
LA CRISIS DE LAS AVENTURAS EN LAS RELACIONES DE PAREJA

Dr. José Díaz Morfa

Psiquiatra-Psicoterapeuta
Presidente AESC
Consultor de la WPA

C/Albadalejo, 4 – bajo 25
28037 Madrid
Tfo./Fax: 91 448 93 27
E-mail: josediazmorfa@aesc.com.es

Resumen: *Se hace una revisión donde se entienden las aventuras en las relaciones de pareja, como una crisis, que surge desde la relación y/o desde el individuo y que en muchos casos permite un crecimiento individual y como pareja.*

Se abordan las aventuras, desde el contexto cultural en el que ocurren, las dimensiones de las mismas, la prevalencia, las causas de las aventuras, efectos y tipología de las aventuras, el tratamiento de la crisis y se realiza una comprensión psicoanalítica de las mismas.

Palabras clave: aventuras, crisis, tratamiento, psicoanálisis.

Abstract: *A review is made where the affairs are understood in the couple's relationships, as a crisis, that arises from the relationship and/or from the individual and that in many cases it allows an individual and couple growth.*

The affairs are approached, from the cultural context in the one that happen, the dimensions of the same ones, the prevalence, the causes of the affairs, effects and typology of the affairs, the treatment of the crisis and it is carried out a psychoanalytical understanding of the same ones.

Key words: affairs, crisis, treatment, psychoanalysis.

INTRODUCCIÓN

“**Crisis**” se define en el Concise Oxford Dictionary como un punto crítico especialmente en relación a enfermedades o puede interpretarse como un período de peligro o suspenso. Su origen es del griego “krisis”, que significa decisión.

En términos de pareja es un período en el que los conflictos y dificultades se hacen explícitos: esto puede ocurrir después de años de ignorar las dificultades por uno o ambos cónyuges o puede ser un momento crítico de cambio en el que se modifican abruptamente las reglas de la relación, se definen nuevos roles y se impone un nuevo modelo de relación.

Es en este punto crítico específico que la terapia en la crisis puede ofrecer sus efectos más beneficiosos a fin de establecer una adecuada solución y un cambio constructivo.

La crisis en sí misma es solamente una indicación de la necesidad de comprensión y auto expresión en la comunicación de la pareja.

Para algunas parejas o individuos este período de cambio y de confrontación puede ser abrumador y el miedo a la pérdida y la falta de disposición para el cambio pueden ser fundamental. Las reglas de la relación ya no regulan la estabilidad o homeostasis y pueden surgir tensiones asociadas con alteraciones del estado de ánimo. Esto puede llevar a un acting out que requiere contención. Puede existir culpa, una reacción depresiva o manifestaciones psicósomáticas o puede haber actos agresivos que suceden dentro del contexto del abuso del alcohol o drogas. Tanto las parejas como el terapeuta se pueden encontrar desempeñando papeles muy demandantes al enfrentarse con una expresión emocional incontrolada.

Dinámica de las relaciones de pareja.

Berman y Lief (1975) describieron tres dimensiones principales para la dinámica de parejas que están continuamente cambiando en la búsqueda de la homeostasis.

1. *Poder dentro de la relación*, por ejemplo, la mujer puede encontrar una nueva posición de poder adoptando un papel de víctima.
2. *Intimidad*, por ejemplo, si ha existido una relación extramarital que ha sido perjudicial para la relación y la pareja puede distanciarse uno del otro como forma de protección, ante el miedo a la dependencia o al abandono.
3. *Determinación de límites*, por ejemplo, los límites de la pareja pueden cambiar a raíz del nacimiento de un hijo al establecerse nuevos roles como padres.

¿Cómo afecta un acontecimiento crítico, como puede ser una aventura, a la dinámica de las relaciones de pareja?. La crisis quebranta la estructura anterior de la relación y abre el camino para que surjan nuevas pautas a medida que la pareja busca un nuevo equilibrio. Si tienen

intención de preservar su relación estarán motivados para negociar el cambio y buscarán activamente una nueva posición de homeostasis. A la vez, deben movilizar las tres dimensiones de la dinámica de la pareja descritas anteriormente. Sin embargo, la crisis quizás sea el camino para finalizar la relación. La crisis en sí misma puede haberse buscado inconscientemente para un cambio en la relación.

Clasificación de las crisis.

Las crisis se pueden clasificar de forma general y Pittman (1987) facilita una categorización útil.

