor es capaz de aportar estabilidad al vínculo pagando con la desaparición del embrujo y la fascinación.

Lo cierto es que, guste o no, el enamoramiento se acaba. Y cuando esto sucede con suerte se vuelve a centrarse en uno mismo y desde allí se puede permitir que florezca el amor verdadero.

Los re-enamoramientos ocasionales son la condición para mantener joven una pareja a lo largo del camino compartido.

Por supuesto que la lógica mas simple puede informar que enamorarse no es algo que se puede programar y, por lo tanto, que encontrarse enamorado con el otro en el mismo momento depende del azar.

Definición de amor de Josef Zinker:

El amor es el regocijo por la sola existencia del otro mismo.

La frase evoca un sentido casi supremo del amor, el más profundo y el más intenso. Posible o no, éste será el objetivo más deseable: llegar a amar tanto que me alegre sólo por el hecho de que el otro exista. (González, 2006)¹⁶

3.4.5 LAS PRUEBAS DEL AMOR.

3.4.5.1 Demostración

Demostrar quiere decir probar sin lugar a dudas que algo es verdad. Si se tiene que demostrar al otro, es porque se parte de la idea de que no cree, de lo contrario, no hay demostración necesaria.

Nadie “tiene que” demostrar nada.

Nadie puede demostrar el amor, porque en la demostración se cree a lo que se ve, al otro no se le cree nada. Otro tanto pasa con la palabra mostrar, que presupone que no se ve. No sirven los actos de amor dirigidos a que el otro se entere de que lo uno quiere. Esta es una historia irrazonable para conseguir que el otro devuelva con la misma moneda. Lo importante de toda relación interpersonal no es que se te diga que se quiere, ni que lo demuestre. Lo importante es si como persona se siente querido o no.

También puede querer a una persona y no ser capaz de actuar lo que siente. Hay gente que regala detalles todos los días y no quiere nada. Y también hay gente que vive con otros que nunca han mostrado nada en toda

¹⁶ González, R. (2006). La Revolución de la Pareja. El Nacimiento de una Nueva Profesión. México: Editorial Mina-Estrella.

su vida, y sin embargo se siente querida, gente que sabe que aunque el otro no haga las cosas que otros hacen, cuando lo mira a los ojos sabe.

Sucede cotidianamente no es forzoso ni obligatorio que al otro le importe lo que a uno le importa, o que al otro yo le importe tanto como el me importa a uno mismo. Y hay que asumirlo. Los suicidios relacionados con el amor no son pertinentes. Se suicida por amor aquel que necesita tanto ser amado por el otro que no se quiere lo suficiente a si mismo. Se suicida por amor aquel que no puede soportar la idea de que la persona que tanto quiere no lo quiera.

No hay que morir por el otro, sino vivir para disfrutar juntos.

3.4.5.2 Fidelidad

Estudiando cualquier especie se puede encontrar con una norma: Cuando uno de los dos, el macho o la hembra, es más agresivo que el otro, la comunidad se organiza en harenes. Por ejemplo entre los leones, donde el macho es más agresivo que la hembra, cada macho se aparea con varias leonas que “le pertenecen”. Entre las arañas, en cambio, donde la agresiva es la hembra, sucede al revés, cada hembra tiene varios machos que le sirven.

Ahora bien, si ninguno de los dos individuos de la especie es tendencialmente agresivo, entonces se organizan en comunidades. Todos los machos se relacionan sexualmente con todas las hembras y las crías pertenecen a la manada. Y cuando en una especie macho y hembra son agresivos, entonces el esquema tendencial es la monogamia.

Trasladando este esquema a la raza humana, aquellas culturas donde el hombre se atribuye cierta agresividad y tiene un lugar hegemónico

respecto de la mujer, por ejemplo en las viejas culturas de Oriente, tiene una estructura donde el hombre tiene varias esposas. Por el contrario, en el mito de las amazonas, donde la mujer guerrera tiene el papel hegemónico, son las mujeres las que sostienen harenes de hombres.

En los años 60, durante el movimiento hippie en el mundo, partidario de la no violencia, hombres y mujeres vivían en comunidad, los miembros del grupo tenían relaciones no excluyentes entre todos y los hijos pertenecían a la comunidad. La mayor parte de la sociedad se apoya en estructuras sociales monogámicas. La fidelidad forma parte del desarrollo social, en esta cultura y en este momento es así, no es posible asegurar que dentro de treinta años esto siga siendo vigente.

La palabra infidelidad viene de fidelidad y fidelidad viene de fiel y fiel de fe.

Fiel es el que tiene o profesa una determinada fe, por eso los creyentes de una religión se llaman fieles. El fiel de la balanza se llama así porque es digno de credibilidad, porque es fiel al peso. Fiel es que cree, infiel el que no cree.

Ahora, infiel quiere decir que no cree. ¿En que no cree? No cree que en su vínculo de pareja pueda encontrar lo que está buscando. Esta es la infidelidad.

El que es infiel no le es infiel al otro, sino a su vínculo de pareja.

A veces es cierto que no se encuentra en la relación de pareja lo que se está buscando. Siempre hay dos posibilidades: elegir renunciar por lo menos transitoriamente a lo que estaba buscando o elegir no renunciar y salir

a buscarlo. En la segunda posibilidad se tiene que correr el riesgo que implica no creer en la pareja que se armó.

Tanto un hombre como una mujer salen a buscar fuera del matrimonio, o fuera de la pareja, cuando creen que obtendrán algo que suponen que no pueden encontrar en su vínculo actual (a veces ese “algo” es pasión, romance y aventura, pero otras es peligro, novedad y juego).

La salida de buscar lo que falta en otro no suele ser la salida que soluciona. La idea de que al estar con otro u otra, donde no hay rutina y desgaste, todo va a estar bien, es falsa. La verdad es que lo novedoso también se volverá rutina si uno mismo no modifica sus actitudes. Obviamente, sin necesidad de estar buscando “una nueva vida”, a cualquiera le puede pasar cruzarse con alguien, tener fantasías y sentir el deseo. (Bucay, 2007)¹⁷

Esto es así. No es lógico pensar que aquella persona a la cual uno ha elegido presumiblemente para toda la vida es única en el mundo que erotiza, la única que genera fantasías, la única linda entre todas las demás, hay en el mundo otras personas que uno puede encontrar atractivas.

