

# LA DIMENSIÓN ESTRUCTURAL Y EVOLUTIVA EN LAS RELACIONES DE PAREJA

## STRUCTURAL AND DEVELOPMENTAL DIMENSIONS IN COUPLE RELATIONSHIPS

MANUEL VILLEGAS

PILAR MALLOR

Universidad de Barcelona  
mvillegas@ub.edu

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Villegas, M. y Mallor, P. (2012). La dimensión estructural y evolutiva en las relaciones de pareja. *Acción Psicológica*, 9(2), 97-108 doi: <http://dx.doi.org/10.5944/ap.9.2.4107>

### Resumen

En este artículo se presenta una concepción de las relaciones de pareja en la que se tienen en cuenta no sólo los aspectos interactivos o relacionales, sino también los personales o individuales. Los primeros afectan más bien a la dimensión estructural de simetría o asimetría respecto a la posición de poder que ocupa cada uno de los miembros de la pareja. Los segundos tienen que ver con la dimensión estructural de complementariedad, en referencia a los recursos que cada uno de ellos aporta a la relación. De este modo se consideran aquellos aspectos que inciden globalmente sobre la problemática de la pareja.

**Palabras clave:** terapia de pareja, simetría, complementariedad, eros, philia, ágape.

### Abstract

This article presents a model of couple relationships which takes into account not only in-

teractive or relational aspects but also the personal or individual ones. The first one affects the structural dimension of symmetry or asymmetry regarding the position of power that deals with each of the members of the couple. The latter relates to the structural dimension of complementarities, in reference to the resources that each brings to the relationship. Thus those aspects that impact on the problems of the couple are jointly considered.

**Keywords:** couple therapy, symmetry, complementarities, eros, philia, agape.

### La formación de la pareja

La pareja se forma para dar respuesta a una serie de necesidades humanas, la más evidente de las cuales es la reproducción, que por sí misma es una necesidad de la especie, pero que a la vez viene a cubrir necesidades del individuo tales como la compañía (no estar solo) y la solidaridad (ayuda o apoyo mutuo). De una manera más simbólica calma la

Artículo recibido: 03/02/2012

Artículo aceptado: 03/03/2012

ansiedad de muerte al proyectar una fantasía de continuidad en el tiempo (ancestros y sucesores).

La ventaja evolutiva de la pulsión sexual está claramente relacionada con la posibilidad de establecer las condiciones para continuar la función procreadora de la especie, dotando a dos individuos de la atracción suficiente como para unirse de un modo más o menos duradero, adecuado a este fin. En consecuencia, para asegurar la continuidad de la función procreadora bastaría con el impulso y la atracción sexuales, no siendo necesaria para ello una experiencia tan extraordinariamente devastadora como el enamoramiento. De hecho, los animales no se enamoran; entran y salen de periodos de celo de forma autorregulada, estableciendo uniones más o menos sólidas, estables o pasajeras según las especies, pero sin experimentar la pasión del amor, aunque a veces la lucha por conseguir la preferencia de las hembras pueda implicar auténticas batallas. A este comportamiento, sin embargo, no le podemos llamar amor si no es por analogía antropomórfica: carece de los sentimientos y de las proyecciones que los humanos depositamos en él. Solo el ser humano se rinde a la seducción de Eros.

Está claro que para la consecución de los fines procreadores bastaría con una unión sexual esporádica, pero la complejidad de la crianza ha llevado a los humanos, así como a otras especies, a buscar formas más complejas y estables de relación para asegurar el proceso y el suministro continuado del sustento necesario: alimento, cobijo, protección.

Estos objetivos, sin embargo, se pueden conseguir de formas muy variadas, tal como demuestran las distintas modalidades de organización familiar descritas por los estudios antropológicos. Como dice un proverbio africano «para educar a un niño hace falta toda una tribu». Aun así, sea por la evolución económica o tecnológica o por efecto del colonialismo, en la mayoría de culturas ha prevalecido la organización matrimonial, como sistema para asegurar el conjunto de funciones atribuidas a la pareja heterosexual de generación

y crianza de los hijos, así como de apoyo y solidaridad mutuas, dando origen a formaciones familiares más o menos extensas según el momento evolutivo de cada sociedad. En muchas culturas la institución del matrimonio está claramente regulada por costumbres más o menos ancestrales, o por leyes religiosas o civiles. En otras está sometida a un proceso de flexibilidad e indeterminación, característico de un momento de cambio social.

La elección del cónyuge ha estado sometida igualmente a las condiciones culturales y sociales propias de cada grupo humano según el momento evolutivo de su historia. A la costumbre de asignar la pareja por parte de los padres a los hijos con criterios económicos o patrimoniales, de casta o clase social, o incluso por razones de Estado, se ha ido introduciendo en Occidente, particularmente, como resultado de una larga evolución social, ideológica y económica que ha otorgado un particular valor a la elección libre e individual de cada uno, el concepto de «*pareja romántica*», basada en la atracción sexual y el enamoramiento.

## Las fases de formación de la pareja

### La perspectiva etológica

Si partimos del origen evolutivo y de las bases fisiológicas del amor podemos contemplar la pareja humana como una modalidad más de emparejamiento entre las que pueden observarse en el mundo animal. Esto equivale a considerar la formación de la pareja humana desde una perspectiva etológica, donde se reproducen las fases de *cortejo*, *nidificación* y *crianza* que podemos observar a través de múltiples variedades de comportamiento en el mundo humano y animal.

