

LA INFIDELIDAD EN LA PAREJA

ANNETTE KREUZ
Terapeuta Familiar y de Pareja
Centro de Terapia Familiar Fásica, Fase 2
Valencia.

Dirección : Avda Blasco Ibañez8,30b
46010 VALENCIA
Tel.Fax: 96-3698493
correo electrónico de la autora: a.kreuz.tff@telefonica.net

LA INFIDELIDAD EN LA PAREJA

Estructura del Capitulo:

1. Resumen
2. Introducción y delimitación conceptual
 - 2a. Testimonios
 - 2b. Conceptos generales
 - 2c. Definición operacional de Infidelidad
 - 2d. Tipos de relaciones extramatrimoniales
3. Programa de intervención
 - 3a. Manejo del secreto
 - 3b. Duración del tratamiento
 - 3c. Guión de tratamiento
4. Conclusión
5. Bibliografía

1. RESUMEN

El artículo se subdivide en dos partes interrelacionados pero temáticamente independientes. La primera se ocupa de opiniones generales, cuestiones empíricas y aspectos teóricos relacionados con lo que se conoce como infidelidad o relaciones extramatrimoniales. La segunda parte introduce, tanto a nivel formal como de contenido, a los pasos de intervención en los tratamientos de pareja con este problema.

2. INTRODUCCION Y DELIMITACION CONCEPTUAL

2 a. Testimonios

" DESPUES DE DOS AÑOS (DE MATRIMONIO) MI MARIDO TUVO LA OPORTUNIDAD DE SUBIR POR EL ESCALOFON PROFESIONAL A TRAVES DE UNA ESTANCIA EN UN PAIS EXTRAJERO NO EUROPEO. EL SABIA QUE POR RAZONES DE SALUD ME ERA IMPOSIBLE ACOMPAÑARLE, Y A PESAR DE MIS RUEGOS DE NO ACEPTAR LA OFERTA POR NOSOTROS, ACEPTO. SU DECISION ME DOLIO INMENSAMENTE, EN REALIDAD EL SE DECIDIO EN CONTRA DE MI VOLUNTAD, ME FUE INFIEL " EN EL CORAZON". (1; P. 12)

" MI MADRE SUPO POR PRIMERA VEZ QUE MI PADRE TENIA UNA AMANTE CUANDO ESTABA A PUNTO DE DARMER A LUZ. DESPUES HUBO VARIAS RELACIONES MAS, PERO ESTA PRIMERA VEZ YO ESTABA EN SU BARRIGA. EL SHOCK, LA IRA, LA INMENSA DECEPCION TRANSFORMO SU ALEGRIA EN TOTAL RECHAZO. SI HUBIERA PODIDO ABORTAR, LO HABRIA HECHO CON TODA SEGURIDAD. SIMPLEMENTE ME ECHO LA CULPA DE LO QUE PASO, YO YA NO HACIA NINGUNA FALTA. FINALIZO EL EMBARAZO DE UNA CRIATURA QUE SEGUN ELLA, PARA MI PADRE NO TENIA NINGUN SIGNIFICADO. EL EMBARAZO, QUE ELLA HABIA CONCEBIDO COMO SIMBOLO Y CULMINACION DEL AMOR ENTRE LOS DOS, SE CONVIRTIO EN SU OPUESTO. YO ERA, EN EL SENTIDO LITERAL DE LA PALABRA, UNA SIMPLE CARGA PESADA. SU VIENTRE CADA VEZ MAS REDONDO NO LA HACIA BELLA Y FEMENINA, SINO DEFORME, ASEXUAL Y NO DESEABLE, POR ESO MI PADRE SE ACOSTABA CON OTRA MUJER. (1, P. 24)

" LLEVO CASADA MAS DE 30 AÑOS, Y EN ESTE TIEMPO HE TENIDO MAS DE VEINTE AMANTES, DOS DE ELLAS MUJERES. CON MI MARIDO SIGO ACOSTÁNDOME UNAS DOS VECES POR SEMANA, Y LO DISFRUTO. EL NO SE HA ENTERADO DE MIS LIGUES, PUEDE PORQUE POR LO DEMAS LLEVAMOS UNA VIDA MUY EQUILIBRADA. ME GUSTA ACOSTARME CON OTRAS PERSONAS, PORQUE CADA UNO TIENE UNA SEXUALIDAD DIFERENTE, A SU MANERA. ESO ME FASCINA."

" CUANDO ME ACUESTO CON OTRAS MUJERES, SIEMPRE TENGO SENTIMIENTOS, SI NO TENGO SENTIMIENTOS, MI PENE NO FUNCIONA. PARA ESO, PODRIA COGERME UNA DE ESAS MUÑECAS DE PLASTICO QUE GIMEN. LA MAYORIA DE LAS VECES, RESULTA SER UNA EXPERIENCIA AGRADABLE, ENROLLARSE NO LE DUELE A NADIE. ES SIMPLEMENTE PARA SEXO, CUANDO TIENES GANAS DE MANERA ESPONTANEA, NO TIENE NADA QUE VER CON AMOR. ES MAS UNA AVENTURA, COMO UNA PELICULA DE OESTE. " (1, P.67)

" DESDE HACE 14 AÑOS, TENGO UNA RELACION CON OTRO HOMBRE CASADO. NADIE LO SABE, SOLO NOSOTROS Y AHORA USTEDES. NOS QUEREMOS MUCHO Y NOS CONOCEMOS MAS QUE NUESTROS RESPECTIVOS CONYUGUES. NUNCA NOS HEMOS ACOSTADO JUNTOS..... PERO NUESTROS CORAZONES, NUESTRAS ALMAS NOS PERTENECEN. CUANDO NOS VEMOS, DE VEZ EN CUANDO, NOS ACARICIAMOS Y NOS BESAMOS. ... NOS LLAMAMOS TODOS LOS DIAS POR TELEFONO Y NOS ESCRIBIMOS MUCHO. MIRE, CREO QUE ESO NO ES UN LIGUE, O UN ROLLO. ESTO ES AMOR, ES COMO UN SEGUNDO MATRIMONIO. ..." (1. P.66)

En España, en una encuesta realizada en 1996 entre 2500 personas a partir de 12 años, el 72 % de los encuestados considera la fidelidad imprescindible en la vida de la pareja, esté ésta casada o no. El 24 % de los preguntados considera la fidelidad deseable, y sólo a un 4% este tema le resulta indiferente. De ello, ha pasado una década larga, pero consideramos que la probabilidad de grandes cambios en la apreciación del valor de la fidelidad no es muy probable ya que tampoco se producen grandes cambios en la percepción de la importancia de la familia en la vida de los encuestados. (1) Frente a encuestas como la citada, que reflejan que el valor teórico o moral de la fidelidad en la pareja, están las estadísticas que se refieren a la frecuencia real de relaciones extramatrimoniales, con valores en constante alza, sobre todo en la población femenina. El cambio comportamental observable se relaciona, a partir de la disponibilidad de anticonceptivos eficaces, con el cambio del rol de la mujer y su integración progresiva en el mundo laboral. En Gran Bretaña, en un estudio sobre marcadores fisiológicos comparando muestras de padres e hijos, se descubrió que un 30% de la muestra recogida no podían ser hijos biológicos de sus padres, cifra que causo un verdadero escándalo nacional. En una encuesta a nivel nacional en 2004, la infidelidad sigue siendo la primera causa de divorcio y separación en España, seguida por la incompatibilidad de caracteres, el desamor y la violencia. (18) La notoriedad de algunos episodios "famosos" hace que a nivel popular el tema esté en la boca y en la conciencia de todos. Situaciones como la del príncipe Carlos de Inglaterra, finalmente casado con la que fue su amante y amor imposible durante el matrimonio con Lady Di, o la boda reciente del primer ministro francés con Carla Bruni, dan testimonio a todo color de situaciones que despiertan sentimientos muy contradictorios.