Ahora bien. Cada uno decidirá después que hace con esas fantasías. Puede elegir seguir adelante o no hacerlo, sin tener que padecer ningún trauma por eso. (Respecto de la represión, por supuesto que es un poco mejor que la necesaria para negar las fantasías y anestesiar el deseo.)

Ahora, si se prohíbe por estar casado y vive haciéndole responsable de todo el placer que se está perdiendo por culpa de la pareja, en algún momento se pasará la factura. En tal caso sería bueno ver que pasa con el matrimonio y no que pasa con el deseo. El pacto en la pareja debe surgir

¹⁷ Bucay, J. (2003). El Camino del Encuentro. Ed. Grijalbo

porque no quieren otra cosa, no por someterse a una ley que viene fijada desde afuera.

Esta es la historia del contexto doméstico, claramente un pacto diferente para el hombre que para la mujer. Posiblemente, la cultura quiere convencer a los hombres de que son polígamos por naturaleza y a las mujeres que son monógamas. Pero esto ha cambiado. Las mujeres tienen sensaciones y registros, inquietudes sexuales no ligadas a los afectos, exactamente igual que a los hombres. Que algunas mujeres se lo permitan y otras no se lo permitan, que crean que está bien o crean que está mal, que repriman o no repriman, es otra historia.

Pero el sexo sin amor existe, como existe el amor sin sexo, como por suerte existe el sexo con amor, y como por suerte existe nada, ni sexo ni amor, y todas estas cosas son las posibilidades de relación entre un hombre y una mujer.

No se es responsable de las emociones, pero si de lo que se hace con las emociones.

Eso es ejercer la libertad, y no ejercerla es decir quisiera pero no puedo.

Decir que es amoroso aquel vínculo donde los dos no aceptan sus diferencias y se pelean constantemente por ello, no es cierto. Decir que no confía en la pareja porque se le quiere mucho es incongruente. Decir que en realidad la controla, la ceba y persigue porque se tiene mucho miedo a perderla, es una necesidad. Los celos tienen como motor las propias inseguridades. Con la fidelidad pasan cosas muy interesantes.

Ambrose Bierce define los celos como un miedo que uno tiene de perder al otro, aunque agrega: si lo perdiera por lo que tiene miedo de perderlo no valdría la pena haberlo conservado. (Bierce, 2007)¹⁸

No se puede amar sin libertad, no se puede amar estando prisionero.

En general, la fidelidad tiene que ver con una pauta social que se establece desde la posesividad y, también, con una pauta personal. Si ella y él decidieron pactar que pueden tener aventuras extramaritales, ¿quién dice que no pueden?

Dado que no necesariamente el sexo está ligado al amor, las personas pueden tener un juego de seducción que no sea necesariamente por amor. Puede ser sexualmente puro. Cada vez más hay parejas en el mundo donde la exclusividad no funciona y donde está establecido explícitamente que hay permisos sexuales pero no afectivos. No en México, nuestra moral no permite esas cosas. Pero en países sajones, en algunos lugares de los Estados Unidos, en los países nórdicos sobre todo, el planteo es diferente.

La gente no pacta la libertad sexual porque en general es posesiva. No se trata de aceptar la fidelidad como una pauta establecida socialmente, sino de abrir la puerta para que se quede el que se quiere quedar y que salga el que quiera salir.

Ser fiel por norma no es un acto de amor, es un absurdo.

¹⁸ Bierce, A. (2007). Diccionario del Diablo. 1ª Ed. España. EIMAT Libros S.A. Madrid.

2.4.5.3 Convivencia

La convivencia implica necesariamente la constitución de una lista de acuerdos que mientras no se convivía no eran necesarios.

Por eso la convivencia representa en si misma una gran puesta a prueba para el vínculo amoroso. Las parejas jóvenes parecen haber tomado conciencia de las dificultades y han diseñado acuerdos de convivencia transitoria.

Primero fueron las vacaciones en pareja, después la convivencia desde unas semanas antes de casarse, luego se fueron a vivir juntos para después casarse, y ahora conviven en lugar de casarse. Esta evolución es lo que está sucediendo. El establecimiento formal de un vínculo no puede ni debe ser motivo de burla. Casarse, tanto para hombres como para mujeres, cierra un ciclo que de otras maneras queda abierto. El casamiento es parte de un rito que separa un antes y un después.

Casarse o no casarse no cambia gran cosa de cara al futuro, quienes quieren separarse lo harán de todas maneras. Primero, porque el divorcio existe en México. Segundo, porque aunque el divorcio no existiera, ¿que me podría retener a mi al lado de mi esposa si yo no quisiera estar con ella? Nadie puede obligar a nadie a quedarse donde no quiere. La gente que quiere irse y no se va, se queda porque no está dispuesta a pagar el precio.

El tema de los papeles ha dejado de ser importante con el paso del tiempo. Es uno mismo quien decide el propio lugar de residencia. Cada quien es dueño de sus relaciones.

3.4.6 ESCUELA PARA PROFESIONALIZAR A LA PAREJA

Rubén González Vera, es un psicólogo que desarrolla una propuesta, basada en el nuevo paradigma de la pareja, en el que se reconoce como compleja e intrincada, que requiere de un riguroso e integral entrenamiento para obtener y desarrollar los recursos necesarios para aspirar a una relación de excelencia, el cual sólo se podrá dar a través de un instituto. La propuesta es la siguiente: crear este espacio llamado *Escuela para la profesionalización conyugal*. Este concepto define por sí mismo el proyecto.

Es preciso entrenarnos para dominar este arte y qué mejor que en una escuela. Si las hay para tantas cosas, ¿Por qué no para la pareja?

Sólo unas cuantas personas en los últimos siglos han podido entender el “estatus académico” que la pareja debería de tener. Una de ellas fue la célebre actriz francesa del siglo XVIII, Sofía Arnaud, cuando con una gran perspicacia señaló: *El matrimonio es una ciencia que nadie estudia*. ¡Qué frase tan profunda y tan vibrante!, ¿no te parece? Si desde esa época hubiéramos hecho caso, en la actualidad la pareja sería otra cosa.