Naturalmente en el ser humano todos estos comportamientos están socializados y persiguen fines mucho más complejos. Como dice Punset (2007) lo que la gente busca al casarse es el «compromiso para formar una familia, asegurar una fuente de afectividad y la fidelidad sexual». Para ello la pareja sigue un proce-

so de formación que pasa básicamente por las tres fases a las que nos hemos referido más arriba.

### *Fase de cortejo*

La formación de la pareja suele iniciarse con la fase de cortejo en la que se busca activamente el emparejamiento a través de la utilización de diversos reclamos sexuales, personales o sociales con el objetivo de atraer, seducir o conquistar a la persona objeto de elección para la cópula, a fin de llegar a establecer una relación fusional con ella. La perspectiva fusional viene favorecida por la experiencia del enamoramiento cuyo sustrato fisiológico se fundamenta en el circuito neurohormonal del placer (dopamina) y del apego (vasopresina y oxitocina). En esas condiciones hay desconexión orbitofrontal y por tanto escasa prudencia y previsión («*contigo pan y cebolla*»). Es la fase del enamoramiento o cortejo con la que suelen iniciarse la mayoría de las relaciones de pareja y que cuando finaliza puede dar al traste con la viabilidad de la pareja si esta no sabe seguir adelante en su evolución. Cuando se ha enfriado el circuito del apego (fusión) un rechazo sexual puede desencadenar la infidelidad sexual, pues solo se sostiene por el circuito del placer.

### *Fase de nidificación*

Durante la fase de cortejo no es necesaria la disponibilidad de un cobijo estable: la pareja podría «vivir debajo de un puente» o contentarse con encuentros furtivos en la habitación confortable de un hotel, en un descampado, en el asiento trasero del coche o en el hueco de un portal. La estabilidad, la formación de un hogar, será requerida por la perspectiva real o imaginariamente proyectada de una descendencia próxima o futura. La gestación y crianza de la camada exige la construcción de un habitáculo apropiado, denominado nido o madriguera, adaptado a las características de cada especie. Esta actividad que a veces corresponde a ambos miembros

de la pareja y otras es solo incumbencia de uno de ellos se conoce con el nombre de nidificación. En los humanos la crianza de los hijos exige la convivencia sea tribal o familiar, puesto que educarlos es una tarea que implica generalmente al grupo más o menos extenso. En nuestras sociedades el nido equivale a la casa, piso o apartamento donde se recluye la pareja para iniciar su vida en común, aunque los hijos tarden en llegar o no lo hagan nunca. Construir el nido proyecta pues sobre la relación de pareja una perspectiva funcional, que corresponde en los humanos a la formación de un hogar, comprar o alquilar la casa, amueblarla, decorarla, hacerla confortable, así como hacerse cargo de su gestión eficiente a través del tiempo, aspecto que dio origen al concepto de economía, palabra que en griego significa precisamente «*regulación de la casa*».

Vivir juntos (convivencia) exige resolver los problemas de la cotidianidad, fabricar el nido, gestionarlo de forma eficaz y confortable para hacer la vida agradable y segura para la prole y los propios progenitores: invertir en prudencia (economía). La aparición de los hijos (si los hay) o el diferir o rechazar su llegada implica necesariamente un ajuste funcional y emocional muy importante. Las dificultades en construir y gestionar la casa pueden constituir escollos insalvables para la viabilidad de una pareja.

### *Fase de crianza*

Las relaciones de pareja se estructuraban en otro tiempo en función de los roles asignados a cada sexo, entre los cuales ocupaba el primer lugar el de criar, proteger y educar a los hijos, lo que marcaba claramente la división de roles en la pareja entre el marido y la mujer. En la actualidad en las sociedades occidentales tales roles se han difuminado, y aunque persisten ciertos presupuestos teóricamente o idealmente no debería haber diferencias entre cónyuges, por lo que se hace preciso negociar la posición de cada uno. La pareja no puede ser un espacio donde uno de sus miembros se sienta limitado en cuanto a sus posibilidades de expansión o realización

personal de modo que la crianza de los hijos necesita llevarse a cabo de una forma compartida y consensuada.

## La perspectiva antropológica

Si las fases descritas hasta ahora desde la perspectiva filogenética o etológica presentan en los seres humanos una notable complejidad, capaz de dar lugar en ocasiones a problemas relevantes en las relaciones de pareja, todavía se engrandece o ahonda más esta si adoptamos una perspectiva antropológica para intentar comprender el profuso mundo de la pareja. Entendemos por perspectiva antropológica aquella que toma en cuenta la especificidad humana como fenómeno claramente diferenciado de sus bases filogenéticas, etológicas y fisiológicas, la que incluye las dimensiones filosófica, psicológica y sociológica en su consideración.

### La mirada filosófica

La mirada filosófica es ajena a la función reproductiva y se centra más bien en el análisis de la relación entre los amantes, como lo atestigua por ejemplo el interés por el amor homosexual en la antigüedad clásica, puesto que el objeto de su curiosidad es la comprensión del fenómeno del amor al preguntarse qué es lo que atrae a los enamorados a querer estar juntos hasta desear fusionarse en un solo ser. El mito del andrógino, reproducido por Aristófanes en el Banquete de Platón (1982), del que proviene la idea de las dos mitades presente en la imagen popular de «la media naranja», expresa claramente la función ontológicamente reparadora ejercida por el amor sobre la escisión provocada por los dioses de la naturaleza andrógina originaria de los hombres:

*«Dividida así la naturaleza humana, cada uno se reunía ansiosamente con su mitad. Abrazados, entrelazados, deseando fundirse en una sola naturaleza, morían de hambre y de inacción, porque no querían hacer nada por se-*