Cuando entra una pareja en la sala de terapia que lleva mas de 7 años de convivencia/matrimonio, existe una probabilidad de más de un 50% que uno de los dos, o los dos, hayan tenido relaciones extramatrimoniales. En una encuesta alemana, después de 11 años de matrimonio, solo un 11% de los encuestados no habían pensado nunca en una relación extramarital. Esto evidentemente no significa que el hecho se revele de inmediato al terapeuta o que la infidelidad sea el motivo de consulta. De hecho, sólo una pequeña parte de las demandas de terapia de pareja se hacen abiertamente por un problema de relaciones extramatrimoniales. Encubiertamente, existe una situación de infidelidad concomitante o recién pasada en muchos casos, y en un porcentaje importante se revela a lo largo de las sesiones en común. Si la demanda es de terapia individual, el tema de relaciones extramatrimoniales es mucho más accesible al diálogo terapéutico. El secreto profesional crea una situación segura parecida a la de la encuesta anónima que hizo una socióloga y periodista alemana en 1996, y de la cual provienen las citas del principio de este capítulo. (2)

2b. Conceptos generales

Infidelidad, relación extramatrimonial, aventura, ligue, rollo, "one night stand", lío. El lenguaje cotidiano tiene palabras que implican connotaciones muy diferentes para describir situaciones que tienen una serie de ingredientes en común: una persona, con una relación de pareja estable y en la mayoría de las veces legalmente confirmada, está implicada en un contacto intenso de duración variable con una persona, en la mayoría del sexo opuesto, que no es su pareja habitual. Este contacto puede, pero no tiene por qué, implicar relaciones sexuales. Las razones más frecuentemente expuestas para iniciar y mantener una relación de estas características son matrimonios que se viven como penosos y/o vacíos, y un nivel de enfado considerable hacia el cónyuge por falta de una respuesta positiva a demandas sexuales y/o emocionales. Es curioso observar la necesidad perentoria de declarar las relaciones extramatrimoniales como "buenas" o "malas" en el ámbito de comentarios populares. Grandes obras del séptimo arte están inspiradas por el tema: los "Puentes de Madison", "Atracción fatal", "Una proposición indecente", para citar algunas. La relación extramatrimonial se presenta como destructora del matrimonio, como salvadora de la relación matrimonial, o como alternativo "amor verdadero". También nos encontramos con versiones humorísticas cuyo reflejo son innumerables chiste y películas de más o menos acierto. Todo ello refuerza la idea de una tensión entre miedo y deseo, que existe en cualquier fantasía sobre el tema, y desde luego en las situaciones reales. A mi entender, la polarización sencilla de "bueno o malo" es fruto de un pensamiento lineal y no refleja las interdependencias funcionales de la RE como síntoma o comportamiento. (20) (21)

El tema de la infidelidad y de las relaciones extramatrimoniales incomoda bastante a los profesionales de la salud mental y a los terapeutas de familia y pareja en especial. No suele ser objeto habitual en la exposición de casos, ni de ponencias o mesas redondas en los congresos. Sin embargo, me aventuro a afirmar que la comunidad de los terapeutas matrimoniales no se mueve en absoluto en un vacío con respecto a este tema tan polémico. De la misma manera que podemos hacer suposiciones sobre las parejas que entran en consulta, lo podemos hacer sobre los terapeutas casados/as y o en relaciones estables. Es muy probable que muchos hayan tenido sus propias experiencias en este campo de las relaciones humanas, y sus vivencias teñirán indiscutiblemente su forma de conceptualizar y reaccionar frente a situaciones específicas. No siempre el lector dispone de los datos contextualizantes para la lectura de determinadas publicaciones, y mucho menos un terapeuta particular suele revelar a su pareja de clientes si acaba de salir de una situación parecida a la que ésta le trae a la consulta. (3) El tema de la infidelidad es delicado, me atrevería a decir que se aproxima en el ámbito de confrontación con estándares éticos y cuestiones morales a otras situaciones con implicación de secretos como por ejemplo el diagnóstico de una enfermedad terminal.

La gran mayoría de las publicaciones se escapan de la cuestión ético-moral a través de una aproximación neutral- descriptiva. Esta forma de enfocar el tema implica toda clase de estadísticas asépticas, que pueden servir en algún caso de consuelo o marco referencial desculpabilizador, pero suelen ser de poca utilidad a la hora de planificar un tratamiento. La confusión y la ansiedad latentes que despierta el tema hace que la toma de conciencia sobre su propio posicionamiento sea imprescindible para el terapeuta que se prepara para tratar a parejas. El sufrimiento implicado y la necesidad de trabajar con emociones suponen un nivel de exigencia muy alto para el profesional. (4) La complejidad de los procesos intrapsíquicos e interaccionales implicados en las relaciones extramatrimoniales demandan un modelo complejo y sensible para su entendimiento y tratamiento. (22)

Para simplificar el texto, en lo sucesivo se utilizará la palabra relación extramatrimonial (abreviado RE) para describir situaciones que encajan en la

descripción dada en general. También me gustaría advertir que la utilización de género en los ejemplos tanto para los pacientes como para los terapeutas será arbitraria, pudiéndose intercambiar el masculino por el femenino, y no implica en ningún caso que la situación descrita sea mas frecuente o específico del sexo de los protagonistas. En aquellos casos que sí se observa un patrón diferenciado entre los géneros se resaltarán de manera concreta.

2 c. Definición operacional

“RE son soluciones emocionales a problemas emocionales”.

