Terapia de pareja: aportes modernos, posmodernos e interdisciplinarios ¹

John Fredy Cuervo Medina ²

Paola Andrea Gómez Blandón³

Sandra Catalina Rigol Utima⁴

Belisa Rodríguez Aristizabal⁵

Resumen:

Este artículo presenta los resultados de un proceso de revisión documental sobre la intervención en terapia de pareja, llevado a cabo desde un enfoque cualitativo y tuvo alcances hermenéuticos. Como hallazgo central se tiene que los conceptos de pareja y de terapia de pareja no cuentan con una conceptualización propiamente, sino que se describen sus características generales. Con respecto a las estrategias utilizadas en terapia de pareja, se halló que son amplias y dependen de las necesidades de la pareja y del estilo del terapeuta. Se encontró como elemento común que la pareja necesita ser intervenida de manera diferente al sistema familiar. Se concluye que la terapia de pareja no se enmarca en una técnica o modelo específico, se nutre de amplias técnicas y de miradas interdisciplinarias; además, esta terapia es compleja porque los cambios culturales, sociales, religiosos, entre otros, exigen al terapeuta ampliar su perspectiva técnica y conceptual.

Palabras claves: Estrategias de intervención, terapias modernas, terapias posmodernas, terapia de pareja.

1 Este artículo es el resultado de un proceso de revisión documental, llevado a cabo en el marco de la Especialización en terapia familiar de la Fundación Universitaria Luis Amigó (Medellín). El proceso fue asesorado por la Mg. Yeny Leydy Osorio Sánchez.

2 Psicólogo, Universidad Cooperativa de Colombia, Medellín, Colombia. Programa Medellín Solidaria - Alcaldía de Medellín.

3 Trabajadora Social, Universidad Pontificia Bolivariana, Medellín, Colombia. Comité privado de asistencia a la niñez ONG PAN.

4 Psicóloga, Universidad San Buenaventura, Medellín, Colombia. Trabajadora en misión para la Gobernación de Antioquia, Programa entornos protectores.

5 Profesional en desarrollo Familiar, Fundación Universitaria Luis Amigó, Medellín, Colombia. Familias con Bienestar, Unión temporal Presencia Esumer.

Abstract:

This article presents the results of a document review process about intervention in couples therapy. The study had qualitative research perspective with hermeneutic scope. The results show how the concepts of “couple” and “couples therapy” do not have a proper conceptualization but their general characteristics are described. The different strategies in couples therapy depend of the needs of couple and the therapist style. It was found as a common element that the couple needs to be intervened in the different way than the family system. We conclude that couples therapy is not framed in a technical or specific model, it draws on extensive technical and interdisciplinary looks; furthermore, this therapy is complex because the cultural, social and religious changes, require the therapist to expand its technical and conceptual perspective.

Keywords: Intervention strategies, modern therapies, postmodern therapies, couples therapy

Introducción

La terapia de pareja es un campo de intervención relevante, puesto que permite reflexionar en torno a las problemáticas por las cuales la pareja llega a consulta y aquellas estrategias de intervención utilizadas por los terapeutas.

El presente artículo pretende abordar las estrategias de intervención utilizadas por los terapeutas en la terapia de pareja a través de una revisión bibliográfica. La motivación de este trabajo parte de la inquietud personal en relación con el tema y la necesidad de profundizar en estrategias útiles para la intervención con las parejas teniendo en cuenta el contexto actual y los aportes que ésta pueda hacer a la terapia de pareja.

Partiendo de las diferentes problemáticas que enfrentan las parejas por situaciones de carácter individual, familiar y social, se hizo necesario investigar por

estrategias terapéuticas y técnicas de intervención, las cuales son de gran importancia para las intervenciones que se realizan.

Se retomaron como ejes fundamentales las siguientes categorías: aportes modernos, aportes posmodernos y aportes de otras disciplinas, y se construyeron tres subcategorías, a saber, pareja, terapia de pareja y estrategias de intervención.

Este artículo está organizado en tres apartados. En el primero de ellos, se expone la metodología utilizada; en el segundo se exponen los resultados que tienen que ver con algunos elementos conceptuales y técnicos derivados de diferentes enfoques. Por último se presentan las discusiones generadas a partir del análisis de los hallazgos, las limitaciones y algunas recomendaciones para investigaciones futuras.

Método:

El proceso investigativo se desarrolló desde un enfoque cualitativo, con alcances hermenéuticos. Este diseño permitió hacer un análisis de las fuentes y comprender los aportes teóricos y técnicos expuestos por los diferentes autores.

Estrategias

La estrategia implementada para la elaboración de este artículo fue la investigación documental, lo que implicó una amplia revisión de artículos y textos teóricos, desde una postura interpretativa y analítica.

Instrumentos

Las estrategias de registro utilizadas para la elaboración del presente artículo fueron las fichas de contenido textual, en las cuales se condensó información de cada texto o artículo relacionada con las categorías Pareja, Terapia de pareja y Estrategias de intervención, posteriormente se agruparon mediante fichas de contenido textual y árboles de problemas.

Muestra

Se seleccionaron 25 artículos de revista y 16 textos teóricos en los cuales se buscó la intervención en parejas. En la revisión documental y teórica, se abordaron textos en lengua castellana publicados entre los años 1987 y 2013. Los contextos de publicación de los textos fueron Argentina, Chile, Bolivia, México, Estados Unidos, España y Colombia.