*parado. Y cuando una de las partes moría quedando la otra en vida, esta buscaba otra mitad cualquiera y la abrazaba... Desde entonces, pues, es el amor recíproco connatural a los hombres, el amor que restituye al antiguo ser, ocupado en hacer de dos uno y en sanar la naturaleza humana.*

*Cuando alguien tropieza con su propia mitad queda sujeto a un maravilloso asombro hecho de amistad, confianza y amor, y ninguna de las mitades quiere entonces ser de nuevo dividida ni por corto tiempo... Si Hefaiсто (Vulcano en la versión latina) se les apareciera mientras yacen juntos y les preguntara con sus herramientas en la mano: “¿Qué es lo que queréis que suceda en vuestra unión? ¿No deseáis haceros uno de modo que ni de noche ni de día podáis separaros?”, estamos seguros de que ninguno rehusaría ni podría manifestar otro deseo: coincidir y componerse con el amado para formar los dos juntos una unidad. La causa es que nuestra antigua naturaleza era tal como queda dicho y nosotros éramos seres plenos.*

*Al deseo y persecución de la plenitud se llama amor... Afirmando pues que nuestra raza humana sería feliz si cada uno encontrara a su propio amado y volviera así a su originaria naturaleza... El Amor es quien nos otorga en nuestro estado presente las mayores gracias, conduciéndonos a lo que nos es propio y es también quien nos depara mayores esperanzas para el futuro, pues él nos restablece en nuestro antiguo ser, nos sana, nos hace bienaventurados y felices.»*

Esta mirada filosófica ha distinguido tradicionalmente tres variedades en el amor: eros, philia y ágape, que podemos considerar como los componentes necesarios de una relación de pareja, aunque no suelen darse de forma inmediata y simultánea, sino seguir también un recorrido evolutivo ligado más a un proceso de maduración en la relación que a la secuenciación de unas fases más o menos previsibles, como sucedía en la perspectiva etológica, considerada hasta ahora. Walter Riso (2003) caracteriza brevemente a cada uno de estos componentes de la siguiente manera:



- Eros; el amor que toma y se satisface (el enamoramiento),
- Philia; en el que se comparten sueños y proyectos (amor-amistad) y
- Ágape; el amor que da y se compadece, el que vela por el «otro».

## Eros

De la importancia del papel de Eros en la antigüedad clásica da fe el hecho que fuera considerado una divinidad, en cuyo honor, precisamente, se celebraba el Banquete en casa de Agatón, de acuerdo con el diálogo de Platón (1982) del mismo nombre. De las muchas concepciones interesantes que se discuten en este diálogo merece particular atención la que se atribuye a Sócrates, el cual sagazmente y siguiendo su política de no expresar opiniones propias, lo que iría en contra de su método mayéutico, pone en boca de la sacerdotisa Diótima el siguiente relato:

*«El día que nació Afrodita, los dioses celebraron un banquete. Al acabar este, Penia, es decir pobreza, se presentó para mendigar. Vio entonces en el jardín de Zeus a Poros, es decir ingenio, riqueza o recursos, embriagado por el néctar y adormecido. Buscando poner remedio a su indigencia, Penia decidió tener un hijo con Poros y, echándose a su lado, concibió a Eros.»*

Nacido de la pobreza, la carencia, la necesidad o el déficit, Eros busca saciarse de riqueza, belleza o poder. De este modo, Eros es el demonio del deseo, que busca afanosamente aquello de lo que carece y que al enamorarse cree descubrir en el otro el objeto que ha de colmar su indigencia. Le guía, por tanto, una ambición egoísta y narcisista. Egoísta por cuanto, como hijo de Penia, intenta colmar sus carencias; narcisista, por cuanto al poner en marcha, como hijo de Poros, su ingenio, su astucia y sus recursos descubre lo mejor de sí mismo.

Eros, pues, nace de la necesidad y el recurso, pero carece de plenitud, es ontológicamente privación. Hay dos formas de intentar

aplacar a Eros, una orientada a su satisfacción *inmediata*, reduciéndolo a su dimensión de necesidad sexual, otra buscando su satisfacción *definitiva* proyectada en el enamoramiento. Como necesidad sexual es relativamente fácil de satisfacer, como deseo genera una dinámica persistente en busca de su objeto, sin poder nunca ser saciado plenamente, puesto que se extinguiría en el mismo acto de colmarse. Pertenece a la dinámica del deseo el anhelo constante, la apetencia insaciable. Independientemente de cuál sea el objeto de su amor, se empeña siempre en su consecución, sin nunca alcanzarlo plenamente; por eso solo es verificable en el mundo de la fantasía, aunque se persigue incansablemente bajo el señuelo de la felicidad.

La experiencia subjetiva del enamoramiento implica una activación del mundo de la fantasía y el deseo: la persona objeto de enamoramiento se ve dotada de todas aquellas cualidades o atributos deseables que pueden resultar atractivos para el sujeto enamorado que tienen que ver con aspectos tanto físicos como sociales, morales o personales. Frecuentemente aquello que más atrae a un individuo son aquellas características que percibe como complementarias de sus propias carencias o déficits, de donde la admiración y el entusiasmo que fácilmente pueden llevar al afán posesivo o fusional. Otras veces el enamoramiento se plantea como un reto para el sujeto, algo que tiene que conseguir (seduciendo o conquistando, según la perspectiva que se tome) donde nuevamente se reproduce la perspectiva posesiva o fusional. En cualquier caso la persona enamorada suele experimentar un «descentramiento» rayano con la «locura» en cuanto experiencia de dejar de ser uno mismo para pasar a ser uno con el otro, fundiéndose en él, poseyéndolo o entrando a formar parte de él.