Las RE constituyen un mecanismo comportamental que altera un complejo sistema de distancias en la pareja de los cónyuges, de los hijos, y de sus respectivas familias de origen. A nivel metafórico ayuda pensar por un momento en una foto familiar, con la ubicación de todos los miembros, a la cual con conocimiento de algunos y total desconocimiento de otros, se inserta un nuevo personaje (el amante o la amante). La vida diaria, los comportamientos más rutinarios, quedan trastocados por esta nueva configuración.(5) Relaciones extramatrimoniales implican muchas diferentes sensaciones y sentimientos posibles: excitación, esperanza, deseo, pero también miedo, culpa, decepción y engaño. Estoy totalmente de acuerdo con Moultrup, aunque añadiendo las palabras " en nuestro contexto sociocultural", cuando él afirma: " Es virtualmente imposible que una relación sana, con o sin matrimonio, puede mantenerse a lo largo del tiempo, a pesar del impacto que crea(n) la(s) implicación(es) con otra(s) persona(s) fuera de la pareja. Por definición, una relación extramatrimonial crea un déficit en el nivel de intimidad que resulta malsano y tiende a tener un efecto profundo y negativo sobre los individuos, el matrimonio y los niños de la familia. " (5, pgs. 17) Fidelidad en la pareja puede implicar diferentes formas de lealtad: lealtad a una idea o empresa común, al compromiso de cuidar y proteger, a la exclusividad sexual. Como dice Manrique (6)" La exclusividad sexual es la metáfora más perfecta del placer de ser único para otro". Una relación extramatrimonial es indicadora de que la pareja como conjunto necesita << algo más>> o << algo diferente>> en su interacción, y en su vida en general; este <<algo mas>> difiere según el tipo de RE. La RE es una manera problemática de intentar de suplir una necesidad a nivel de pareja. En este sentido comenzar una RE constituye un comportamiento sintomático, un indicador de que algo va mal y necesita cambiar.

2 d. Tipos de relaciones extramatrimoniales.

En el ámbito clínico, voy a intentar dar un resumen de clasificaciones de relaciones extramatrimoniales que pueden ayudar al terapeuta de pareja a hacer hipótesis sistémicas. En cualquier terapia de pareja parto de la idea de un diagnóstico sistémico que implica dimensiones diferentes. El Modelo Fásico de Terapia de Pareja en su Fase de Intimidad trabaja con estas dimensiones utilizando técnicas de intervención específicas para ayudar a las parejas a cambiar en los campos que ellos creen necesarios y que son operativos con respecto a las metas terapéuticas establecidas. (7, 8) La escuela Fásica se ubica dentro de modelos estructuralista-experienciales, y trabaja con

técnicas de intervención activas tanto en sesión terapéutica misma, como a la hora de prescribir tareas entre las sesiones. Es evidente que las diferentes dimensiones del diagnóstico forman su vez un sistema complejo interrelacionado e interdependiente que exige al terapeuta poder ubicar un determinado dato comportamental o biográfico en uno, o más apartados. Distinguimos las siguientes cuatro dimensiones:

Dimensiones de Diagnostico en Terapia de Pareja

A. Dimensión temporal.

Ciclo vital con los 4 aspectos históricos de la pareja:

- a) Historia de cada uno de las familias de origen antes del nacimiento del actual marido/mujer.
- b) Historia de cada uno en sus respectivas familias de origen. (incluyendo posibles patrones transgeneracionales de infidelidad)
- c) Historias de relaciones de pareja anteriores a la actual
- d) Historia de la relación de pareja incluyendo noviazgo y convivencia hasta la actualidad

B. Dimensión estructural / comunicacional

- a) Estructura de poder
- b) Pautas de comunicación verbal y no verbal (Intimidad psicológica e intimidad sexual)
- c) Competencias/incompetencias a nivel de pareja de padres y matrimonial

C. Dimensión individual

- a) Aspectos médico-biológicos
- b) Competencias e incompetencias

D. Dimensión sociocultural.

- a) Contexto sociocultural

Quisiera resaltar que la meta de este cuadro sinóptico y de las explicaciones posteriores es facilitar una mayor orientación a la hora de afrontar una situación de RE en la sala de terapia. En el ámbito de mi práctica clínica he descubierto que la organización de los datos de la pareja en estos apartados resulta útil para establecer prioridades y planear el tratamiento. En ningún caso las descripciones implican una idea de causa /efecto. En lo que sigue resaltaré aspectos específicos de estas dimensiones para el tratamiento de las relaciones extramatrimoniales.

Dimensión A : El factor tiempo y el ciclo vital

Parece ser que a nivel del ciclo vital, hay momentos clave para la aparición de RE en una pareja estable. Uno parece ser el nacimiento de los hijos. En muchos hombres la fase de gestación con los cambios corporales resulta de difícil asimilación. Aparte de situaciones de indicación médica, o del rechazo abierto de la pareja, el miedo a "herir" a la futura madre o al bebé implica muchas veces una disminución más o menos consciente de las relaciones sexuales. La vivencia anticipatoria de un posible distanciamiento afectivo de la mujer a causa de su implicación con el futuro hijo puede constituir el desencadenante de una relación extramatrimonial, al igual que la sensación de "estar definitivamente atrapado" en esta relación de pareja, si se trata del hijo primogénito.

Otro momento clave a nivel del ciclo vital lo constituye la muerte de los padres. La RE puede relacionarse con un intento de "tapar" sentimientos de soledad, dolor y tristeza. A veces, las REs próximas a la muerte de un padre implican un "acting out", es decir un expresar a través del comportamiento de las lealtades invisibles. Por ejemplo, una persona me confesó que nunca se hubiera arriesgado a ser descubierta por su madre en una situación de infidelidad, ya que ésta vivió durante años "un infierno por las constantes aventuras de mi padre." Esta mujer inició su RE una semana después del fallecimiento de la madre. El trabajo terapéutico puso de relieve cómo la relación extramatrimonial conseguía de manera casi perfecta hacer "honor" a ambos padres. Es frecuente descubrir una repetición exacta o con cambios de roles (masculino/femenino) de un patrón familiar de infidelidad de la familia de origen de uno de los dos cónyuges, o de ambos. La implicación de lealtades invisibles en este complejo patrón transgeneracional contiene a veces la clave para poder iniciar un cambio necesario en la percepción de los "por qué" y "para qué" de determinados episodios extramatrimoniales.

Hay otro momento clave que coincide con uno de los "tipos" de RE descritos en la bibliografía (9). Corresponden a la RE del tipo "nido vacío". Cuando los últimos hijos abandonan el hogar paterno, y la pareja se encuentra frente a frente sin interferencias, muchas veces marido y mujer descubren que en el intermedio existe sólo un gran vacío. La pareja matrimonial es inexistente. Muchos hombres alrededor de los 50 años se implican en RE y se divorcian en esta situación. Es el único punto estadístico a nivel de edad dónde los hombres suelen ser iniciadores de la separación con más frecuencia que las mujeres.