Procedimiento

El desarrollo de la investigación tuvo tres momentos. En el primero de ellos se realizó una búsqueda de documentos teóricos y artículos científicos relacionados con los temas, en diferentes universidades de la ciudad de Medellín y en algunas bases de datos como EBSCO HOST, REDALYC y SCIELO por medio de las cuales se accedió a material indexado. De la revista digital *Family Process* se seleccionaron algunos artículos, ya que cumplían con los criterios de selección.

Los textos fueron seleccionados inicialmente según el objetivo de la investigación, analizar los enfoques sistémicos de intervención que ha trabajado la terapia de pareja. Algunos de los textos inicialmente seleccionados se descartaron porque no aportaban a la revisión documental, es decir, no eran indexados o eran libros de base y autoayuda, así mismo, algunos textos virtuales no fueron incluidos por no contar con la rigurosidad científica requerida.

Un segundo momento consistió en la organización de la información recolectada y agrupada por categorías mediante la construcción de las fichas de contenido textual. Por último, se dio lugar a la sistematización y análisis de los datos, identificándose convergencias y divergencias entre autores.

Resultados

A continuación se presentan los resultados que emergieron del proceso de análisis.

Aportes de los enfoques modernos

La modernidad ha realizado grandes aportes a la terapia, en la cual autores como Gergen (1994) y Tarragona (2006) sostienen que la realidad se fundamenta en la predicción y el control, en la cual la realidad es una sola y puede conocerse de manera objetiva, aquí el terapeuta es el poseedor del conocimiento y del saber absoluto, estableciendo con el consultante una relación lineal, basada en causa-efecto.

En la revisión bibliográfica se encontró el concepto de la modernidad a partir de posturas basadas en la concepción que se tiene de la realidad, la cual es una y está por fuera del sujeto. Las prácticas terapéuticas están sustentadas en métodos de intervención, una postura terapéutica activa y a su vez una posición de experticia en el espacio clínico.

El concepto de pareja se ha transformado a lo largo del tiempo, constituyendo una construcción compleja como lo menciona Caillé (1992), esto transversalizado por los cambios culturales y las posturas académicas de quienes lo teorizan. Gilbert y Shmukler (2000) definen a la pareja como elección para procrear, que vincula dos sujetos en un sentimiento de afecto, el cual puede estar ligado al primer amor u otro posterior, se elige a una pareja que encaje en los guiones idealizados y complementados. Por su parte, Vicencio (2011) nombra a la pareja como un complemento, confluyendo en una danza a través de la cual las estructuras se mueven y se transforman, generando así equilibrio en la pareja.

Se encuentra en la revisión información relacionada con estrategias de intervención en terapia de pareja, las cuales son retomadas por algunos autores como Caillé (1992), quien propone para la intervención un protocolo invariable, el cual sugiere once sesiones –unas en común y otras individuales- en las que se hace uso de estrategias como las esculturas vivientes, los cuadros de ensueño, entre otros.

Otros aspectos del proceso de intervención son descritos por Gilbert y Shmukler (2000), estos tienen que ver con las funciones del terapeuta en una terapia breve, la cual permita potencializar los recursos y los aspectos resilientes que tiene la pareja, trabajando objetivos específicos propuestos por la pareja y contando con su voluntad y disposición para que el trabajo terapéutico tenga efectividad.

El éxito de la intervención terapéutica, según Elkaïm (1987) es el vínculo que se establece entre los integrantes de la pareja y el terapeuta dentro del proceso terapéutico; dicha triangulación para Friedlander, Escudero y Heatherington (2009) es llamada alianza terapéutica.

Dentro de las metas terapéuticas, Elkaïm (1987) y Gilbert y Shmukler (2000) buscan evitar patrones comunicacionales habituales y caducos en la pareja para que emerja una comunicación más efectiva y satisfactoria, creando feed-back.

Aportes de los enfoques posmodernos

Para autores como Sánchez (2002) y Tarragona (2006) consideran que en la posmodernidad el terapeuta no cuenta con un saber, ya que este es construido a través del lenguaje y los significados que se generan en la relación terapéutica.

Los autores que retoman el posmodernismo, se basan en realidades que son construidas en la interacción, no existe una verdad, sino verdades y estas son transitorias. Aquí el terapeuta ya no tiene un saber sobre el problema, sino que este es construido en común por medio del lenguaje, la construcción de significados y narrativas.

Algunos autores incluidos en esta categoría enfatizan en los cambios de la pareja, los cuales han estado enmarcados dentro de contextos sociales, culturales, políticos y religiosos.

Según Biscotti (2006) la pareja estructuralmente se ha transformado a lo largo del tiempo. Así mismo, Fuks (2007) cuestiona los cambios culturales que han influido en la estructura de la pareja.

Algunos autores como Glasserman (1992), Álvarez (2007), Bernart y Buralli (2007), De la Espriella (2008) y Vicencio (2011) han retomado algunas características del concepto de pareja basados en la afinidad, el consenso, la permanencia, las reglas y los acuerdos; de estos últimos se dice que buscan el crecimiento de ambos pero a su vez el individual.