Crear que se puede ser un gran amante sin esos conocimientos, es tan absurdo como el caos de una persona que supone que por considerarse inteligente, puede ingresar a un laboratorio de química, en donde hay sustancias explosivas para mezclarlas y emplearlas con el fin de crear una fórmula útil para la humanidad, apelando únicamente a su intuición y sentido común y prescindiendo de estudios universitarios en la materia. Es obvio que los resultados que se presenten en ese lugar, inevitablemente serán catastróficos. Pues lo mismo sucede con la vida de la pareja, en el sentido de que pensar que con sólo estar enamorado es suficiente para entrar al “laboratorio conyugal” con el objeto de mezclar sustancias psicológicas para crear “fórmulas amorosas”, sin estar conscientes de que ahí existen

sustancias químicas emocionales explosivas, que al mezclarse sin conocimiento, provocan reacciones en cadena con el suficiente poder para aniquilar el proyecto amoroso.

¿Qué son los pleitos, las discusiones, los berrinches, los insultos, los exabruptos, las amenazas, los golpes, las infidelidades, etc., sino explosiones de diferentes intensidades que son detonadas al manipular ineficiente y torpemente elementos psicológicos? De la misma manera que para entrar al laboratorio químico necesitas estudios académicos, tenemos que entender que para entrar en el laboratorio del amor, también se precisan estudios equivalentes. Si queremos detener la caída libre del deterioro de la pareja, y posteriormente revertir su dramática situación, es fundamental que comprendamos que en ese sentido no exista diferencia entre las ciencias, profesiones, artes o disciplinas y la pareja.

Pretender convertirse en un gran compañero conyugal prescindiendo de una capacitación, resulta tan absurdo como querer ser un excelente médico sin asistir a la escuela y sin estudiar. De la misma manera, aspirar a ser un cónyuge de élite con sólo asistir a algunos talleres está fuera de lugar. Los cursos prematrimoniales son muy buenos, pero insuficientes; son el equivalente de querer llegar a ser un gran médico participando únicamente en algunos cursos intensivos de fin de semana.

Aunque todo el mundo se casa supuestamente comprometido, es indispensable incorporar una nueva acepción del concepto, que consiste en asumir responsablemente la profesionalización del proyecto amoroso, lo que se traduce en el pacto sagrado de trabajar terapéuticamente por la relación de pareja en un método parecido al propuesto en este trabajo, para enfrentar consistente y contundentemente a los dragones y demonios que todos llevamos en nuestro interior y que finalmente son los agentes perniciosos que sabotean y destruyen a las relaciones amorosas. Sin esta novedad

propuesta, sería muy difícil mantenerse en el camino del amor. Sin la consolidación de este nuevo concepto de compromiso, los otros terminan colapsándose.

Si alguien dice que la pareja es importantísima de su vida, y no cuenta con tres horas a la semana para dedicárselas a ella y sí las tiene para ver un partido de fútbol, una telenovela o para otras cosas, algo anda mal, algo no tiene sentido. Muchas personas desean un carro de lujo o un reloj caro y están dispuestos a realizar los sacrificios necesarios para adquirirlos. También desean obtener una pareja de lujo, sin embargo la quieren gratis. En ese ámbito no están dispuestos a partirse el alma para alcanzarla.

Algunos matrimonios, al casarse, anhelan una casa de lujo, invierte frenéticamente toda su energía y su tiempo para comprarla y cuando han acabado de pagarla, no la pueden disfrutar, es demasiado tarde; su matrimonio está desahuciado, sino es que muerto, porque descuidaron el patrimonio afectivo al creer que trabajando por el patrimonio material aseguraban el éxito conyugal.

El viejo paradigma de la pareja (mencionado por González, 2006) supone que con una aspirina se resuelve el problema, cuando es evidente que se requiere cirugía mayor; a través de una revolución que lleve a cabo un profundo y estructural cambio de paradigma que exija que abordemos el matrimonio como una profesión más.

El éxito en la pareja se ha convertido en un artículo de primera necesidad, existe una sed afectiva impresionante. Según su creador, dicho proyecto responde a esta necesidad, y dada la naturaleza de lo que se requiere aprender, este espacio constituye una buena alternativa para abordar esos temas tan íntimos y vitales.

3.4.6.1 Proyecto MEGA

La propuesta que se describe a continuación está basada en un proyecto expuesto por el Psicólogo Rubén González Vera en su libro “LA REVOLUCIÓN DE LA PAREJA El Nacimiento de una nueva Profesión”, el cual consiste en la creación de un “espacio escolar” diseñado para estudiar la “ciencia” llamada matrimonio, a la que se refirió Sofía Arnaud, y para aprender eso tan difícil que es amar, como lo enfatizaban Rilke y Dostoyevsky, y que se tiene que aprender todo el tiempo, como señalaba Bernhart. Se establece como estructura la formación de células de ocho a diez parejas, que se reúnan tres horas a la semana, cuando menos durante tres años, para desarrollar los ingredientes del perfil ya expuesto, coordinados de preferencia por un guía perfectamente entrenado en este método. Así mismo incluye diez talleres de un fin de semana cada uno, que se cursarán en el lapso que dure el entrenamiento para poder dominar el nuevo paradigma del amor.

La escuela, es decir, la institución educativa tal y como ahora la conocemos, tuvo su origen en el Renacimiento, cuando un grupo de jesuitas tuvieron a bien fundarla. Lo curioso del caso es que en sus inicios se parecía mucho más a un reformatorio juvenil o correccional en el que “enderezaban” a los chicos conflictivos, que a lo que vemos ahora. Cuando se creó, muchos padres se quejaban del encierro y de la férrea disciplina a la que sometían a sus hijos. La escuela, en la actualidad, no sólo es obligatoria, es una institución indispensable sin la cual sería imposible pensar en el desarrollo humano, pero que en sus inicios fue recibida con suspicacia y resistencia.

Con la ilusión y la confianza de que con el nuevo paradigma del amor suceda algo parecido, en el sentido de que sea una de las semillas que contribuyan a que en algunos años, aquellos que piensen en la pareja, tengan muy claro que el ámbito del proyecto amoroso no es algo sencillo.

Que asuman con naturalidad que hay que trabajar arduamente dentro de ellos para promover su crecimiento emocional y espiritual, y además, que así como se preparan para una profesión, actividad o disciplina, asistiendo gustosos y convencidos a la escuela, para construir un proyecto conyugal, también vayan a la escuela del nuevo paradigma del amor con la misma actitud entusiasta y comprometida.