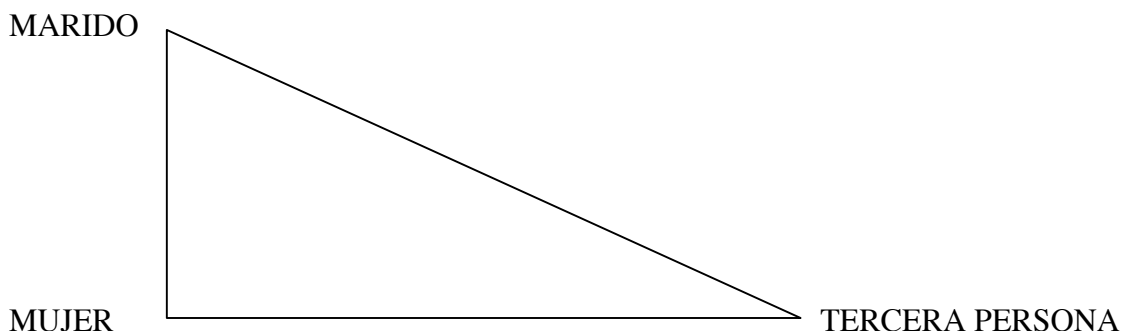
El inicio de una RE para salir de un matrimonio insatisfactorio constituye otro tipo de relación extramarital, donde el aspecto "funcional", o el "para qué" resulta evidente. Esta situación puede ocurrir en cualquier momento a lo largo del ciclo vital, tanto en hombres como en mujeres. La ubicación en el tiempo para estas relaciones coincide con el momento en el cual una persona decide que su pareja nunca será capaz de satisfacer sus necesidades de una manera adecuada. La RE "sirve" para aplacar los sentimientos de pérdida y desilusión, y su descubrimiento implica la "recesión del contrato" como matrimonio. Muchas veces la parte activamente involucrada en la RE comenta algo así como: < sabía que nuestro matrimonio estaba acabado porque sino, no me hubiera podido acostar con X>, o: < sabía que si mi mujer se enteraba de eso, se iba a divorciar>. A veces, las RE en estas situaciones implican un aspecto romántico de enamoramiento intenso, pero en general el pronóstico sobre su duración posterior es dudoso. El tipo RE "salida de matrimonio" habitualmente acaba en separación y divorcio y parte de la labor terapéutica consiste en disminuir en lo posible los efectos

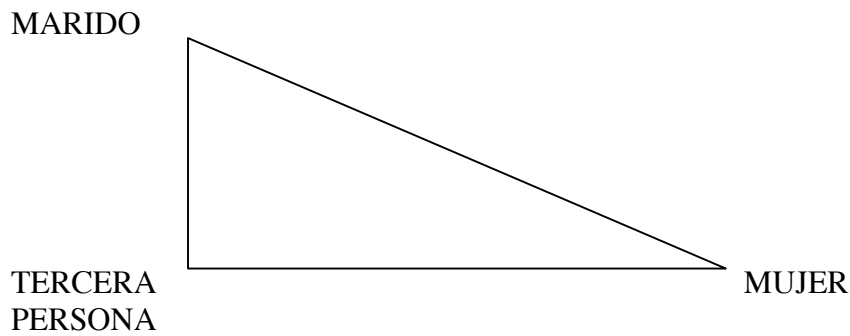
negativos. Cuando el terapeuta no puede conseguir "un final feliz" para la pareja, puede ser crucial que consiga "un feliz final" del matrimonio, tanto para las relaciones de pareja posteriores de cada uno de los adultos, como para los hijos implicados. (10)

B. Dimensión estructural/comunicacional .

En terapia de pareja, las pautas de interacción y las estructuras de poder son el campo de trabajo terapéutico constante. En la fase de constitución de la pareja, ésta elabora unas pautas de interacción que son la base para las expectativas que tendrá cada uno del otro en el futuro común. (11) Algunas reglas que surgen de estas pautas pueden ser explícitas, como por ejemplo < Ambos vamos a apoyarnos para poder finalizar los estudios> o < Como yo odio a mi familia, sólo tenemos contacto con la tuya>. Sin embargo, la gran mayoría de las reglas alrededor de cómo y cuándo quién hace qué se elaboran de manera implícita. Muchas veces, ninguno de los componentes "sabe" a nivel consciente la regla que espera seguir. Se habla de contratos implícitos e inconscientes. Estos contratos implican toda clase de aspectos vitales, tanto cognitivos, como emocionales y comportamentales. Lo que uno espera del otro, con respecto a la fidelidad, implica la cabeza, el corazón, y los órganos sexuales. Un buen contrato respeta los tres componentes, y establece una lista de prioridades que puede variar a lo largo del ciclo vital. Las modificaciones que introduce la RE en el equilibrio fluctuante de este contrato complejo constituyen parte de la funcionalidad del síntoma. En la introducción ya se habló de la RE como modificadora de distancias interpersonales. La implicación de una tercera persona modifica las distancias notablemente. Hay autores sistémicos que parten de la idea que la base de cualquier interacción significativa lo constituyen triángulos, y no diádas. Goldbeter habla de "terceros" mas o menos "pesantes". (12) En una relación de pareja estable, la distancia entre los dos cónyuges es menor (es decir, que hay mas intimidad) que la que pueda existir con cualquier otra persona. En el momento que aparece una RE, la distancia entre la persona involucrada y su pareja habitual aumenta, mientras que disminuye con la o el amante, pudiendo invertirse totalmente los lugares. (vea ilustración en FIG.1) Es importante resaltar que la funcionalidad de un comportamiento determinado no implica el concepto de conciencia o intencionalidad.

Fig. 1.





El tema central, metafóricamente expresado como distancia entre los triángulos, es el de intimidad. La intimidad en la pareja depende de la interacción verbal y no-verbal. Dicho de una manera simple, tener intimidad implica hablar sobre y experimentar conjuntamente alegrías y penas, cosas profundas y cosas sencillas. La comunicación (interacción) es lo que nos permite tener un “modelo de la mente” (Theory of Mind) del otro, sabemos como representa su mundo, y como nos representa en este mundo. El propósito de la pareja, como figura de apego principal en la edad adulta, es básicamente la confirmación de la identidad propia. (23, 24). Como es evidente, esta confirmación pasa a ser percibida como mas adecuada en la relación extramarital, como mínimo en los aspectos de contenido que está implica, a la vez que el conyugue, precisamente por la misma existencia de esta relación, pierde la posibilidad de funcionar como “confirmadora” de la identidad de su pareja. En el modelo fásico distinguimos entre intimidad psicológica e intimidad sexual. El aspecto sexual distingue la intimidad de pareja de la de una relación amistosa, o paterno-filial o, a nivel unilateral, terapéutica. Ambas formas de intimidad, tanto la psicológica como la sexual, están interrelacionadas y son muy sensibles a lo que habitualmente llamamos "enfados", o conflictos. Los enfados y los conflictos no resueltos afectan a la pareja en el sentido de disminuir tanto la intimidad psicológica como la sexual. Aprendemos pautas diferentes de reaccionar frente a enfado y conflicto con una disminución de intimidad, bien sexual, bien psicológica, influenciados por factores de género y patrones familiares.

Es muy importante distinguir entre una resolución adecuada de conflictos y la expresión de enfado o conflicto. Existen parejas (tipo uno) con un claro déficit de expresión de enfado y conflicto, y otras (tipo dos) con un exceso de expresión de enfado y conflicto. Ambos tipos de parejas tienen grandes problemas en resolver sus conflictos, más bien los perpetúan a través de su estilo interaccional disfuncional. Ambos tienen con mucha frecuencia relaciones extramatrimoniales.

El tipo uno, llamados "evitadores de conflictos" son parejas que niegan sus diferencias e intentan ser demasiado amables el uno con el otro. Son parejas que acuden a la terapia diciendo: " no sabemos como pudo ocurrir esto, nosotros nunca reñimos".