Eguiluz (2007), De la Espriella (2008) y Vicencio (2011) refieren en sus escritos la necesidad de ampliar la mirada sobre el concepto de pareja, haciendo alusión a un nuevo constructo que trascienda el vínculo afectivo para transitar por contrastes como: puntos de quiebre, luchas de poder, de satisfacción, de goce, entre otros. Biscotti (2006) y Rodríguez (2007) proponen una definición de pareja basada en la dimensión relacional, que se genera en el vínculo sostenido por la pareja.

En la literatura revisada se encontró que la terapia de pareja ha sido conceptualizada desde los motivos de consulta, objetivos de intervención, contraindicaciones, el rol de terapeuta, los postulados de intervención, las fases y los modelos.

La terapia de pareja surge a partir de una crisis o problema que se fundamenta en el ámbito relacional, para ello algunos autores retoman en sus escritos ciertas demandas de consulta. Guevara (2007) y Martínez (2007), afirman que los motivos de consulta surgen del malestar que se da en la relación de pareja propiamente, por uno de los conyugues o por relaciones en su contexto familiar. Por su lado, Coyne (1988) propone la terapia de pareja como intervención complementaria para pacientes medicados.

Entre las situaciones que conllevan a las parejas a solicitar terapia, Manrique (1988) afirma que son variadas y van desde motivos generales hasta los específicos como eyaculación precoz y dificultades en la comunicación. Por otro lado, autores como Campo (2007), Álvarez (2007) y Geney y Gutiérrez (2013)

abordan la problemática de infidelidad y Nasim y Nadan (2013) el abuso sexual. Las depresiones asociadas a experiencias pasadas y presentes han sido incluidas por autores como Conei (1988), Jones y Asen (2004), Feixas, Muñoz, Dada, Compañ y Arroyo (2009); y el tema de poder en la pareja ha sido propuesto por autores como Rodríguez (2007) y Fishbane (2011).

Por su parte, Vicencio (2011) ha trabajado dentro de los motivos de consulta aquellos relacionados con el ciclo vital de la pareja y de la familia, las crisis de la pareja, los conflictos repetitivos, las enfermedades del cuerpo, la mente y el alma y las afectaciones psicosociales.

Liberman, Wheeler, Visser, Kuehnel y Kuehnel (1987), Biscotti (2006, 2007), Martínez (2007), De la Espriella (2008) y Geney y Gutiérrez (2013), enfocan la conceptualización de la terapia de pareja en torno a sus objetivos, algunos de estos incluyen una visión del terapeuta que permita versiones alternativas de la historia, tener en cuenta las particularidades, creencias y valores de los consultantes, promover cambios, recursos y nuevas habilidades e identificar crisis inmediatas, además de fortalecer en las parejas un proyecto de vida compartido y si llegase la separación, procurar porque esta se haga sin mayores afectaciones de las necesarias para las partes implicadas.

Con respecto a las contraindicaciones en terapia de pareja, De la Espriella (2008) propone las relacionadas con la desmotivación o el no deseo para el cambio, la intención de alianzas de uno de los integrantes con el terapeuta, las psicopatologías que deban abordarse mediante otro tipo de intervenciones o tratamientos e infidelidad al momento de la intervención propiamente dicha.

Coyne (1988), Rodríguez y Linares (2005), Biscotti (2007), Martínez (2007), Campo (2007) y Eguiluz (2007) argumentan que el terapeuta debe trabajar sobre su propia historia, en terapia individual, para identificar los «puntos ciegos» que limiten su quehacer terapéutico. Igualmente, dentro del posmodernismo se encontró la postura del terapeuta como aquel que hace parte del sistema terapéutico, posibilitando la comprensión de las situaciones problemáticas,

facilitando el diálogo y contrarrestando la visión sesgada que los integrantes de la pareja tienen entre sí.

Con respecto a las fases de la terapia de pareja, De la Espriella (2008) las resume en tres: evaluación, intervención y seguimiento. Así mismo, Martínez (2007) considera importante clasificar las estrategias de intervención por etapas: diagnóstico inicial de la terapia, pactos y acuerdos establecidos en común como elementos fundamentales a la hora de iniciar una intervención terapéutica con parejas.

Por otra parte, la lectura de las fuentes evidenció la importancia que tiene el enfoque intergeneracional, comprendido como aquel que retoma la familia de origen de cada uno de los integrantes de la pareja y la influencia en su relación actual. Este enfoque, de acuerdo con autores como Bernart y Buralli (2007) y Fishbane (2011), permite comprender que detrás de las crisis de la pareja generalmente existen conflictos no resueltos y patrones familiares de los que ha sido difícil desligarse.

Según Álvarez (2007) el abordaje con parejas va más allá de la implementación de técnicas o enfoques, debido a que las parejas deben ser complementarias para lograr verdaderos procesos de intervención. A continuación se describen algunas estrategias de intervención propuestas por diferentes autores.

Para Rodríguez (2007) y Linares (2010) los componentes sobre los cuales se debe trabajar con la pareja son de tipo cognitivo, emocional y pragmático. La dimensión cognitiva abordada desde pensamientos e ideas orientadas al reconocimiento y a la valoración por cada integrante de la pareja, lo emocional hace referencia a lo afectivo y pasional y lo pragmático incluye acciones orientadas al deseo, la sexualidad y la cotidianidad.