El origen genealógico de Eros legitima en la necesidad (prenomía) o carencia sus afanes que le impulsan a buscar de forma totalmente amoral (anómica), si es necesario, la satisfacción de sus deseos. Por eso se siente con derecho a anhelar, poseer, dominar, sojuzgar, humillar, maltratar o incluso destruir su objeto sin el menor sentimiento de culpa, si este no

le corresponde o no lo satisface plenamente. Igualmente está dispuesto a implorar, suplicar, humillarse, entregarse o someterse a él sin experimentar el menor sentimiento de vergüenza, si esto tiene que desembocar momentánea o imaginariamente en la satisfacción de su deseo. De ahí que las relaciones basadas fundamentalmente en la atracción erótica puedan oscilar fácilmente entre el amor y el odio, entre el maltrato y la sumisión, entre la posesión y la entrega.

## Philia

Philia es el amor de amistad, puede relacionarse con el amor fraternal, pero no necesita ningún lazo de sangre ni ninguna activación hormonal para formarse. Se basa en el conocimiento mutuo, en la admiración, en el interés, en el respeto, el diálogo, la comunicación, la simpatía y la reciprocidad. Como decía San Agustín: «*la amistad busca iguales o hace iguales*». Es un amor de proximidad, que halla placer en el compartir no tanto los bienes materiales, lo que se hace a veces en forma de regalos, sino los intangibles o espirituales: gustos aficiones, intereses, experiencias, descubrimientos, anhelos, esperanzas, preocupaciones. Es una invitación a entrar en el mundo de la otra persona y una apertura del propio para dar lugar al intercambio de los sentimientos y pensamientos más íntimos.

En las parejas la inmediatez de la convivencia que implica compartir la vida con otra persona lleva a generar un espacio emocional más allá de la dimensión funcional, que llamamos intimidad. La proximidad sexual, afectiva, relacional solo se hace soportable si surge entre los amantes una amistad basada en el conocimiento, las complicidades, la aceptación, el respeto, la comunicación y la simpatía mutuas y estas evolucionan de manera convergente a lo largo del tiempo. Muchas parejas construyen el nido pero no construyen un espacio de intimidad. Con ello la relación se vacía de contenido y se vuelve árida y hueca para ambos o al menos uno de los miembros de la pareja, generalmente el que más había invertido en ella.

La falta de Philia o la dificultad para generarla evolucionando gradualmente hacia ella en la construcción de la relación de pareja a medida que va avanzando esta es una de las carencias que con mayor frecuencia da lugar a una solicitud de terapia, aunque naturalmente no se plantea su demanda en esos términos, sino a través de quejas tan diversas como la falta de comunicación, el estancamiento en la relación, la falta de ilusión o incluso sintomatología sexual o ansioso-depresiva en alguno de los miembros.

Otras parejas fracasan en sus relaciones afectivas a pesar de tener una buena relación amistosa por olvidar el cortejo o por no evolucionar más allá de las bases sobre las que se sustentaba. No basta con la Philia para configurar una relación de pareja, es necesario que esta incluya en su interior la semilla de Eros. Así como no puede este satisfacer por sí mismo todas las exigencias relacionales del arco vital de la pareja sin la colaboración de Philia y Ágape, tampoco pueden estas prescindir de Eros. Cuando este falta, se ha extinguido o simplemente no ha existido nunca no tarda en asomarse en la relación en forma de un amor forastero.

Antes la gente se separaba porque se odiaba, ahora porque no se aman bastante: el exceso de opciones destruye las seguridades. La relación se percibe como vinculante, pero se pretende libre. No estando las personas condenadas a entenderse acaban por no entenderse o no llegando a acuerdos. Muchos de los problemas de pareja se generan a causa de la dificultad de satisfacción mutua. A largo plazo, aparecen las incompatibilidades: el mito de la felicidad inalcanzable.

## Ágape

Si para los griegos el amor era una divinidad, para los cristianos Dios es amor (Ágape). Ágape es el equivalente del amor desinteresado e incondicional. El amor que pueden otorgar los padres a los hijos ante las necesidades de estos, el amor que pueden sentir ocasionalmente los profesionales de la

salud, la educación o la actividad social por los pacientes o usuarios de sus servicios, el amor que pueden sentir de forma más o menos estable las personas entregadas a actividades benéficas con motivaciones religiosas o sin ellas por sus pupilos. El amor que puede ayudar a las parejas a enfrentar y superar las dificultades provenientes de los fracasos, las enfermedades, los contratiempos de la vida, las vicisitudes de la relación, las preocupaciones por los hijos, el amor de cuidado y ternura entre los esposos. Es un amor generoso, que no requiere reciprocidad, que halla su satisfacción en el dar más que en el recibir, que basa sus fundamentos en el reconocimiento del valor ontológico del otro, hecho de respeto y cuidado. El amor que busca la felicidad y el bienestar de la persona amada.

No es usual que las parejas se formen a partir de él. Algunas películas, como por ejemplo «Mi vida sin mí», «La vida secreta de las palabras» o «El velo pintado», nos plantean emotivas situaciones en las que este amor surge o incluso engendra o reorienta la relación. No se trata de situaciones solo de película, también existen en la realidad, aunque muchas veces se desarrollan en el silencio y la discreción.