M. Movimiento

E. Escolar

G. de los Guerreros

A. del Amor

Lleva este nombre porque es un proyecto que inaugura un movimiento estructurado que pretende crear guerreros del amor, es decir, profesionales en la pareja, a través de la fundación de adecuados espacios escolares, en los que, además, el dinero no sea un obstáculo para que todos puedan beneficiarse con él.

3.4.7 EL OTRO COMO ESPEJO

Si se quiere mirar el propio cuerpo, se puede encontrar con que sólo se puede apreciar algo de él, y dado que no se posee vista panorámica para observarlo en su totalidad, se precisa de un espejo. Advertirá que hay ciertas partes que no gustan e incluso avergüenzan, a tal grado de rehusarse a mirarlas, aun con el apoyo del espejo. Y así como con el cuerpo físico, exactamente lo mismo sucede con el cuerpo psicológico: hay áreas de él que por incomodidad o dolor uno no es capaz, no conviene o no interesa reconocer.

Lo que esto implica es muy grave, pues está diciendo que hay vastos sectores de la persona que no se puede o no se quiere aceptar. Por lo tanto, las personas no se conocen, o todavía peor, *al rechazar algo de la persona, se establece un divorcio con uno mismo.*

La buena nueva es que justamente es el cónyuge quien se convierte en ese sabio espejo en donde se refleja todo aquello que por uno mismo difícilmente puede apreciarse. De acuerdo con esto, definiría el proyecto de pareja como: *un encuentro entre dos personas que en diferentes grados están divorciados de sí mismos, los cuales por medio de la relación, buscan integrarse o “casarse” con ellos mismos mirándose en el otro-espejo.*

Mientras más escucha los mensajes de ese espejo que puede reflejar lo que no puede ver, más se conoce uno. Mientras más se conoce, más se integra. Mientras más se integra, más se “caso” con uno mismo. Y mientras más se casa con uno mismo, mayores posibilidades tiene de casarse con el otro. El mejor, el más preciso y cruel de los espejos, es la relación de pareja: único vínculo donde podrían reflejarse de cerca los peores y mejores aspectos. Solamente con el autoconocimiento y la integración suficientes se puede lograr ese estado de CASA-DOS: dos personas que pueden formar un hogar.

3.4.7.1 El descubrimiento de las Necesidades Emocionales

Los hombres y las mujeres no saben en general que tienen diferentes necesidades emocionales. Como resultado de ello no saben en forma instintiva como apoyarse mutuamente. En general, los hombres dan en las relaciones lo que ellos quieren, mientras que las mujeres dan lo que ellas quieren. Cada uno supone erróneamente que el otro tiene las mismas necesidades y los mismos deseos. Por lo tanto, ambos quedan insatisfechos y llenos de resentimientos.

Tanto los hombres como las mujeres sienten que dan y dan sin recibir nada. Sienten que su amor no es reconocido ni apreciado. La verdad es que ambos dan amor pero no en la forma deseada. Por ejemplo, una mujer piensa que se muestra afectuosa cuando hace un montón de preguntas y expresa preocupación, esto puede resultar muy molesto para un hombre. Este puede llegar a sentirse controlado y busca espacio. Ella se confunde porque si recibiera ese tipo de apoyo se sentiría muy agradecida.

Sus esfuerzos por mostrarse afectuosa son el mejor de los casos ignorados y, en el peor, molestos. Asimismo, los hombres piensan que se muestran afectuosos, pero la forma en que expresan su amor puede hacer que la mujer se sienta invalidada y sin apoyo. Por ejemplo, cuando una mujer se siente perturbada, su pareja piensa que demuestra afecto y apoyo al hacerle comentarios que minimizan la importancia de sus problemas.

El hombre puede decir, por ejemplo: “No te preocupes, no es tan importante”: o bien puede ignorarla completamente, suponiendo que le está dando mucho “espacio” para tranquilizarse y meterse en su cueva. Lo que él piensa que es apoyo la hace sentir minimizada, poco amada e ignorada.

Cuando una mujer se siente desdichada necesita ser escuchada y comprendida. Sin esa percepción de las diferentes necesidades del hombre y la mujer, un hombre no entiende por que sus intentos de ayuda fracasan.

3.4.7.2 Las Necesidades Primarias de Amor de Hombres y Mujeres

La mayoría de las necesidades emocionales complejas pueden sintetizarse como la necesidad de amor. Según Gray, J. en su libro “Los hombres son de Marte, las mujeres de Venus”, hombres y mujeres tienen cada uno seis necesidades únicas de amor que son todas igualmente importantes.

Los hombres necesitan fundamentalmente confianza, aceptación, aprecio, admiración, aprobación y aliento. Las mujeres necesitan fundamentalmente cuidado, comprensión, respeto, devoción, reafirmación y tranquilidad. La enorme tarea de imaginar que es lo que nuestra pareja necesita se simplifica mucho a través de la comprensión de estas doce formas diferentes de amar. (Gray, 2000)¹⁹

Las siguientes son las diferentes formas de amor según Gray, 2000:

Las mujeres necesitan recibir	Los hombres necesitan recibir
1. Cuidado	1. Confianza
2. Comprensión	2. Aceptación
3. Respeto	3. Aprecio
4. Devoción	4. Admiración
5. Reafirmación	5. Aprobación
6. Tranquilidad	6. Aliento

Un hombre recibe y aprecia plenamente los seis tipos de amor necesitados fundamentalmente por las mujeres (el cuidado, la comprensión, el respeto, la devoción, la reafirmación y la tranquilidad), cuando esas propias necesidades primarias han sido previamente satisfechas. Asimismo, una mujer necesita la confianza, la aceptación, el aprecio, la admiración, la aprobación y el aliento. Pero antes de poder realmente valorar y apreciar

¹⁹ Gray, J. (2000). Los Hombres son de Marte, las Mujeres son de Venus. (3ª ed.). México: Ed. Océano De México, S.A. de C.V.

esos tipos de amor, sus necesidades primarias deben ser previamente satisfechas.

A una mujer le resulta fácil decir lo que necesita y olvidar que su pareja puede necesitar otra cosa. Del mismo modo, los hombres tienden a centrarse en sus necesidades, olvidando el hecho de que el tipo de amor que necesitan no siempre resulta apropiado o de utilidad para su mujer.

Se requiere satisfacer una necesidad primaria antes de que uno sea capaz de recibir y apreciar con plenitud los otros tipos de amor. El aspecto más poderoso y práctico de esta nueva comprensión del amor es que esos diferentes tipos de amor son recíprocos.