Como estrategia de intervención en casos de infidelidad Campo (2007), Giraldo y Garcés (2013) y Giraldo (2013), plantean la construcción de significados relacionales en la pareja, proceso en el cual ambos deben asumir responsabilidades compartidas. Estos autores retoman como metodología de

intervención la formalización de un contrato terapéutico entre las partes, en el cual los cónyuges estén enfocados en poder llegar a los objetivos propuestos por ellos mismos; así mismo, los autores plantean la necesidad de realizar un ejercicio de escucha activa que posibilite la comprensión de cada una de las partes. Geney y Gutiérrez (2013) comprenden la infidelidad como un sufrimiento de ambos integrantes de la pareja y proponen que las intervenciones estén orientadas a trabajar aspectos como los factores de riesgo de cada cónyuge, la dinámica relacional de la pareja y la influencia de las familias de origen en la relación; todo esto a través de cinco fases: abordaje y evaluación de crisis, aspectos relacionales, promoción del perdón en la pareja, identificación de factores que dieron pie a la infidelidad y fortalecimiento de la intimidad por medio de la comunicación.

Por su parte, Nacim y Nadan (2013) plantean como estrategias de intervención para casos con sobrevivientes de abuso sexual en la infancia, algunas estrategias que incluyan la presencia de un tercero que puede ser el terapeuta o la pareja y que ocupe un lugar de observador; proponen además la externalización para identificar las causas problemáticas y la construcción colaborativa de una narración alterna.

Bernart y Buralli (2007) retoman como estrategias terapéuticas el uso de imágenes e instrumentos como el genograma, el collage, entre otros, que posibiliten la presencia de la familia de origen en consulta; sugieren también centrar la atención en el lenguaje no verbal de los integrantes de la pareja.

Por su parte, Guevara (2007) propone el trabajo orientado hacia los recursos con los que cuenta la pareja; señala como aporte importante la necesidad de realizar connotaciones positivas e identificar excepciones donde no está presente el problema y las soluciones pasadas que han funcionado en la resolución de conflictos. Así mismo, este autor plantea la importancia de las conversaciones y del diálogo como un modo de apertura para abordar las dificultades actuales de la pareja. Olson, Laitila, Rober y Seikkula (2012) también proponen como modelo de intervención el diálogo abierto, desde el cual la conversación y la escucha de los

integrantes del sistema terapéutico posibilitan la emergencia de nuevas voces y nuevos significados. En esta misma línea de construcción de diálogo en la terapia, autores como Rober (2009) incluyen la implementación de dibujos acerca de la relación, estos dibujos permiten generar un diálogo entre los integrantes del sistema terapéutico. Biscotti (2006) plantea algunas estrategias de intervención de acuerdo con las necesidades de cada caso, dentro de esta propuesta plural aparecen los diálogos colaborativos, el trabajo sobre los mitos, la resignificación de los roles femeninos y masculinos y el fortalecimiento de la comunicación.

Algunas otras estrategias de intervención son descritas por De la Espriella (2008), quien describe algunas estrategias de intervención como juego de roles y las prescripciones; del mismo modo, sugiere fortalecer las connotaciones positivas y las experiencias gratas o satisfactorias en la relación. Otros elementos que incluye son los rituales, los diarios y los registros de acciones positivas.

Knudson-Martin (2013) sugiere abordar durante la intervención las relaciones de poder existentes en la pareja mediante un enfoque socioemocional en el que se reconozcan en el contexto social, la influencia de las emociones y las desigualdades en el poder a través de estrategias comunicacionales, además de trabajar con el integrante de la pareja más poderoso, promoviendo en él dinámicas relacionales de escucha y apoyo, fortaleciendo la voz menos poderosa facilitándole la expresión de sus sentimientos o emociones. Fishbane (2011) también invita a abordar las dinámicas de poder en la relación de pareja, refiriendo que generalmente la pareja llega con un discurso de «Poder Sobre», es decir, relacionado con desequilibrios respecto al género, la educación, la economía, entre otros. Dicho discurso podría ampliarse desde una propuesta del «Poder Con» y «Poder Para». El primero de ellos permitiría fortalecer las habilidades de cooperación, cuidado y compartir; el segundo facilitaría a cada integrante de la pareja hacerse cargo de sus propios sentimientos.

Para aquellos casos en que uno de los miembros de la pareja padece depresión, algunos autores como Conei (1988), Jones y Asen (2004), Feixas, Muñoz, Dada, Compañ y Arroyo (2009) sugieren explorar las familias de origen y la historia de la

pareja. Estos autores parten del supuesto según el cual la interacción entre la pareja puede reducir los síntomas asociados a la depresión de alguno de sus integrantes; utilizan connotaciones positivas y el fortalecimiento de los recursos propios de la pareja dentro de las sesiones terapéuticas.

A continuación se describirán aquellos aportes de otras disciplinas que han realizado construcciones en torno al tema objeto de la investigación.

Aportes de otros enfoques

En la literatura revisada se encontraron propuestas derivadas de la psicología desde perspectivas psicoanalíticas, dinámicas, cognitivas y conductuales, el enfoque psicosocial, algunas convergencias entre sistémicos-psicológicos y modernos-posmodernos. A continuación se presentan estos aportes.

Bornstein y Bornstein (1992), desde un enfoque conductual-sistémico, hablan de la elección de pareja como eje fundamental en la vida de las personas, ya que de esta elección dependen en gran medida satisfacciones de orden afectivo, sexual y psicológico, además del proyecto de vida. Por su parte, De Cristóforis (2009) desde una perspectiva psicoanalítica concibe a la pareja como un encuentro basado en el amor, a partir del cual se generan transformaciones en los integrantes. Para este autor la pareja trasciende los YO individuales para convertirse en un psiquismo común.