La no-expresión de enfado implica una acumulación de insatisfacción. La RE proporciona la distancia necesaria correspondiente a la falta de intimidad sexual y/o psicológica resultante de los conflictos no resueltos, y al mismo tiempo constituye, cuando es revelada, una potente llamada de atención por parte de la persona involucrada hacia su pareja habitual. Las REs en parejas evitadoras de conflicto son de relativamente corta duración, se viven habitualmente con culpa y tienen un buen pronóstico terapéutico.

El tipo dos de parejas es llamado " evitadores de intimidad". Son parejas que se llevan como el "perro y el gato" metidos en infinitas escaladas de reproches y enfados. Cuando entran en terapia, se pueden oír comentarios como: " mi mujer sólo me critica. Nunca me dice nada bonito. Esta persona (la RE) me cuida y me lo da todo. Mi mujer no hace eso, y la otra persona ni siquiera está casada conmigo." El problema para estas parejas es el opuesto a las de tipo uno: tienen que arriesgarse a expresar su parte vulnerable y amable. El tipo dos utiliza las peleas para crear una forma de interacción intensa circular, a falta de intimidad real, que implica muchas veces intimidad sexual cuando la pareja decide reconciliarse después de una riña. Esta circularidad es vivido muchas veces como algo especialmente desesperante. La decepción resultante implica que en estas parejas existen RE's muchas veces por parte de los de ambos cónyuges, y los dos pueden ser conocedores de la situación. La consulta se origina con frecuencia por las constantes peleas. También en éstas parejas podemos partir de un buen pronóstico a nivel de resolver sus crisis, siempre y cuando el terapeuta sea capaz de hacerles atravesar la barrera de sus peleas y adentrarse en un nivel de intimidad psicológica y sexual necesario para una buena convivencia.

3. Dimensión individual

Me gustaría hacer mención breve de algunos problemas psicopatológicos asociados a comportamientos sexuales. Considero necesaria esta mención, porque las dinámicas implicadas en RE iniciadas bajo estas condiciones alteradas son a mi entender diferentes a otras relaciones extramatrimoniales, y obligan al terapeuta a enfocar el problema con la pareja de manera diferente. Existen situaciones neurológicas que conllevan un cambio brusco en el comportamiento sexual de la persona, con insinuaciones sexuales abiertas y pérdida de "decoro", como puede ser la enfermedad de Pick o tumores cerebrales. En estos casos suele ser la familia o pareja quien consulta muy preocupada, ya que la persona afectada habitualmente carece de autocrítica con respecto a su forma de comportarse. Otros campos de "condiciones especiales" se dan en la fase maníaca en problemas bipolares y los " atracones sexuales" como consecuencia de abuso de cocaína. A mi entender, actualmente cualquier terapeuta de pareja debe de estar familiarizado con estos problemas específicos.

Algunos autores describen un comportamiento compulsivo de adicción sexual , o Don Juanismo como tipo de RE, también llamada " Infidelidad habitual." Este problema es mucho más frecuente en hombres, y parece ser que existen patrones comportamentales transgeneracionales (uno de los casos más famosos se da en la familia de los Kennedy demostrado a través de 3 generaciones. (9)). La adicción sexual muchas veces esta asociada a otros comportamientos adictivos, como alcoholismo, ludopatías y bulimia. La persona adicta en el ámbito sexual se encuentra en constante búsqueda de situaciones de conquista, que satisfacen transitoriamente sus necesidades de atención y desplazan sentimientos intensos de pena y vacío. Estas personas suelen tener historias de abuso físico, sexual y emocional, y muchas veces han sido víctimas de abandono y negligencias por parte de sus padres en su infancia. En la familia de

origen, la sexualidad pudo ser un tema central, bien a nivel de una total negación y evitación, bien a través de comportamientos sexualmente estimulantes impropios tanto a nivel físico como psicológico.

Los aspectos individuales también deben de incluir el estilo cognitivo y la capacidad intelectual, al igual que otros aspectos de competencia e incompetencia personales influyentes. Un aspecto importante, si se quiere hablar de factores intrapsíquicos, se encuentra en la necesidad básica de fusionarse con o distanciarse de la pareja. (5)

Dimensión 4: Aspectos socioculturales

Hay múltiples mitos alrededor de las REs, algunos están ligados a culturas y países determinados, otros parecen ser universales. El cambio de ideas generales (mitos) sobre qué es una pareja, para qué sirve y como eso se relaciona con conceptos como amor, compromiso, proyecto común y legalidad ha sufrido cambios convulsivos desde que dejamos el siglo 20. (26) Los estereotipos y prejuicios más comunes se encierran en frases como "todo el mundo lo hace", y "ojos que no ven, corazón que no siente". Algunos autores relacionan el enorme aumento de relaciones extramatrimoniales a expectativas casi míticas referente a la satisfacción emocional en la pareja, otros resaltan los aspectos de la sociedad de consumo cuyo punto extremo implica el consumo o turismo sexual: las relaciones y las personas implicadas son intercambiables, se pueden "usar y tirar".

“Las mismas razones que vuelven un matrimonio “bueno” llevan a su disolución. Son estas: El matrimonio debe de basarse en el amor, la intimidad psicológica y sexual, y el afecto mutuo sobre una base de igualdad (compañerismo). Estos valores anteponen al matrimonio a cualquier otro compromiso personal y familiar; implican la concentración de las emociones, de la pasión, de la identidad personal, y de la validación de la propia existencia en la diada conyugal, en detrimento de otros lazos y compromisos afectivos. El matrimonio se considera capaz de proporcionar el sentido profundo de la vida, y sobre todo ser la fuente de todos los placeres y diversiones posibles.” Stefanie Coontz (19)

En el ámbito de "mitologías de subgrupos", es posible encontrarse con grupos de profesionales, o rituales de empresas que como mínimo facilitan relaciones extramatrimoniales. Estos mitos y rituales pueden llevar a una situación de RE accidental del tipo "aventura de una noche". Un paciente joven en terapia individual me comentó con bastante bochorno el final de una cena de trabajo, en la cual los hombres mayores se encargaron de iniciarle en lo que llamaban "la vida del hombre adulto", llevándole a un prostíbulo, con los gastos pagados. El chico llevaba una relación estable con su pareja y se sintió sumamente incómodo.

Por último, me gustaría resaltar un aspecto de mito sociocultural algo diferente con el que el terapeuta de pareja se puede encontrar también. No es infrecuente encontrar una persona que niega cualquier evidencia de RE por parte de su pareja para evitar la pérdida de "buena reputación" que implica la revelación de una RE. Es como si esta calificación de "buen esposo" o "yerno" a nivel individual, de "pareja ejemplar" a nivel del dúo, y de "familia armónica" como conjunto fuera más importante que ver la realidad. Evidentemente, esta predisposición hará más difícil que se pueda hablar explícitamente de las REs. La ayuda práctica para afrontar la pérdida del mito y las reacciones de las familias de origen y de personas emocionalmente importantes con

relación a la revelación de una RE puede ser un tema crucial para la resolución de la crisis. (13)

3. PROGRAMA DE INTERVENCION

3 a. El manejo del secreto

Los terapeutas de pareja se dividen en los que consideran posible trabajar con una situación de secreto (una parte de la pareja mantiene una relación extramatrimonial secreta desvelada al terapeuta), y aquellos que consideran que la revelación y terminación de la RE para con el cónyuge es paso previo e imprescindible para un tratamiento matrimonial o de pareja. El mantenimiento del secreto puede evidentemente implicar una alianza del terapeuta con el cónyuge involucrado en la RE, pero también puede ser una alianza "secreta" con la "víctima" de la infidelidad, en el sentido de intentar evitarle el dolor de afrontar el engaño. Además puede reflejar la convicción del terapeuta, de que no todo se tiene que compartir en la pareja.