## La perspectiva psicosocial

Desde una perspectiva más psicosocial, donde se toman en cuenta aspectos evolutivos, relativos a la formación de la pareja y relacionales referidos a las características afectivas e interpersonales de la interacción entre los miembros de la pareja, el profesor de Psicología en la Universidad de Yale, Robert Sternberg (1989, 2002), propone una visión triangular de los componentes del amor, cuyos tres lados serían:

- Pasión: activación neurofisiológica o emocional que lleva al romance, la atracción física y la interacción sexual.
- Intimidad: sentimiento de cercanía que obtiene una pareja que se atreve a asumir el riesgo mutuo de mostrar sus sentimientos y pensamientos más íntimos.

- Compromiso: decisión de amar a alguien (al principio) y a mantener (después) una relación que se está desarrollando.

La combinación de estos tres factores da lugar a siete distintos tipos de amor, que pueden ir cambiando a lo largo de la relación:

- Enamoramiento: basado predominantemente en la experiencia pasional.
- Amistad: compuesto de intimidad sin compromiso ni pasión.
- Amor vacío: caracterizado por un compromiso sin pasión ni intimidad, por ejemplo, «para mantener las apariencias» o «por el bien de los hijos».
- Amor de compañeros: construido en base a la intimidad y el compromiso, pero sin pasión, típico de parejas que llevan juntas mucho tiempo y conviven armoniosamente.
- Amor ilusorio: mezcla de pasión y compromiso, pero sin ninguna intimidad ni conocimiento mutuo.
- Amor romántico: compuesto de pasión e intimidad, en ausencia de compromiso.
- Amor consumado: combinación de los tres componentes de pasión, intimidad y compromiso.

Estos tres componentes evocan muchos de los conceptos que hemos considerado hasta este momento, si bien con un carácter menos especulativo, aunque también menos profundo, que los contemplados en la mirada filosófica, pero más complejo a la vez que los obtenidos por la simple mirada etológica. De este modo podemos aventurarnos a establecer un cierto paralelismo entre la fase de cortejo, el mundo de Eros y la fuerza de la pasión. Es posible también ver ciertas concomitancias entre la fase de nidificación, el establecimiento de un relación presidida por la *Philia* y la naturaleza emocional de la intimidad. Resulta ya más lejana, aunque puedan darse ocasionalmente ciertas superposiciones, la comparación entre la fase de crianza, el amor de *Ágape* y el compromiso, aunque es cierto que este amor desinteresado se va a poner a prue-

ba frecuentemente en el proceso de crianza de los hijos y que será esencial muchas veces para mantener el compromiso.

En cualquier caso nos parecen perspectivas interesantes para ayudar a comprender la dinámica de las relaciones de pareja tanto en su momento evolutivo como en su dinámica relacional. La superposición desde la perspec-

tiva antropológica de ambas dimensiones la filosófica y la psicosocial nos pueden ayudar a los terapeutas y a las propias parejas a comprender la dinámica relacional por la que se regulan en sus interacciones y la naturaleza de las crisis por donde pasan. De este modo les proponemos la siguiente representación gráfica a fin de ayudarles a comprender la naturaleza de su relación:

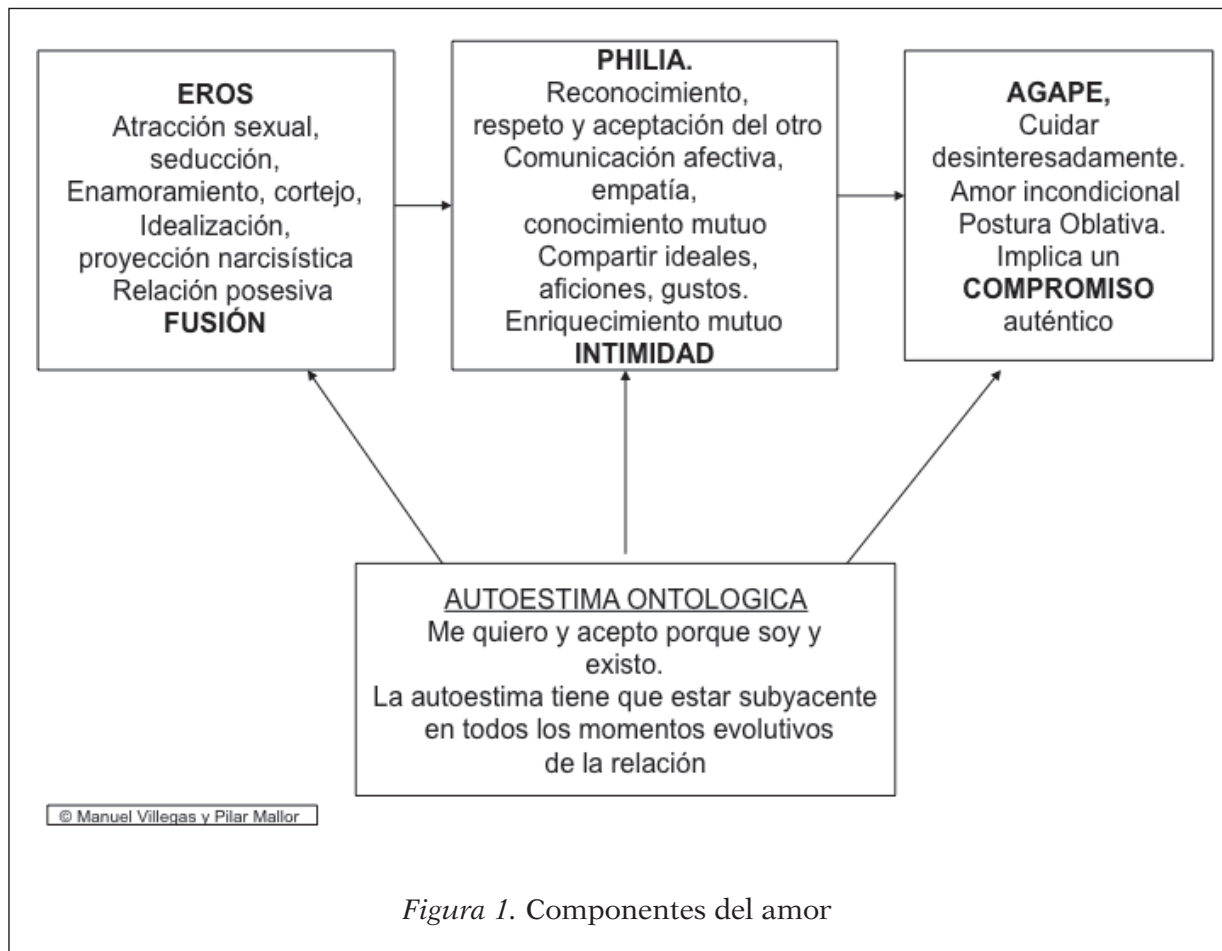


Figura 1. Componentes del amor

### La Dimensión Estructural en las Relaciones de Pareja

Cuando una pareja inicia su relación se ponen en juego una serie de interacciones que van a determinar la dinámica de su estructura relacional, aunque naturalmente pueden ir evolucionando con el tiempo, dando lugar a otras dinámicas distintas de las inicialmente

establecidas. Estas interacciones se hallan reguladas por lo que la teoría cognitivo-evolucionista (Liotti e Intreccialagli, 1996) denomina Sistemas Motivacionales Interpersonales (SMI) cuya base es innata, aunque modelada constantemente por la experiencia, no solo en sus modalidades operativas sino también en sus reciprocas relaciones de activación y desactivación.



Tales Sistemas Motivacionales, que como las emociones básicas pueden rastrearse en los comportamientos de la mayoría de los mamíferos se reducen a los siguientes: Sistema sexual, Sistema de apego, Sistema de cuidado, Sistema agonístico y Sistema de cooperación.

Los Sistemas Sexual y de Apego regulan la formación de la pareja, fomentando la atracción y la vinculación entre los amantes. Amor como *έρως* (Eros).

El sistema de Cuidado regula la conducta de atención y de protección, particularmente con las crías, aunque también en las relaciones mutuas. Amor como *αγάπη* (Ágape).

El Sistema de Cooperación, controla las conductas en vista de un objetivo conjunto, poniendo en juego los recursos a disposición de cada uno a fin de contribuir al bien común (complementariedad). Busca el compartir, la amistad y la empatía. Amor como *Φιλία* (Philia).

El Sistema Agonístico regula la competitividad de dominación y de subordinación en los grupos sociales, poniendo en juego la distribución del poder en la pareja (simetría).

Estos dos últimos sistemas motivacionales son fundamentales para entender la dimensión estructural en la pareja, a saber cómo se distribuyen el poder y los recursos en la misma, como en cualquier otra sociedad, lo que da lugar a una visión estructural formada por dos ejes los de simetría y complementariedad y sus contrarios asimetría y déficit. Juan Luis Linares (2006) entiende simetría y complementariedad como un solo eje: igualdad – diferencia. Según él: «*Existen dos modalidades de relación: una basada en la igualdad, llamada simétrica, otra basada en la diferencia, llamada complementaria*».

En nuestra propuesta, en cambio, aparecen dos ejes o vectores en referencia a la distribución del poder y los recursos:

El eje de simetría da lugar a un constructo o dimensión semántica bipolar, formada por los constructos «poder ↔ sumisión».