◆ **Ella necesita cuidado y él necesita confianza**

Cuando un hombre muestra interés en los sentimientos de una mujer y una sincera preocupación por su bienestar, ella se siente amada y cuidada. Cuando él la hace sentir especial a través de su interés, logra satisfacer la primera necesidad primaria de su pareja. Naturalmente, esta comienza a confiar más en él. Cuando ella confía, se torna más abierta y receptiva. Cuando la actitud de una mujer es abierta y receptiva hacia un hombre, este siente que le tienen confianza.

Confiar en un hombre es creer que está haciendo lo mejor que puede y que quiere lo mejor para su pareja. Cuando las relaciones de una mujer revelan una creencia positiva en las capacidades e intenciones de su hombre, la primera necesidad primaria de amor de este último se ve satisfecha. Automáticamente él se muestra más cuidadoso y atento respecto de los sentimientos y las necesidades de su pareja.

◆ **Ella necesita comprensión y él necesita aceptación**

Cuando un hombre escucha sin juzgar –con empatía y en armonía- a la mujer que expresa sus sentimientos, esta se siente escuchada y comprendida. Una actitud comprensiva no supone el conocimiento de los pensamientos o sentimientos de una persona; por el contrario, adquiere significado a partir de lo que se escucha y se orienta a reafirmar lo que se comunica. Cuanto más satisfecha sea la necesidad de una mujer de ser escuchada y comprendida, tanto más fácil le resultará al hombre la aceptación que este necesita.

Cuando una mujer recibe con afecto a un hombre sin tratar de cambiarlo, él se siente aceptado. Una actitud de aceptación no rechaza sino confirma el hecho de que él es favorablemente recibido. Esto no significa que la mujer crea que él es perfecto, sino que indica que ella no está tratando de mejorarlo, que confía en él para que este lleve a cabo sus propios mejoramientos. Cuando un hombre se siente aceptado, le resulta mucho más fácil escuchar y brindarle a su mujer la comprensión que necesita y merece.

◆ **Ella necesita respeto y él necesita aprecio**

Cuando un hombre responde a una mujer de tal modo que reconoce y le da prioridad a sus derechos, deseos y necesidades, ella se siente respetada. Cuando el comportamiento del hombre toma en consideración los pensamientos y sentimientos de la mujer, ella está segura de sentirse respetada. Las expresiones concretas y físicas de respeto, como regalarle flores o acordarse de los aniversarios, resultan esenciales para satisfacer la tercera necesidad primaria de amor de una mujer. Cuando ella se siente respetada, le resulta mucho más fácil brindarle al hombre el aprecio que merece.

Cuando una mujer reconoce haber recibido un beneficio y un valor personal de los esfuerzos y del comportamiento del hombre, este se siente apreciado. El aprecio es la reacción natural frente al hecho de sentirse apoyado. Cuando un hombre recibe aprecio sabe que su esfuerzo no fue en vano y se ve entonces alentado a dar más. Cuando un hombre recibe aprecio esta automáticamente en condiciones de respetar y motivar mayormente a su pareja.

◆ **Ella necesita devoción y él necesita admiración**

Cuando un hombre le da prioridad a las necesidades de una mujer y se compromete orgullosamente a apoyarla y satisfacerla, la cuarta necesidad primaria de amor de una mujer se ve satisfecha. Una mujer se enriquece cuando se siente adorada y especial. Un hombre satisface la necesidad de su pareja de ser amada de esa manera, cuando hace que los sentimientos y las necesidades de esta sean más importantes que sus otros intereses tales como el trabajo, el estudio y el esparcimiento. Cuando una mujer siente que es el número uno en la vida de su pareja, entonces, con toda facilidad ella lo admira.

Así como una mujer necesita sentir la devoción de un hombre, un hombre siente la necesidad primaria de ser admirado por la mujer. Admirar a un hombre es tomarlo en consideración con deslumbramiento, deleite y una aprobación complaciente. Un hombre se siente admirado cuando ella se siente felizmente asombrada por sus características o talentos únicos. Cuando un hombre se siente admirado, se siente lo suficientemente seguro como para dedicarse a su mujer y adorarla.

◆ **Ella necesita reafirmación y él necesita aprobación**

Cuando un hombre no objeta o discute los sentimientos y los deseos de una mujer, por el contrario, acepta y confirma su validez, una mujer se siente verdaderamente amada porque su quinta necesidad primaria se encuentra satisfecha. La actitud de reafirmación por parte de un hombre confirma el derecho de una mujer a sentir en la forma en que lo hace. (Es importante recordar que uno puede reafirmar el punto de vista de su mujer aun teniendo un punto de vista diferente).

Cuando un hombre aprende como hacerle saber a una mujer que tiene esa actitud de reafirmación, se asegura de obtener la aprobación que fundamentalmente necesita.

Muy dentro de él todo hombre quiere ser el héroe o el caballero de armadura brillante de su mujer. El signo que indica que él paso la prueba es el beneplácito de la mujer. La actitud aprobatoria de una mujer reconoce la bondad en un hombre y expresa una satisfacción global con respecto a él. Una actitud de aprobación reconoce o busca las buenas razones que sustentan la acción del hombre. Cuando este recibe la aprobación que necesita, le resulta mucho más fácil reafirmar los sentimientos de su mujer.

◆ **Ella necesita tranquilidad y él necesita aliento**

Cuando un hombre muestra repetidas veces que se interesa, comprende, respeta, convalida y se dedica a su pareja, la necesidad primaria de esta última de ser tranquilizada se ve satisfecha. Una actitud tranquilizadora le transmite a una mujer el mensaje de que es constantemente amada. Un hombre comete habitualmente el error de pensar que una vez satisfechas todas las necesidades primarias de amor de la mujer y al sentirse feliz y segura, ella debería saber que de allí en adelante será

amada. Esto no es así. Para satisfacer la sexta necesidad primaria de amor de la mujer, el debe recordar que será necesario tranquilizarla una y otra vez. Del mismo modo, un hombre necesita fundamentalmente ser alentado por una mujer.

La actitud alentadora de una mujer le da esperanza y coraje al confiar en sus capacidades y en su carácter. Cuando la actitud de la mujer expresa confianza, aceptación, aprecio, admiración y aprobación, ello alienta al hombre a ser todo lo que pueda ser. El sentirse alentado lo motiva a brindarle a su mujer la tranquilidad que necesita.