Personalmente considero mucho menos complicado poder trabajar sin secreto, e intento poner las bases para ello en las entrevistas iniciales. Sin embargo, creo que hay también en este aspecto marcadores de contexto que pueden constituir la excepción a la regla. Destacaría sobre todo tres situaciones. La primera implica un serio peligro de violencia física y la utilización abusiva de la información en detrimento de terceros, (hijos, personas al cuidado). Cuando existe una amenaza de violencia, considero que las entrevistas individuales y separadas en la fase inicial con los dos cónyuges son imprescindibles, al igual que la recogida psicomédica de la historia personal lo mas completa posible, para poder evaluar adecuadamente factores de riesgo como alcoholismo o consumo de drogas. Los celos, al fin y al cabo, siguen siendo después de los robos el móvil más frecuente de homicidios, y las separaciones incipientes o recientes se encuentran en muchos historiales de suicidas como precedentes inmediatos. En casos de violencia extrema, bien autodirigida bien dirigida hacia otra persona, coincide la rumiación obsesiva sobre la RE (reacción inicial normal después de la revelación de una RE) con una serie de otros factores como fragilidad emocional, impulsividad, historia de abandono y abuso de sustancias. (14)

La segunda excepción en el ámbito de revelación de secreto se refiere a RE de tipo "salida del matrimonio", donde la pareja involucrada en la RE tiene ya absolutamente claro que quiere romper el vínculo con su marido/mujer. La agenda terapéutica implica primordialmente él ayudarle a la pareja a separarse. La imposición de levantar el secreto puede precipitar un abandono de las sesiones de terapia, además de desviar mucha atención y energía del tema central, que es el de terminar la relación.

El tercer tipo de excepciones lo constituyen las situaciones que he llamado "petición de absolución". Habitualmente implican un contacto fortuito sexual, alejado en el tiempo. La pareja está en crisis por otras razones (pe enfermedad seria, muerte de un hijo) y la persona involucrada "necesita decirlo" para poder calmar sus intensos sentimientos de culpa. Casi siempre implica una agresividad latente importante, que se expresa tanto a través de la situación inicial de la RE, como a través de su revelación tardía y en una situación de crisis. El contrato terapéutico implicaría primero el trabajo sobre el motivo de consulta, dedicando espacio terapéutico al manejo de agresividad y conflicto. La posible revelación quedaría abierta para las sesiones finales de la terapia.

El lugar del terapeuta en la revelación del secreto, a mi entender, tiene que ser secundario. Siempre es la persona involucrada la que decide revelar el secreto, y es él o ella la que se lo dice al cónyuge, bien en el contexto seguro de una sesión, bien fuera de

ella. La terapeuta tiene que tomar la decisión, si puede trabajar con lo que se le presenta. Hay casos, donde el mantenimiento del secreto y la forma en como este mantenimiento se persigue por parte de la persona involucrada en una RE inevitablemente excluye una terapia de pareja. En estos casos me retiro de las sesiones de pareja, ofreciendo terapia individual y remitiendo el cónyuge a otro terapeuta.

3b. Duración del tratamiento

Resolver los asuntos personales y relacionales implicados en REs necesita tiempo. La Fase de Intimidad en el Modelo Fásico implica entre 15 y 40 sesiones de terapia de pareja en general, sin presunción de triángulos amorosos. Otros terapeutas hablan de un promedio de 2 años para superar la crisis y restablecer confianza. Volver a poderse fiar de la pareja necesita muchos comportamientos dignos de confianza visibles en la vida diaria, no sólo promesas y compromisos verbales. La búsqueda de un balance equilibrado, generalmente nuevo, de todos los aspectos de dar y recibir implica un trabajo de confrontación duro por parte de ambos componentes de la pareja, la RE siempre es "cosa de tres". Dar y recibir perdón, aspecto imprescindible para superar una situación de RE, implica muchos pasos previos. (15)

El modelo de intervención que se expone en las próximas páginas tiene aspecto de receta, específicamente cuando se transcriben intervenciones tipo a modo de ejemplo (Estos intervenciones "tipo" están impresos en cursiva) Sin embargo, la aplicación de este guión presupone el aprendizaje previo de técnicas básicas de intervención desde los diferentes ángulos terapéuticos y sobre todo desde el modelo sistémico. También me gustaría resaltar el contexto de trabajo en el que aplico este modelo, ya que exige modificaciones en caso de ser trasladado a grupos de referencia diferentes y instituciones distintas. Trabajo en una consulta privada. Las personas solicitan expresamente ser atendidas, a veces pasan por una fase de espera. Aproximadamente el 50% viene remitido por otros profesionales (médicos especialistas, profesores), el restante 50% por otros pacientes. El nivel cultural es medio alto o alto en la mayoría de los casos.

3 c. Guión de tratamiento para situaciones de RE.

PASOS INICIALES:

El contacto telefónico y 1 a 3 entrevistas antes de llegar a un contrato terapéutico.

Aspectos formales:

La ficha telefónica recogida implica datos muy escuetos: Genograma de la familia nuclear, con edades y nombres. Persona que remite. Persona que llama, y motivo de consulta. Si la solicitud es para una terapia de pareja, se les invita a la pareja conjuntamente a la primera sesión. Si la persona que llama, a pesar de solicitar una terapia de pareja, insiste en tener una entrevista individual previa, se le concede explicando que habrá otra entrevista igual con la pareja, anterior a la primera entrevista en conjunto. Si la solicitud es de terapia individual, se le invita a la pareja a la primera sesión como " parte del protocolo" a seguir.

Primera entrevista en común. (90 - 120 min.)

Alternativamente:

Entrevista individual con el/la solicitante (60 - 90 min.)

Entrevista individual con su pareja (60 - 90 min.)

Tarea entre sesiones: cuestionarios de pareja; registros de comportamientos referidos como síntomas; exploraciones médicas. Contestación por escrito de "cuestiones clave" relacionadas con la presentación del problema. Ejemplos: A. Sí tuviera que cambiar en el transcurso de la terapia de pareja, ¿ qué es lo que de ninguna manera podría dejar de pensar, hacer o sentir sin perder mi forma de ser, o dicho de otra manera: ¿ qué es lo que no me pueden pedir que cambie. B. ¿ Por qué sigo con mi pareja? Por qué, creo yo, sigue mi pareja conmigo. ? C.¿ Qué es lo peor que puede pasar en la próxima entrevista? D. ¿ Qué es lo primero que me gustaría que cambiara en nuestra vida en común? ¿ ¿ Qué puedo hacer yo para que esto ocurra?