Desde un enfoque psicosocial, Castrillón (2008) y Wainstein y Wittner (2003) plantean que las relaciones de pareja están inmersas en ejercicios de poder que se generan en su dinámica relacional. Estos autores conceptualizan la pareja como una institución social que permanece estable mientras sus preceptos iniciales no sean modificados, de lo contrario, emergen conflictos por el poder que antes permanecían ocultos. Otras áreas de conflicto, además del poder, son retomadas por De Cristóforis (2009), estas son la intimidación, la sexualidad, la comunicación, la cotidianeidad y el dinero.

En relación con los integrantes de la pareja, Castrillón (2008) habla de la importancia de haber alcanzado procesos intrapsíquicos de individuación y diferenciación, pues solo así será posible construir una relación de pareja; enfatiza en el reconocimiento de sus historias familiares de origen y la influencia de estas en la actualidad. Este mismo autor aporta a la conceptualización e historia de la terapia de pareja, pues destaca cuatro fases históricas y sus hitos significativos. La primera fase se desarrolló entre los años 1930 y 1963, época en que el foco de atención era la consejería matrimonial orientada a parejas sin dificultades, las personas encargadas de esta orientación, según este autor, no contaban con un cuerpo teórico propiamente dicho desde el cual intervenir. La segunda fase, superpuesta con la primera, se desarrolló desde la orientación psicoanalítica entre los años 1931 y 1966, proponía abordar los procesos inconscientes en la atención a parejas de manera individual y en conjunto. En la tercera fase que se desarrolló entre 1963 y 1985, la terapia familiar toma fuerza con autores como Don D. Jackson, Virginia Satir, Murray Bowen y Jay Haley. La última fase abordada en el texto de Castrillón, tiene lugar entre los años 1986 y 2002; en este período la terapia de pareja se amplía y adquiere un marco teórico más sólido. Por último, este autor plantea algunos modelos de intervención para parejas basados en terapias de orientación psicoanalítica, terapias centradas en las relaciones objetales, terapia cognitiva-comportamental y la terapia emocionalmente enfocada.

Ritvo y Glick (2003) desde una perspectiva sistémica y Wainstein y Wittner (2003) desde una postura psicosocial, argumentan que la terapia de pareja debe permitir al terapeuta dar lectura de los niveles de interacción que tiene con el fin de identificar aspectos de los dos que puedan servir para la solución de su demanda de atención y para que puedan determinar la continuidad o no de su relación.

Con respecto a las estrategias de intervención derivadas de otras propuestas, se encontró que hay técnicas desarrolladas desde enfoques conductuales, sistémicos y propuestas en que las que convergen dos posturas, como la comunicacional-sistémica y la cognitivo-conductual-sistémica, abordados por autores como

Bornstein y Bornstein (1992), Pinto (2000), Ritvo y Glick (2003), Wainstein y Wittner (2003) y Morón (2006).

Wainstein y Wittner (2003) proponen que la terapia comunicacional–sistémica y la cognitivo–conductual han permitido entrenar a la pareja en competencias comunicacionales, de resolución de conflictos y de identificación de emociones como principio fundamental de la intervención.

Por otro lado Liberman, Wheeler, Visser, Kuehnel y Kuehnel (1987) y Ritvo y Glick (2003) y Morón (2006) abordan las técnicas conductuales incluyendo la asignación de tareas en cada una de las sesiones, además de algunos test y ejercicios que incluyen aspectos como el manejo del tiempo libre, las finanzas, las actividades domésticas, el cuidado de los hijos, la sexualidad, la reciprocidad, entre otros.

Pinto (2000), por su parte, describe la terapia de pareja desde un modelo cognitivo-sistémico basado en lo relacional, lo comunicacional y lo cognitivo. En este mismo sentido Bornstein y Bornstein (1992) desde una visión conductual-sistémica, trabajan la terapia focalizando las conductas de la pareja desde un contexto relacional, lo cual incluye los aspectos individuales y de interacción entre ambos.

Por otro lado, Manrique (1988) resalta la técnica de la entrevista a través de preguntas circulares y reflexivas, la necesidad de hablar en primera persona del singular para expresar emociones, creencias o pensamientos, así como las técnicas de reencuadre y connotaciones positivas para la intervención con parejas. Propone además unas intervenciones en el nivel semántico como las preguntas por excepciones y las valoraciones paradójicas, desarrolladas por el grupo de Milán, y desde el orden pragmático sugiere la prescripción de rituales y actividades para favorecer el cambio.

Discusión

La relación encontrada entre la terapia familiar y la terapia de pareja tiene sus inicios en el enfoque sistémico; el terapeuta puede transitar entre preguntas lineales, circulares, estratégicas y reflexivas, permitiéndole explorar las dificultades actuales de la pareja. Así mismo, las hipótesis planteadas por el modelo de Milán sirven al terapeuta para organizar la información, explorar y conocer acerca de la historia de la pareja.

Otro hallazgo fundamental fue el valor otorgado por los terapeutas de pareja a la asignación de tareas y la implementación de rituales dentro del encuentro terapéutico, facilitando las relaciones interpersonales y evocando momentos de intimidad, unión, celebración, entre otros.