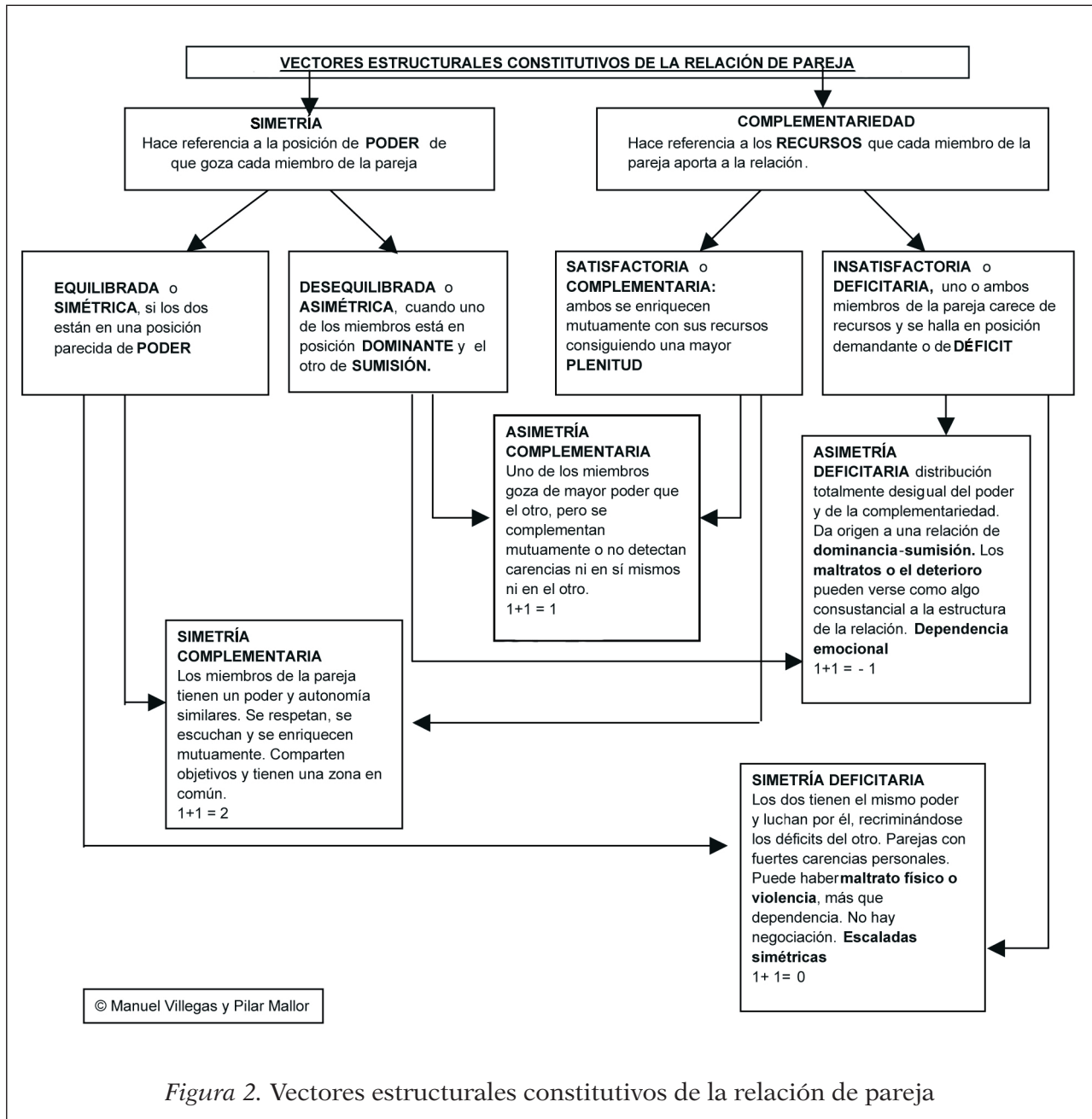
El eje de complementariedad da lugar a un constructo o dimensión semántica bipolar, formada por los constructos «plenitud ↔ déficit, carencia o vacío».

Simetría hace referencia a la posición de *poder* que ocupa cada miembro de la pareja: si ambos están en una posición parecida de poder, la relación está *equilibrada*; de lo contrario uno de los miembros se halla en posición *sumisa* o de sometimiento frente a otro cuya posición es *dominante* o de dominancia, dando paso a una relación *desequilibrada*.

Complementariedad hace referencia a la compatibilidad y suficiencia de las partes respecto al todo: si ambos se complementan mutuamente aportando una proporción de recursos equivalente y consiguiendo con ello una mayor *plenitud*, la relación es *satisfactoria*; de lo contrario uno de los miembros o ambos se hallan en posición *deficitaria* frente al otro, dando paso a una relación *insatisfactoria*.

De la posible combinación de ambos surgen los cuatro emparejamientos posibles en una relación, según la posición que ocupen sus miembros (parte inferior de la gráfica. (Figura 2).

- Cuadro: simetría complementaria o complementariedad simétrica (ambos miembros comparten poder y plenitud).
- Cuadro: simetría deficitaria o déficit simétrico (ambos miembros gozan del mismo poder, pero ambos, o uno de ellos, son claramente deficitarios).
- Cuadro: asimetría complementaria o complementariedad asimétrica (uno de los miembros goza de mayor poder que el otro, aunque ambos se complementan o, al menos no detectan carencias en sí mismos o en el otro).
- Cuadro: asimetría deficitaria o déficit asimétrico (uno de los miembros goza de mayor poder y recursos que el otro o bien uno detenta el poder y otro los recursos).



Con las parejas será importante trabajar la dinámica estructural en la relación a fin de poder (re)establecer una dinámica saludable y justa entre ellos. La experiencia nos demuestra que la utilización también de este gráfico en el momento oportuno del proceso tiene un efecto terapéutico además de didáctico en la intervención con parejas.

## Crisis en la Pareja

Si las parejas vienen a terapia es porque existe una cierta conciencia de crisis en su funcionamiento. Toda crisis representa una fractura en la organización de un sistema. Esta fractura puede dar lugar a una reorganización más amplia y compleja del sistema o amenazar

la viabilidad y continuidad del mismo. En este sentido las fuerzas centrípetas que tienden a mantener los grupos como sistemas homeostáticos se oponen en la pareja a las centrífugas que tienden a su disolución. Formada por dos individuos con historias y necesidades distintas, la tendencia morfogenética exige de la pareja una evolución conjunta y mutuamente potenciadora de cada uno de sus componentes so pena de generar importantes desequilibrios en la relación. Por ello será importante trabajar en terapia con cada pareja las distintas dimensiones que hemos visto hasta ahora, detectando aquellas que puedan ser más indicadas en su caso. Tales crisis pueden tener carácter evolutivo o estructural

Crisis evolutivas:

- a) Crisis en su origen o formación.
- b) Crisis del ciclo vital.
- c) Crisis del ciclo relacional.

Crisis estructurales:

- a) Crisis en las relaciones de simetría.
- b) Crisis en las relaciones de complementariedad.

### *Crisis evolutivas*

Los bloqueos en la etapa evolutiva tienen que ver con dificultades en las fases de transición de una etapa evolutiva a otra. En el ciclo vital de la pareja existen diferentes etapas. Cada una de ellas acompañadas de conflictos y negociaciones y pruebas a superar. Si una etapa no se resuelve bien, es posible que el paso a la siguiente etapa no se dé o se dé solo aparentemente o se quede encallado en la fase de transición y solo se manifieste a través de síntomas. Con frecuencia estas crisis se manifiestan ya en su momento de formación o se remiten inevitablemente a él cuando más adelante estalla el conflicto.