Lo mejor del hombre sale a relucir cuando se encuentran satisfechas sus seis necesidades primarias de amor. Pero cuando una mujer no sabe que es lo que necesita fundamentalmente y le brinda un amor protector en lugar de un amor confiado, puede estar sabotando su relación en forma inadvertida.

3.4.8 ARMONIZAR LAS DIFERENCIAS EN LA PAREJA.

Cuando se inicia una relación de pareja, sea cual sean sus condiciones no se debe esperar ni desear una vida donde no haya conflictos, sino verlos como una oportunidad para desarrollarse cuando aparecen. Aprender a aprovechar cada dificultad que se encuentra en el camino para ahondarla más, para conectarse con más profundidad, no sólo con la pareja sino también con la propia condición de estar vivos.

Fritz Perls solía decir que ochenta por ciento de toda la percepción del mundo es pura proyección... Y cuentan que después de decirlo miraba a los ojos del interlocutor y agregaba "...y la mayor parte del restante veinte por ciento... también". Cuando las personas expresan sus quejas sobre los que les ocurre, hay que investigar qué es lo "propio" en la persona que se está quejando.

Cuando lo que más gusta de una persona es algo de lo cual se carece y que a ella también le gusta de sí, y cuando lo que más le gusta es algo que no tiene y que a uno le gusta también, las diferencias empiezan a unirlos. No hay porque sentirse acomplejado porque la otra persona posee algo que uno no y que desea tener, al contrario hay que aceptar con humildad que cada ser humano es diferente, único e irreplicable y que además poseen otras características igual de humanas que puede no darse cuenta pero alguien más desearía tener.

Sin embargo, cuando se envidia algo que la otra persona tiene o cuando esa persona envidia lo que uno tiene y ella no, las diferencias empiezan a alejarlos y acaso acabarán por enfrentarlos. Es el momento de apreciar que la otra persona puede ser el complemento desde esa diferencia, quizá ayudando a desarrollarla, si fuese tal vez una habilidad, enseñando lo que sabe, compartir un conocimiento, pues al amor no es egoísta, cuando se

ama, se busca no sólo el crecimiento individual, sino hay una corresponsabilidad en el desarrollo de la pareja como tal.

Puede ocurrir que hay algo del otro ser que uno rechaza, y que sea un aspecto que quizá este en uno mismo, pero que no se reconoce como propio. Quizá sea momento de hacerse responsable de los propios sentimientos, actitudes, conductas, etc., y dejar de depositarlas en el otro como si fuera el receptáculo de todas las desdichas, en quien se proyectan las carencias y culpas de algo que no se tolera de nosotros mismos ya que puede que no sea una diferencia que separa, sino de una semejanza.

Si se desea cambiar algo que la otra persona con la que se está no siente la necesidad de modificar, la relación se encaminará hacia el conflicto, tratando de imponer una voluntad sobre la otra. Cuando en cambio, aquello que le gustaría que la otra persona cambiara es algo que ella también quiere cambiar, el conflicto puede convertirse en una tarea común, en transformación y encuentro. En todo caso, la comunicación es un medio eficaz para expresar necesidades, siempre y cuando sea de un modo asertivo, abriendo los canales de comunicación a la otra persona y siendo empáticos con ella.

3.4.8.1 Tender un Puente de Amor Entre las Diferencias

Los desacuerdos no se resuelven por eliminación, el sometimiento o la exclusión, sino mediante una metamorfosis sólo posible a partir de la acción de una energía asistencial e instrumentadora. Esta se expresa mediante dos poderosas preguntas que armonizan, que dan recursos y que proponen tarea.

1. ¿Cómo se puede desarrollar en uno aquello que en otro y que le atrae y valora? ¿Qué necesita para ello?
2. ¿Cómo puede ayudarle para que tenga de uno mismo aquello que quiere o se necesita que tenga?

Estos interrogantes, dan sentido, dirección y propósito. Permiten ver el vínculo desde un lugar en el que ya no es un campo de batalla donde uno está destinado a salir vencedor y el otro condenado a terminar derrotado. El virus de los opuestos distorsiona la percepción de la vida y de los vínculos. Lleva a creer que, en una relación, es inevitable someterse al juego de poder, participar de él y, por supuesto, intentar ganarlo. Vivir con otro no es convivir en un campo de batalla por el poder, sino en un espacio de **siembra y coconstrucción**. El amor genera amor; cuanto más amorosamente se traten los convivientes el uno al otro, más memoria, más energía, más reserva de amor se generará. Si se comparte esta visión, no habrá riesgos de ser devorado si se entrega, además el otro no correrá peligro de ser sometida para conseguirla. Al vivir con otro, son seres vivos que forman una pareja viva. No se han encontrado para protagonizar una lucha por sobrevivir. El sentido del encuentro es **cooperar para vivir**.

3.4.8.2 Mejor Bien Acompañado (A), Que Sólo En Compañía

Hay muchos dichos populares en México que hacen referencia a la vida en pareja, sin embargo, no le dan muchas expectativas de vida, pues la mayoría de ellos versan del matrimonio y las uniones conyugales como si se tratara de un equívoco del ser humano o como el fin de las dichas de la vida.

Uno de ellos, dice así: “Mejor sólo, que mal acompañado”, aunque puede aplicarse a las diferentes relaciones interpersonales; si lo enfocamos a la relación de pareja, entonces, puede verse a la soledad como algo no deseado y preferible a la oportunidad de arriesgarse y conocer a otra

persona que pudiese traer experiencias nuevas buenas y malas a nuestra vida.

Tal vez, es una forma de evitar ser lastimado al no permitir el acercamiento de alguien más. En realidad, y aunque cueste aceptarlo, no hay una persona que le destruye los sueños o le roba los sueños o le hace perder los mejores años a otra. A veces, contar o contarse la propia historia de esta manera es un modo autoindulgente o presuntamente menos doloroso de verla. Pero lo cierto es que los acuerdos o los desacuerdos se forjan con otro. Los dos son parte del vínculo y a ambos compete convertir los problemas en experiencias de aprendizaje y transformación futura.