Por otro lado, Sánchez y Gutiérrez (2000) resaltan el uso de la connotación positiva, técnica original del modelo estratégico de la escuela de Milán, en el que el terapeuta concede al consultante una afirmación, dando como resultado cambios positivos que lo impulsan a ser más receptivo y cooperante. Esto le permite cambiar la representación del problema y tener mejor adherencia al proceso terapéutico.

La entrevista también cumple un papel importante en la terapia de pareja, según Álvarez (2007) el propósito de esta es incluir las necesidades de ambos miembros de la pareja, facilitando la construcción de nuevos significados y la exploración de sueños y metas presentes y pasadas.

Por otra parte, la investigación permite afirmar que el concepto de la estructura de pareja a través de los tiempos ha cambiado y esto no ha dependido de las posturas epistemológicas como la modernidad o posmodernidad, sino de los cambios culturales, sociales, religiosos y políticos a través del tiempo, lo anterior es sustentado por Biscotti (2006), Fuks (2007) y Caillé (1992).

Ahora, frente al concepto de pareja no hay consenso, este depende de las visiones de las distintas disciplinas en las que están incluidos los autores que la

conceptualizan. El concepto de pareja tanto en la modernidad como en la posmodernidad, no es universal ni se encuentra estandarizado. Algunos autores como Glasserman (1992), Biscotti (2006), Álvarez (2007), Bernart y Buralli (2007), Eguiluz (2007), Rodríguez (2007), De la Espriella (2008), Gilbert y Shmukler (2000) y Vicencio (2011) sustentan dicho hallazgo. Por otra parte, pareciera ser que desde los enfoques psicológicos el término de pareja es conceptualizado desde un abordaje intrapsíquico como lo sustentan Bornstein y Bornstein (1992), Castrillón (2008) y De Cristóforis (2009).

En la revisión documental se encontró como elemento común, que la pareja necesita ser intervenida de manera diferente al sistema familiar desde la terapia familiar sistémica e incluso desde las terapias individuales orientadas por enfoques psicológicos. Se encuentra que en algunas terapias se ve la necesidad de implementar procesos individuales y otros en pareja.

De otro lado, se puede decir que en la literatura revisada no se encontró una conceptualización propiamente dicha del término «pareja». En lugar de ello se encuentran teorizaciones acerca de las temáticas, los motivos de consulta y las estrategias de intervención. Esto último se sustenta en autores como Elkaïm (1987), Gilbert y Shmukler (2000), Ritvo y Glick (2003), Wainstein y Wittner (2003), Guevara (2007), Martínez (2007), entre otros.

Se encuentra también que la terapia de pareja desde la modernidad ha sido planteada desde una postura directiva, en la cual el terapeuta es quien tiene el saber sobre la problemática a intervenir, estructura previamente sus intervenciones y las conduce de modo tal que coincida con los objetivos propuestos inicialmente.

En los enfoques posmodernos, en cambio, se considera fundamental que el terapeuta trabaje sobre su historia personal, con el fin de poder conocer los puntos ciegos que atraviesan sus intervenciones. El proceso terapéutico es una construcción entre el terapeuta y los integrantes de la pareja, los cuales definen en conjunto aquellos aspectos a trabajar, el lenguaje es el que permea las

intervenciones, posibilita la construcción de nuevos discursos y significados; de esto dieron cuenta autores como Coyne (1988), Rodríguez y Linares (2005), Biscotti (2007), Martínez (2007), Campo (2007) y Eguiluz (2007).

Las estrategias terapéuticas, desde los enfoques modernos, están orientadas por algunos protocolos invariables Caillé (1992) y se retoma la importancia de la alianza terapéutica y de la motivación de la pareja para la efectividad y el cumplimiento de los objetivos Elkaim (1987), Gilbert y Shmukler (2000), Friedlander, Escudero y Heatherington (2009).

En contraste con esto, los enfoques posmodernos tienen como eje la construcción de nuevos significados, la escucha y el lenguaje analógico como parte de procesos dialógicos; es decir, la construcción de nuevos significados puede emerger a partir de la externalización y las narrativas alternas, además de las connotaciones positivas y las excepciones. Como técnicas de intervención se retoman el uso de imágenes, genogramas y rituales los cuales posibilitan nuevos discursos.

Desde los aportes de otras disciplinas o desde su convergencia, se evidenció que el proceso terapéutico con parejas se orienta desde el entrenamiento de competencias, la resolución de conflictos, el manejo de emociones y la comunicación asertiva, además de la implementación de algunas técnicas de apoyo como las tareas y la aplicación de test o inventarios.

Ahora, la revisión documental permitió concluir que la terapia de pareja no se enmarca en una técnica o modelo específico, sino que se nutre de amplias técnicas e incluso de modelos interdisciplinarios, es decir su intervención es compleja en tanto los cambios culturales, sociales, religiosos, entre otros le exigen a los terapeutas de pareja ampliar su óptica para lograr intervenciones integrales y no reduccionistas.

Se evidenció que existen amplios estilos de terapia dentro de los enfoques modernos y los posmodernos e incluso desde su convergencia con perspectivas psicológicas; es decir, las técnicas se adaptan a las características particulares de

la pareja y a sus necesidades reales, además, al estilo del terapeuta. Igualmente se concluye que la terapia de pareja cada vez más, abre diálogos entre disciplinas y no solo entre enfoques, dando la posibilidad de ampliar las formas de intervenir no solo desde miradas sistémicas sino también desde disciplinas como la psicología.