### *Crisis estructurales*

Las crisis estructurales hacen referencia a las relaciones existentes en la pareja respecto a la distribución desigual de poder y recursos por

lo que pueden clasificarse como crisis en las relaciones de simetría y de complementariedad. Aunque idealmente la relación simétrica complementaria sería la deseable para una vida satisfactoria de pareja no siempre sucede de esta manera. La simple existencia de desigualdades no tiene por qué considerarse disfuncional, puesto que en muchas ocasiones se trata más bien de diferencias que de desigualdades, no dando origen a crisis, sino a relaciones compensadas que son consideradas satisfactorias por ambos componentes de la relación. La mayoría de las parejas «tradicionales» de hace algunos decenios se estructuraban en base a una *asimetría complementaria* donde el poder y los recursos estaban desigualmente distribuidos, pero equitativamente compensados. El hombre ostentaba el poder económico y social, la mujer el doméstico y emocional. Como decía Catón el viejo, uno de los patricios más respetados de la Roma Republicana: «Nosotros dominamos el mundo, pero nuestras mujeres nos dominan a nosotros». En otros casos, sin embargo, y con mayor frecuencia en la sociedad occidental actual, las descompensaciones en el equilibrio simétrico dan lugar fácilmente a crisis que afectan a la viabilidad de la relación.

### **Comentarios finales**

Después de todo lo dicho apenas queda lugar para algún comentario adicional. Si alguna cosa queremos subrayar, sin embargo, en estas líneas finales es la necesidad de tener en cuenta tanto los aspectos personales (individuales) como relacionales (interactivos) en una terapia de pareja. Los primeros en nuestra concepción tienen que ver con la dimensión de *complementariedad*, entendida como la contribución aditiva o sustractiva que cada miembro de la pareja aporta a la relación. Estos aspectos contributivos se refieren a los recursos o déficits personales con que cada cual teje los hilos de la interacción afectiva y que son anteriores al establecimiento de la misma, razón por la cual deberán tratarse como tales en el seno de la terapia de pareja. Según las características interactivas de la pareja tales recursos o déficits pueden potenciarse o por el contrario debili-

tarse mutuamente para bien o para mal, influyendo inevitablemente en la dimensión simétrica o asimétrica de la relación. Una personalidad dependiente, por ejemplo, contribuirá necesariamente al balance asimétrico de la pareja. La decisión de tratar los déficits individuales en el contexto de la terapia de pareja o en un contexto individual a parte dependerá en último término de la incidencia que tengan sobre la viabilidad de la relación misma, del consentimiento de las personas implicadas y de la necesidad o conveniencia de hacer partícipe del proceso al cónyuge afectado.

Finalmente, la dimensión relacional o afectiva pasa para nosotros por una profundización que va más allá de las técnicas de comunicación o empatía. Requiere un compromiso en el amor, entendido en su triple dimensión como eros, philia y ágape. No se trata en terapia de conseguir que una pareja simplemente funcione o se desmonte, rompiendo sus ataduras, sino de trabajar el vínculo que es capaz de generar el amor y, si ello no es posible, favorecer que puedan escoger otras opciones libremente.

Todos los problemas vienen de una confusión semántica, dice Luis Racionero (2009): «llamar amor a aquello que no lo es, y que es más bien su opuesto: egoísmo, miedo, posesión, insuficiencia». Y continúa:

«A mi entender el amor en su acepción correcta es una emoción benevolente hacia el otro, mezcla de admiración, deleite, deseo de que el otro sea como quiera y haga lo que quiera hacer. El supremo altruismo, tratar aquello que deseamos con absoluto respeto, sin interferencia exigente, gozándonos en su abrirse espontáneo e incondicionado como si fuera una flor que miramos, olemos, tocamos, pero sin dañar nada su perfume y su color... Amar quiere decir ser responsable, pero no dependiente. Exige un comportamiento dual de fusión de opuestos: estar absolutamente colgado del otro y simultáneamente no exigirle nada... Las tres modalidades del amor que son el enamoramiento, el amor y la relación consisten en diferencias de intensidad amorosa que se suceden en el tiempo. El enamoramiento dura tres meses, el amor tres años y la relación no tiene otro límite que el que le queramos poner».



## Referencias

- Linares, J. L. (2006). *Las formas del abuso* [*The forms of abuse*]. Barcelona, España: Paidós.
- Liotti, G. e Intreccialagli, B. (1996). Los sistemas comportamentales interpersonales en la relación terapéutica [*Interpersonal behavioral systems in the therapeutic relationships*]. *Revista de Psicoterapia*, 26/27, 13-24.
- Platón. (1982). *El Banquete* [*Symposium*]. Barcelona, España: Icaria.
- Punset, E. (2007). *El viaje del amor* [*The journey of love*]. Barcelona, España: Destino.
- Racionero, L (2009). *Sobrevivir a un gran amor seis veces* [*Loving six different times*]. Barcelona, España: RBA.
- Riso, W. (2003). *Ama y no sufras* [*Love and d'ont suffer*]. Barcelona, España: Norma.
- Sternberg, R. J. (1989). *El triángulo del amor: intimidad, amor y compromiso* [*The Triangle of Love: Intimacy, Passion, Commitment*]. Barcelona, España: Paidós.
- Sternberg, R. J. (2002). *El amor es como una historia* [*Love is a Story: A New Theory of Relationships*]. Barcelona, España: Paidós.