Se les ruega a la pareja no compartir sus contestaciones, y entregarlas en sobres separados y cerrados antes de la segunda entrevista.

Segunda entrevista en común (90 - 120 min.)

(Los datos referente a las tareas entre sesiones se evalúan anterior a esta segunda entrevista. A base de ellos se elaboran las primeras hipótesis de trabajo que guían la continuación de la recogida de datos.)

Impresión de la primera entrevista

Tiempo individual con el/la solicitante

Tiempo individual con su pareja

Devolución a la pareja: Aspectos positivos o puntos fuertes comunes

Aspectos positivos o puntos fuertes individuales

Aspectos conflictivos comunes e individuales

Posibles metas terapéuticas

Negociación de un contrato terapéutico con una meta terapéutica explícita.

Es posible que se necesiten dos entrevistas intermedias antes de llegar al contrato terapéutico.

PASOS INICIALES: ASPECTOS DE CONTENIDO

En el contacto telefónico habitualmente no suele haber una revelación de una RE, ni siquiera como sospecha por parte de la pareja no involucrada. Los primeros minutos del primer contacto se utilizan para romper el hielo. La pareja se presenta como personas y como conjunto, sin mención de síntomas o de problemas. El terapeuta se presenta como Terapeuta Familiar y de Pareja, y explica la estructura de las primeras entrevistas. Explícitamente hace mención de los espacios individuales y de la posibilidad de secreto.

" Habrá espacios donde cada uno de ustedes / vosotros hablará a solas conmigo. También me mandarán contestaciones de cuestionarios y preguntas por separado. En estas situaciones ocurre a veces que alguien comparte un hecho, un pensamiento deseo conmigo que la pareja ignora. Si considero que esta información es importante para ayudarles a resolver su problema de pareja, probablemente intentaré que pueda compartir estos deseos, pensamientos o hechos secretos con su pareja en alguna sesión posterior conjunta. Siempre será su decisión el hacerlo o no." .

Cuando se inicia la conversación terapéutica, los indicios con los que cuenta el terapeuta para "sospechar" una RE son los mismos que los cónyuges. Son datos sobre

frecuentes ausencias de casa, llegar tarde, cambios en la forma de vestir o arreglarse, irritabilidad o amabilidad brusca. Es importante preguntar a la pareja no involucrada si ha pensado en una RE por parte del cónyuge. Si contesta afirmativamente, la probabilidad de que realmente sea así, aumenta considerablemente.

En uno de los cuestionarios de pareja que utilizo entre la primera y la segunda sesión aparece la siguiente pregunta: " Si pudiera volver a elegir: se casaría con la misma persona. se casaría con otra persona....., no se casaría nunca..... Si una persona no contesta nada, o contesta que se casaría con otra persona, le pregunto acerca de su contestación en el espacio individual. Si además hay muchos "indicios" adicionales, la pregunta implica una confrontación asertiva. Cualquier contestación que no sea un " no" rotundo en esta confrontación es un sí.

" Muchas gracias por la contestación de los cuestionarios y preguntas. Me ayuda a poder orientarme mejor con respecto a lo que les pasa como pareja. Me ha llamado la atención una contestación. Dice que se casaría con otra persona si tuviera posibilidad de volver a elegir. Le agradezco su sinceridad, porque me imagino que no es tan sencillo compartir algo así conmigo, ya que apenas me conoce. ¿ Me puede explicar que pensó cuando contestó: me casaría con otra persona? Pausa...

Cuando tengo hombres/ mujeres en terapia que contestan de la manera que lo hace usted, muchas veces descubro luego que existe o ha existido una relación extramatrimonial. Eso es difícil de admitir. Pero según mi experiencia el secreto y las mentiras alrededor son tan malos y a veces incluso más destructivos que la situación en sí. Creo que tiene una relación con otra persona fuera de su pareja..... Pausa.

Si la persona admite tener una relación extramatrimonial, las siguientes preguntas relacionan este hecho con las quejas principales de la pareja. Además se explora la predisposición a revelar el secreto. Si una parte de la pareja explícita abiertamente en la sesión conjunta su sospecha, el terapeuta tiene que ayudar a la persona involucrada a no añadir otra mentira a la probablemente ya larga lista.

"Usted sospecha que su marido/mujer tiene una RE. ¿ Me puede explicar desde cuando piensa eso y por qué? (Dirigiéndose a la pareja acusada) "No quisiera que contestara en este momento nada. Necesito entender porqué su pareja ha llegado a esta conclusión. Mas tarde puede contestar si quiere. (Dirigiéndose al/a la acusadora) "Necesito que usted entienda que es muy difícil que su pareja admita una relación extramatrimonial en este momento frente a mí, aunque fuera verdad, porque todavía no ha podido tomar confianza en como les voy a ayudar. (Dirigiéndose al acusado/a) Quisiera añadir que mentir y ser mentido vuelve a la gente loca y a veces les hace enfermar de cuerpo y alma. Es muchas veces más destructivo para la pareja el engaño mantenido a través de las mentiras, que la infidelidad en sí."

(Espacio para las "sospechas" de la persona que acusa)Terapeuta a la parte acusadora: *"Quiere preguntarle aquí y ahora otra a su pareja si mantiene una relación extramarital?"*En caso de que la persona decida hacerlo, se le pregunta al/a la acusado/a: *"Quiere contestar ahora o prefiera hacerlo en otro momento?"*

PASOS POSTERIORES

Cuando hay una sospecha fundada de RE, el contrato terapéutico implica 1 a 2 sesiones individuales, con cada miembro de la pareja, seguidos por 2 sesiones de pareja,

y una nueva revisión de contrato. El terapeuta hace referencia a su deber de conocer las divergencias de la pareja lo mas concretamente posible, y a su intención de no hacerles sufrir mas todavía.

“Veo que hay muchos aspectos de su vida de pareja donde están en desacuerdo abierto. Necesito hablar en una o dos sesiones individuales con cada uno de los dos de cómo se explican que han llegado a este punto de sufrimiento. Es más fácil para mí hacerlo sin la pareja presente, porque me puedo concentrarme sólo en un punto de vista. Nos veremos en pareja 2 veces después de estas sesiones individuales, y luego revisaremos nuestro contrato terapéutico.”

Cuando se revela el secreto de una RE, el terapeuta tiene que ayudarle a la pareja a "cumplir" con una agenda que implica mas o menos los siguientes puntos.

Agenda de la sesión de revelación de una RE.

1. Revelar datos de la RE.

- ¿ Desde cuándo, y hasta cuándo?
- ¿ Quién es el/la Otro/a?
- ¿ Sigue la relación?
- ¿ Quién sabe de la RE?
- ¿ Hubo contactos sexuales en la casa/cama del matrimonio?
- ¿ Cómo se descubrió?

2. Dejar espacio para la reacción de la pareja no implicada

Enfado, decepción y distanciamiento.