Con respecto a las limitaciones, hubo literatura en lengua extranjera que no se alcanzó a revisar, por lo cual sería importante que futuras investigaciones se ocupen de ella. Además sería importante contrastar los resultados arrojados por la investigación, con las estrategias de intervención implementadas por los terapeutas de pareja en sus prácticas clínicas. Por último, se sugiere para posteriores investigaciones hacer seguimiento a los avances de la terapia de pareja a partir del año 2002, fecha en la cual se realiza una de las últimas revisiones publicada en inglés, la cual rastrea Castrillón (2008).

Se pretende que el presente artículo permita a los terapeutas de pareja y demás profesiones encargadas de trabajar con la pareja, generar nuevos cuestionamientos que permitan mayor producción académica y epistemológica en la terapia de pareja.

Referencias

- Álvarez, M. (2007). *Crisis y conflictos de pareja: aproximaciones para la intervención*. Medellín: Departamento de publicaciones, Fundación Universitaria Luis Amigó.
- Bernart, R. y Buralli, B. (2007). *La cama de seis plazas. La terapia sexual trigeneracional de pareja*. *Sistemas Familiares*. 23(2), 93-116.
- Biscotti, O. (2006). *Terapia de pareja una mirada sistémica*. Argentina: Grupo Editorial Lumen.
- Biscotti, O. (2007). *Emociones y sentimientos en la terapia con parejas*. *Sistemas Familiares*. 23(1), 74-83.
- Bornstein, P. y Bornstein, M. (1992). *Terapia de pareja enfoque conductual-sistémico*. España: Ediciones pirámide, S.A. Madrid.
- Caillé, P. (Primera edición). (1992). *Uno más uno son tres. La pareja revelada a sí misma*. Barcelona: Paidós.
- Campo, C. (2007). *Infidelidad conyugal: Dificultades de manejo en la terapia de pareja. Propuesta de un modelo de intervención*. *Sistemas Familiares*. 23(2), 29-43.
- Castrillón, E. (2008). *Terapia de pareja: una mirada a sus procesos*. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 37(1), 187-197. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80615420015>
- Coyne, J. (1988). *Depresión, biología, matrimonio y terapia de pareja*. *Sistemas Familiares*. 4(3), 19-34.
- De Cristóforis, O. (Primera edición). (2009). *Amores y parejas en el siglo XXI*. Argentina: Letra viva librería y editorial.

De la Espriella, R. (2008). *Terapia de pareja: abordaje sistémico*. Revista Colombiana de Psiquiatría. 37(1), 175-186. Recuperado de: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=80615420014>

Eguiluz, L. (2007a). *El baile de la pareja. Trabajo terapéutico con parejas*. México: Editorial Pax México.

Eguiluz, L. (2007b). *Entendiendo a la pareja. Marcos teóricos para el trabajo terapéutico*. México: Editorial Pax México.

Elkaïm, M. (1987). *Abordaje sistémico en terapia de pareja*. Sistemas familiares. 3(3), 17-24.

Feixas, G., Muñoz, D., Dada, G., Compañ, V., y Arroyo, S. (2009). *Terapia sistémica de pareja en la depresión: Un estudio de caso único*. Apuntes de psicología. 27(2-3), 273-287. Recuperado de: <http://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/55283/1/579019.pdf>

Fishbane, M. (2011). *Promover el empoderamiento relacional en terapia de pareja*. Family Process. 50(3), 337-355. Recuperado de: http://onlinelibrary.wiley.com/store/10.1111/j.1545-5300.2011.01364.x/asset/supinfo/FAMP_1364_sm_spanishtranslation.pdf?v=1&s=7ab2bf660ceef8f9cedcc2997efd87423191ba84

Friedlander, M., Escudero, V. y Heatherington, L. (2009). *La alianza terapéutica en la terapia familiar y de pareja*. España: Paidós.

Fuks, S. (2007). *La relación de parejas como organización social: desafíos y oportunidades*. Sistemas Familiares. 23(1), 5-25.

Glasserman, M. (1992). *El cambio en la terapia del divorcio destructivo*. Sistemas Familiares. Año 8(2), 33-39.

Geney, E. y Gutiérrez, R. (2013). *Infidelidad nuevas miradas*. De: Ortiz, C. y García, M. En: Familia aspectos claves. Colombia: CIB.

Gergen, K. (1994). *Hacia una psicología postmoderna y postocidental*. Psykhe, 3(2), 105-113. Recuperado de:

<http://www.psykhe.cl/index.php/psykhe/article/view/48/48>

Gilbert, M. y Shmukler, D. (2000). *Terapia breve con parejas. Un enfoque integrador*. México: Manual Moderno.

Giraldo, A. (2013). *Más allá de los diálogos familiares...* Revista de la Facultad de Trabajo Social. Universidad Pontificia Bolivariana. 29(29) ,159-171.

Giraldo, C. y Garcés M. (2013). *Emociones asociadas al descubrimiento de la infidelidad: de la felicidad a la infelicidad*. Revista de la Facultad de Trabajo Social. Universidad Pontificia Bolivariana. 29(29), 143-157.