Quizá este pendiente la tarea de escribir un nuevo refrán: ***Mejor bien acompañado que sólo en compañía.***

3.4.9 CARACTERÍSTICAS DE UNA RELACIÓN DE PAREJA SALUDABLE

Amistad. En toda relación de pareja debe de existir la amistad. Esto es ante todo: aceptación, respeto, confianza, comunicación, empatía, honestidad. Si la relación es nutritiva surgirá naturalmente entre la pareja: la **intimidad**, ese maravilloso sentimiento de cercanía, conexión y seguridad. Para que exista intimidad obviamente tiene que existir un vínculo sostenido en el tiempo donde estén presentes el respeto mutuo, la aceptación mutua y la confianza mutua.

Admiración. Por lo menos hay una característica personal de la otra persona que se admira. Esto es lo que hace que escoja y seleccione entre millones de hombres y mujeres **a esta persona y no a otra** como la persona con la cual elije estar como pareja. Se puede admirar su sentido del humor,

su inteligencia, su humildad, su trabajo o cualquier cosa que tenga mucho valor para según su propia escala de valores.

Atracción Sexual. La cercanía del otro le "enciende sexualmente", Si no existe la atracción sexual mutua mas que pareja son simplemente amigos. Partiendo de la idea que quienes son solamente amigos no se relacionan sexualmente entre sí.

Proyectos en común. Esto es, que por lo menos exista un proyecto que una a las dos personas integrantes de la pareja de cara al futuro, es decir que cada uno se piense en el futuro acompañado por el otro. Esos proyectos pueden ser casarse en matrimonio, tener hijos, conformar una familia, etc, etc. También quiere decir que existe una mutua compatibilidad entre los proyectos personales de vida que cada uno tiene individualmente.

Compromiso. Esto es básicamente para cada integrante de la pareja un recorrido con tres pasos:

- Asumir **ante uno mismo** que le ama a él/ella.
- Asumirlo **ante la otra persona.**
- Decidir invertir su tiempo y su energía en dicha relación.

3.4.9.1 Para Que Estar Juntos

¿Para que estamos juntos? Es una pregunta clave. Responderla es una parte esencial del crecimiento de la pareja. La respuesta será siempre saludable, ya sea porque hará más fecunda la convivencia, el tránsito conjunto, en definitiva, el amor, ya sea porque permitirá disolver, entendiendo las razones y con menos resentimiento, una sociedad que acaso no tenga, o haya perdido, sus razones de ser.

Cada vez que la pareja puede recordar en conjunto las razones primordiales de su existencia, se pone a sí mismo en condiciones de organizarse, de autoasistirse y de actuar en función de ellas. Deja sentados, recobra o fortalece, de ese modo, sus fundamentos amorosos.

“Vivir con otro, es formar parte de un equipo y es un camino antes que un punto de llegada”. (Sinay 2005).²⁰

2.4.9.2 Oración Gestalt

Para finalizar el marco teórico del presente trabajo, se presenta la oración gestalt de Fritz Perls, la cual puede resultar de interés al realizarla en pareja, ya que analizando su significado, se puede notar la importancia de aceptarse cada uno como individuos con características propias y de reconocer que no se está en este mundo para cumplir expectativas de alguien más. Cada quien es responsable de sus acciones y si en el camino de la vida se encuentra con alguien con quien compartirla, será sólo eso, un compañero y no una extensión de uno mismo.

Yo soy Yo

Tú eres Tú.

Yo no estoy en este mundo para cumplir tus expectativas

Tú no estás en este mundo para cumplir las mías.

Tú eres Tú

Yo soy Yo.

Si en algún momento o en algún punto nos encontramos

Será maravilloso

Si no, no puede remediarse.

²⁰ Sinay, S. (2005). *El Arte de vivir en Pareja. Cómo Armonizar las Diferencias*. (2da ed.). Barcelona: Ed. RBA Libros, S. A.

Falto de amor a Mí mismo

Cuando en el intento de complacerte me traiciono.

Falto de amor a Ti

Cuando intento que seas como yo quiero

En vez de aceptarte como realmente eres.

Tú eres Tú y Yo soy Yo.

(Fritz Perls)

CONCLUSIONES

En la búsqueda de “la felicidad” muchas parejas se pierden en el camino, buscando satisfacer como prioridad sus necesidades económicas y de comodidad, dejando a un lado el amor y tomándolo como algo secundario o inclusive olvidándolo por completo, resultando que llega el momento en que no saben porque siguen con su pareja, el motivo que un día los unió se perdió y ahora están unidos por los hijos, las cosas materiales o la rutina que los ha envuelto con los años.

Cada persona es responsable de sus propias acciones y la relación de pareja no es la excepción, no se trata de buscar culpables en el momento que surja un conflicto, sino llegar a un acuerdo que sea benéfico para los dos, no quiere decir que siempre se tiene que pensar o sentir igual que el otro pero si se puede negociar y ser flexible. No hay nada de malo en ceder un poco.

En forma personal y en cuanto a la labor psicológica, considero el tomar en consideración las diferencias en la pareja para poder llegar en un momento dado a fortalecer el vínculo conyugal además de brindar a las personas que lean este trabajo la oportunidad de un crecimiento personal que vaya más allá de la solución a un conflicto. Ofrecer las herramientas necesarias para que ellos puedan visualizar su relación conyugal como un camino en el que puedan desarrollar actitudes, habilidades, emociones, ideas, sentimientos, costumbres, hábitos, entre otras cosas más. Informar a las parejas que la vida conyugal nos brinda un gran número de oportunidades para crecer, justamente a través de las diferencias que pueden desencadenar en un momento dado en un “conflicto”, el cual no necesariamente representa un momento doloroso y sin solución en la relación de pareja.

La psicología es una profesión de gran importancia, su campo de intervención es muy amplio, incluyendo así a las relaciones de pareja, las cuales encuentran un punto de apoyo significativo en ella. Como psicólogos podemos apoyar a las personas a desarrollar sus potencialidades, siempre y cuando ellas estén dispuestas a descubrirlas y estén dispuestas a pagar el precio por ello, en este caso, un cambio de vida que puede traer mejoras a su relación.

Es importante poder mostrar a las parejas que el vínculo no es el lugar del campo de batalla donde uno está destinado a salir vencedor y el otro condenado a terminar derrotado, pues vivir con otro es convivir en un espacio de siembra y coconstrucción. El amor genera amor; cuanto más amorosamente se traten los convivientes el uno al otro, más memoria, más energía, más reserva de amor se generará. Si se comparte esa visión, no habrá peligro de ser sometido por el otro, ni que uno someta a la otra persona para conseguirla.