3. Otros secretos y su revelación (pe. sesiones individuales "secretos")

4. Redefinición del problema

La redefinición del problema de pareja explícita que el hecho de hablar de la relación extramatrimonial constituye el primer paso en el camino hacia una recuperación del equilibrio y de la felicidad personal y conjunta, si los dos deciden seguir juntos. En la fase inicial del tratamiento, el compromiso terapéutico sólo implica el explorar conjuntamente en las sesiones y fuera de ellas "lo que paso", y "lo que puede pasar." No implica un compromiso de conservar el matrimonio. Es especialmente importante resaltar este aspecto del contrato terapéutico inicial, ya que muchas veces uno de los conjugues, o ambos, confunden el seguir con una terapia con el compromiso inevitable de seguir dentro del matrimonio. Está expectativa, en vez de ser un factor positivo, se convierte en un aspecto destructivo, al determinar el tipo de interacción posible con la pareja y el terapeuta. Evidentemente, la forma de modelar el proceso terapéutico depende de aspectos como el < tipo de RE > que se mencionaron al principio del capítulo, y de las metas que la propia pareja refiere a la terapeuta.

“Quisiera compartir con ustedes/vosotros algo de mi experiencia con parejas que se han decidido a romper el silencio y el secreto. Es el primer paso en la recuperación de la pareja, imprescindible para volver a sentirse bien, aunque ahora resulte muy doloroso para ambos, especialmente para..... Mi trabajo consiste en ayudarles para que no tengan que pasar por algo así otra vez. No sé qué decisión

tomarán en el futuro, pero quiero asegurarles que se puede superar una crisis así. Pueden imaginarse esto como si fuera una parada en el camino hacia una pareja feliz. Por lo que he llegado a conocer de su convivencia e historia, puedo pensar que...". (hipótesis sistémica que relaciona la interacción de la pareja y la funcionalidad de la RE).

Las sesiones posteriores tienen que ayudar a restablecer la confianza mutua y un contrato explícito de pareja. Se trabajan todos los aspectos habituales en terapia de pareja. (16)

Temas a trabajar con detenimiento:

- Terminar la RE
- Explorar la coparticipación en la RE
- Explorar implicación de las 4 historias personales
- Manejo de conflicto y enfado
- Expectativas realistas para la relación de pareja
- Límites
- Disfrute y placer.

En algunos casos, es recomendable alternar sesiones conjuntas con sesiones individuales con cada miembro de la pareja. También se pueden utilizar técnicas adicionales como separaciones temporales, prescripción de "citas románticas" y paquetes de "modificación de conducta". Sin embargo ninguna de estas técnicas implicará un cambio sustancial en la convivencia si no hay un aumento de intimidad real, y una disminución de resentimientos que promueve el perdón.

4. CONCLUSIONES

El número de relaciones de pareja para las que una RE es una herida mortal es aproximadamente un 50%. Cuantas más RE en una pareja, tanto más alta la probabilidad de que se rompa definitivamente. La relación tiene más probabilidad de supervivencia si la parte involucrada es el hombre, y si la RE se basa sobre todo en intimidad sexual y no tan fuertemente sobre intimidad psicológica. Si la RE se termina por miedo o conveniencia, y no como resultado de un honesto intento de dar otra oportunidad a la pareja, ésta probablemente volverá a afrontar otra situación de RE en el futuro.

5. BIBLIOGRAFIA

- (1) La Opinión Española, ABC. Domingo, 8 de Diciembre de 1996. Director Encuesta: Amador de Miguel. Equipo de Tabula V. Las Rozas de Madrid.
- (2) Hommel, Isabelle (1996)
In fremden Betten.. Der Seitensprung- Report.. Edición Libro de Bolsillo, Falken, Frankfurt.
- (3) Marqués, J.V. (1995)
La pareja: una misión imposible. Ediciones B, S.A. Barcelona

- (4) Weeks, G.R. , Hof, L. (1987)
Intergrating Sex and Marital Therapy. Brunner & Mazel, Nueva York.
- (5) Moultrup, D.J. (1990)
Husbands, Wives and Lovers. Guilford Press, Guilford Family Therapy Series, Nueva York.
- (6) Manrique, R. (1996)
Sexo, Erotismo y Amor. Libertarias, Prodhufi, Madrid.
- (7) Gammer, C. (1989)
La Terapia Familiar Fásica. Cuadernos de Terapia Familiar, Stirpe, Madrid. Año III , número 12, pg. 10 - 26.
- (8) Kreuz, A. (1989)
La Terapia Familiar Fásica: Un modelo flexible de intervención. Informació Psicológica, Colegio Oficial de Psicólogos de País Valenciá. No. 40. pg. 54 - 60.
- (9) Brown, E.M. (1991)
Patterns of Infidelity and Their Treatment. Brunner & Mazel, Nueva York
- (10) Francescato, D. (1995)
Hijos felices de parejas rotas. Ariel, Barcelona.
- (11) Watzlawick, P., Weakland, J. H., Fisch, R. (1992)
Cambio. Herder, Barcelona.
- (12) Goldbeter, E. (1996)
"Como se puede prevenir a familias y terapeutas para que no recreen la familia perfecta. Actas del XVI Congreso de Terapia Familiar, Valencia. Federación Española de Asociaciones de Terapia Familiar, Dep. Legal V- 3872- 1996
- (13) Bagarozzi, A. D., Anderson, St.A. (1996)
Mitos personales, matrimoniales y familiares. Paidos Terapia Familiar Barcelona.
- (14) Viano, E.C. (editor)(1992)
Intimate Violence. Taylor & Francis, Washington, D.C
- (15) Madanes, C. (1993)
Sexo , amor y violencia. Paidos terapia familiar, Barcelona.
- (16) Hendricks, G., Hendricks, K. (1990)
Conscious Loving, The journey to co-commitment. Bantam Books, Nueva York
- (17) Garcia Ferrandis, M. (2001) Postmodernidad y Autonomía, Los Valores de los Valencianos, 2000, Tirant lo Blanch, Valencia

- (18) Santamarina Vaccari, C. (2004) Cimot Encuesta para el Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales, citado por el Diario de Sevilla, 3 dic. 2004
- (19) Coontz, St. (2007) The origins of modern divorce Family Process (2007) 46.1. , 7 – 16
- (20) Scheinkman, M., (2005) Beyond the Trauma of Betrayal: Reconsidering Affairs in Couples Therapy Family Process, 44, 2, Pg 227-244
- (21) Kipnis, L. (2003) Against Love: A Polemic. Pantheon Books, 2003 Nueva York
- (22) Greenberg, L.S., Paivio, S.C. (2000) Trabajar con las Emociones en Psicoterapia Barcelona, Paidós
- (23) Allen, E. S, Baucom, D.H. (2004) Adult Attachment and Patterns of Extradyadic Involvement , Family Process, 43, 4, 467-488
- (24) Kreuz, A. (2007) Genero y cultura, hasta la sepultura. Conferencia , Barcelona
- (25) Mikulincer, M., Florian, V., Cowan, Ph. Pape Cowan , C. (2002) Attachment security in couple relationships, A systemic model and its implications for family dynamics. Family Process, 2002, 41, 3, 405-434
- (26) L Barman, Z (2005) Amor líquido: acerca de la fragilidad de los vínculos humanos. 1ª edición esp. 2005 Fondo de cultura económica de Argentina, S.A Buenos Aires