Guevara, L. (2007). *Consideraciones sobre la ayuda profesional a parejas humanas y la noción 'diálogos sustentables'*. Sistemas Familiares. 23(2), 5-18.

Jones, E. y Asen, E. (2004). *Terapia sistémica de pareja y depresión*. Bilbao: Desclée.

Knudson-Martin, M. (2013). *Porque es importante el poder: crear una base de apoyo mutuo en la relaciones de pareja*. Family Process. 10(10), 1-16.

Recuperado de:

[http://onlinelibrary.wiley.com/store/10.1111/famp.12011/asset/supinfo/famp12011-sup-0001-](http://onlinelibrary.wiley.com/store/10.1111/famp.12011/asset/supinfo/famp12011-sup-0001-SpanishTranslation.pdf?v=1&s=8f82d15f5261e4ba16c33e59df1ae28e48179a95)

[SpanishTranslation.pdf?v=1&s=8f82d15f5261e4ba16c33e59df1ae28e48179a95.](http://onlinelibrary.wiley.com/store/10.1111/famp.12011/asset/supinfo/famp12011-sup-0001-SpanishTranslation.pdf?v=1&s=8f82d15f5261e4ba16c33e59df1ae28e48179a95)

Liberman, P., Wheeler, E., Visser, L., Kuehnel, J., y Kuehnel, T. (1987). *Manual de terapia de pareja un enfoque positivo para ayudar a las relaciones con problemas*. Bilbao: Desclée.

Linares, J. (2010). *Paseo por el amor y el odio: la conyugalidad desde una perspectiva evolutiva*. Revista Argentina de Clínica Psicológica. XIX (1), 75-81.

Recuperado de: <http://www.redalyc.org/pdf/2819/281921797007.pdf>

Manrique, R. (1988). *Psicoterapia sistémica de la pareja. Una visión constructivista*. Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría. 8(26), 391-415. Recuperado de:

<http://www.revistaaen.es/index.php/aen/article/viewFile/15007/14875>

Martínez, A. (2007). *Familias ensambladas y conflictos de pareja*. Un abordaje clínico posible. Sistemas Familiares. 23(2), 79-90.

Morón, R. (2006). *Terapia integral de pareja*. Revista de psicología y psicopedagogía. 5(2), 273-286. Recuperado de:

<http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2147837>

Nasim, R. y Nadan. Y. (2013). *Terapia de pareja con sobrevivientes de abuso sexual infantil (ASI) y sus parejas: Crear el contexto para la presencia de un testigo*. Family Process. 10(10), 1-12.

Olson, M., Laitila, A., Rober, P. y Seikkula, J. (2012). *Del monólogo al diálogo en una sesión de terapia de pareja: investigación dialógica del cambio desde el punto de vista de los terapeutas*. Family Process. 51(3), 1-15. Recuperado de:

<http://onlinelibrary.wiley.com/store/10.1111/j.1545-5300.2012.01406.x/asset/supinfo/famp1406-sup-0001-spanish-translation.pdf?v=1&s=5d33fa93095cad69dbafc73f49a055866c6c1e7d>

Pinto, B. (2000). *Terapia de pareja: una perspectiva cognitiva-sistémica*. Revista Cien Cult. (8), 79-85. Recuperado de: <http://www.scielo.org.bo/pdf/rcc/n8/a08.pdf>

Ritvo, E y Glick, I. (Primera edición). (2013). *Terapia de pareja y familiar. Guía práctica*. En: *Pareja, disfunciones y terapia de pareja*. México: Manual Moderno.

Rober, P. (2009). *Dibujos como expresión de la relación en terapia de pareja*. Family Process. 48(1), 191-207. Recuperado de:

http://onlinelibrary.wiley.com/store/10.1111/j.1545-5300.2009.01271.x/asset/supinfo/FAMP_1271_sm_spanishtrans.pdf?v=1&s=dff0496b990cbd80729d1bf09cde2ecf0dd6dafb

Rodríguez, M. (2007). *Relaciones de desparejas. Observaciones de un equipo sistémico en el tratamiento de disfunciones de pareja*. *Sistemas Familiares*. 23(1), 38-63.

Rodríguez, M. y Linares, J. (2005). *Ser y hacer en terapia sistémica. La construcción del estilo terapéutico*. Barcelona: Paidós.

Sánchez y Gutiérrez, D. (2000). *Terapia familiar: Modelos y técnicas*. México: Manual Moderno.

Sánchez, L. (2002). *Aspectos históricos y enfoques de la terapia familiar*. Santiago de Cali: Escuela de Trabajo Social y Desarrollo Humano. Universidad del Valle.

Tarragona, M. (2006). Las terapias posmodernas: una breve introducción a la terapia colaborativa, la terapia narrativa y la terapia centrada en soluciones. *Psicología conductual*. 14(3), 511-532. Recuperado en: http://www.terapiainpacto.com/userfiles/98412/file/10_TARRAGONA.pdf

Vicencio, J. (2011). *Mapas del amor y la terapia de pareja*. México: Pax México.

Wainstein, M. y Wittner, V. (2003). *Enfoque psicosocial de la pareja. Aproximaciones desde la terapia de la comunicación y la terapia de solución de problemas*. *Revista Psicodebate* 4. Psicología, Cultura y Sociedad. Recuperado de: <http://dspace.palermo.edu/dspace/handle/10226/397>