Tener en cuenta siempre que como seres humanos poseemos una individualidad, un conjunto de características que han sido heredadas de nuestros padres, abuelos, bisabuelos, etc., en pocas palabras, somos producto de nuestra historia personal; es por ello que en el proceso de elección de pareja hay una carga inconsciente que nos hace buscar y encontrar a personas que posean características similares a las de alguien que conocemos y pudiese encontrarse en la propia ascendencia.

Además de esto, como ya se hizo mención en el presente trabajo, algo que se puede lograr adicional a la descripción de la importancia de aceptar las diferencias individuales en la relación de pareja para contribuir al crecimiento personal de sus miembros, es hacer conciencia que si hay algo que mantiene a los cónyuges unidos por largo tiempo son esos contrastes, ya que si las relaciones se sostuvieran sobre la base de las coincidencias, a

la larga podría ser por demás molesto convivir con uno mismo las 24 horas del día, coincidiendo en todo y para todo.

Considero que las parejas tomen en cuenta esa realidad, que ante algunas personas podría parecer incongruente, sin embargo, indico esto pues a lo largo de mi vida he podido conocer a diferentes personas que manifiestan desear encontrar a alguien igual a ellos que comparta sus mismos gustos, intereses, forma de pensar, actuar, etc. Por otra parte, tales coincidencias pueden en un principio ayudar a la formación del vínculo, pero a la larga, se encargarán por si solas de disolverlo.

El que las parejas encuentren el verdadero sentido a esas diferencias es lo que puede marcar la divergencia entre una pareja “estable” pero infeliz, por el hecho de vivir reprochándose día a día por ver la vida desde otro punto de vista al suyo propio; o una pareja estable, que vive en armonía y saca provecho de esas diferencias para convertirlas en fortaleza en su relación y con ello lograr buscar y hallar juntos un crecimiento en cada una de las esferas de su vida.

Con esto, no quiero decir que aceptando las diferencias ya no habrá más conflicto entre las parejas, pues se trata de un trabajo más arduo que la simple aceptación, es además un camino continuo, de lucha diaria en el que sepamos reconocer errores, aciertos, aprender a valorar al otro por lo que sabe hacer y yo no, apoyarlo a fortalecer las debilidades que tiene y yo poseo, y por obviedad ser recíprocos en ese sentido.

Además, como profesionales de la psicología, es una satisfacción enorme el saber que las parejas estén interesadas en su crecimiento personal, su desarrollo humano, pues la pareja es un modelo para los hijos. Los niños aprenden lo que ven, lo que oyen; lo que viven día a día con sus padres y durante su propio desarrollo algún día se verán inmersos en el

proceso de elección y formación de pareja; en la cual depositarán toda esa carga consciente e inconsciente que algún día fue depositada por la familia sin darse cuenta de ello.

Al vivir con otro, somos seres vivos que formamos una pareja viva. No nos hemos encontrado para protagonizar una lucha por sobrevivir. El sentido del encuentro es **cooperar para vivir**.

Como experiencia personal, al realizar este trabajo de investigación me llevo una enorme satisfacción, pues el propio ciclo de la vida me llevará a tomar un día la decisión de formar una relación de pareja, no sólo de novios, sino de compañeros en la vida diaria que mutuamente se apoyen para crecer y con el que pueda contestar una pregunta: ¿Para qué estamos juntos? En ese momento sabremos que nuestros caminos convergen por algún motivo y nos corresponderá a los dos tomar la responsabilidad de ello.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Bellucio Augusto César. (1998) **Manual de Derecho de Familia.**6ª Ed. Perú.
Ed. ASTREA

Bierce, A. (2007). **Diccionario del Diablo.** 1ª Ed. España. EIMAT Libros S.A.
Madrid.

Bucay, J. y Salinas S. (2007). **Amarse con los Ojos Abiertos. El desarrollo personal a través de la pareja.** 2ª ed. México: Ed. Océano De México S.A. de C.V.

Bucay, J. (2003). **El Camino del Encuentro.** Ed. Grijalbo

Fromm, E. (2007). **El Arte de Amar.** 1ª ed. España: Ed. Paidós. PP. 208.

González, R. (2006). **La Revolución de la Pareja. El Nacimiento de una Nueva Profesión.** México: Editorial Mina-Estrella.

Gray, J. (2000). **Los Hombres son de Marte, las Mujeres son de Venus.** 3ª ed. México: Ed. Océano De México, S.A. de C.V.

Güitrón Fuentesvilla (2007, 25 de febrero). Derecho Familiar. *El sol de México.*

Lemaire, J. (1986). **La pareja humana.** México: Fondo de Cultura Económica.

Montemayor Hernández, María Velia, García Treviño, María Consuelo y Garza Lorena, Yolanda (2002). **Guía para la investigación documental.** México: Trillas.

Parolari, F. (2002). **¿Vale la Pena Casarse? Cómo mantener la felicidad entre dos.** 3ª ed. México: Publicaciones Paulinas, S.A. de C.V.

Rubilar, C., Morales, V. y otros. (1995). **Ciclo vital y funcionamiento familiar.** Seminario para optar al grado de licenciado en Psicología. Concepción: Universidad de Concepción.

Sinay, S. (2005). **El Arte de vivir en Pareja. Cómo Armonizar las Diferencias.** 2da ed. Barcelona: Ed. RBA Libros, S. A.

Tordjam, G. (1989). **La pareja: realidades, problemas y perspectivas de la vida en común.** México, Grijalbo.

Vargas, J. e Ibáñez, J. (2006). **Solucionando los Problemas de Pareja y Familia. Fundamentos Teóricos y alternativas de Solución desde la Perspectiva del Vínculo.** 4ª ed. México: Ed. Pax México.

Winch. (1958). **The theory of complementary needs in mate selection.** *American Sociological Review*, Vol.19.

Periódico

Links

<http://www.geocities.com/clinicagestalt/pareja.htm>

http://www.crecimiento-personal.com/crecimiento_personal.htm

BIBLIOGRAFÍA

Baptista Lucio, Fernández Collado y Hernández Sampieri (2003). **Metodología de la Investigación**. 3ª Ed. México: Ed. Mc Graw Hill.

Zubizarreta, A. (1986). **La aventura del trabajo intelectual. Cómo estudiar e investigar**. (2da ed.). México: Sistemas Técnicos de Edición, S.A. de C.V.