1. *Acontecimientos externos.* En esta categoría se encuentran percances mayores, desde una muerte súbita en la familia hasta la pérdida del trabajo del que es el soporte económico. La pareja adopta roles tendientes a resolver las dificultades con el objetivo de asimilar y manejar el acontecimiento. Habitualmente hay una búsqueda del/los culpable(s). La pareja sin graves conflictos puede manejar este nivel de prueba y de análisis, pero para la pareja menos estable este acontecimiento puede llevar directamente a viejas rutinas de ataque y contra ataque que luego vuelven a abrir los anteriores problemas de la relación y realzan el efecto de la crisis.
2. *Crisis estructurales.* Estas crisis suceden en parejas que han establecido un modelo de relación estable-inestable que incluye pautas repetitivas de inestabilidad en una relación de larga duración. Los acontecimientos externos pueden concebirse como detonantes de la crisis pero las dinámicas internas constituyen la razón principal para que se produzca. La crisis representa oportunidades de cambio en una pareja que anteriormente ha elegido evitarlo. A un nivel este tipo de relación sobrevive en los picos y depresiones que la mantiene. (Como ejemplo de esto podría ser la relación tormentosa de una pareja alcohólica que pasa de una crisis a otra como resultado de la conducta bebedora del cónyuge). En otro nivel las crisis repetitivas se vuelven destructivas con el paso del tiempo y llevan a través de un proceso de desgaste a la eventual ruptura de la relación.
3. *Crisis de desarrollo.* Las transiciones psicosociales suceden en distintos momentos de la vida cuando las tareas de desarrollo deben negociarse y desarrollarse nuevos roles. Tienen una especial importancia en la pareja cuando la relación también necesita cambiar y se deben definir nuevas reglas y límites. Vines (1979) describe las tareas transicionales como "desenvolvimiento adulto" y las considera como tareas individuales que todos experimentamos en nuestro crecimiento personal dentro de

la vida adulta; tales tareas incluyen el tratamiento de las relaciones con los padres al dejar el hogar, la auto-individuación del adulto, la crisis a mitad de la vida, y la jubilación. Nuestra capacidad de “desenvolvemos” y crecer en estos períodos depende de nuestra renegociación exitosa de los anteriores conflictos intrapsíquicos que a su vez corresponden a las expectativas y mandatos pre-existentes en nuestra infancia. Vines vincula esta experiencia con el “suceso que marca” o externo que coincide temporalmente con el desenvolvimiento en el desarrollo. Estos son acontecimientos que tienen un impacto notable y requieren la rápida adaptación y cambio en la situación de vida de un individuo. Estos “sucesos que marcan” tienen por lo tanto la calidad de crisis tal como la hemos definido. Inevitablemente existe una interacción entre el suceso de desarrollo y el “suceso que marca” y en combinación pueden llegar a ser el punto crítico en la vida de la pareja o el individuo.

La crisis provocada por una aventura puede ser entendida como un acontecimiento externo, o puede formar parte de la estructura de relación de una pareja, por tanto ser una crisis estructural, o la aventura puede ser una forma de afrontar algunas de las crisis o etapas del desarrollo evolutivo del adulto.

Contexto cultural de las aventuras.

Cómo se viven las aventuras depende en gran parte de la cultura. La cultura modela las formas particulares en que se expresan las cuestiones personales. Cerca de 1.000 de 1154 sociedades del pasado o el presente estudiadas por los antropólogos han permitido a un hombre tener más de una esposa (Robert Wright, 1994) Lo más importante, sin embargo, es el significado de la aventura dentro de una pareja en particular. La cultura proporciona el contexto, pero los significados específicos se aprenden en la familia de origen.

Mensajes dobles.

La sociedad occidental valora el matrimonio, la fidelidad, pero también tiene una herencia mezclada y una gran ambivalencia en cuanto a la sexualidad. Por una parte, “el adulterio” continúa usándose en nuestro sistema legal como herramienta para administrar la culpa y el castigo. Al mismo tiempo, el mundo del entretenimiento crea una corriente continua de películas y espectáculos televisivos que utilizan la aventura como el principal argumento. Se odia la pornografía, sin embargo, es un gran negocio. Abundan los argumentos sobre el límite entre arte y pornografía. Las familias en occidente reciben y transmiten constantemente mensajes contradictorios sobre la sexualidad y las aventuras.

Criterios desiguales.

El criterio desigual está presente en libros tales como *Cómo mantener a su hombre monógamo*, Penney, 1989), el cual sugiere que es responsabilidad de la mujer hacer que su marido no se “pierda”. Si él tiene una aventura, ella de algún modo deber tener la culpa. Desgraciadamente, muchas mujeres creen esto, así como también lo creen sus maridos. Muchos espectáculos de entrevistas televisivas transmiten el mismo mensaje. Aún cuando algunos no den por sentado que la aventura del hombre es culpa de la mujer, muchos lo hacen. Y si la mujer tiene una aventura, no es culpa del esposo, si no *su* culpa.

Dimensiones de las aventuras extramaritales.

La definición del término aventura extramarital puede ser amplia y compleja. No todas las aventuras son semejantes y se presentan con muchas variaciones diferentes. La evaluación de una aventura presupone la comprensión de varias dimensiones en las que se puede presentar una aventura. Varios autores han intentado identificar estas diversas dimensiones y sus ideas tienen una considerable solapación (Westfall, 1989, 1995; Humphrey, 1987). El terapeuta debería considerar las siguientes dimensiones de las aventuras y tenerlas en cuenta durante la fase de evaluación del tratamiento:

1. *La frecuencia, duración, y localización de la aventura.*
2. *Número de compañeros sexuales pasados y presentes.*
3. *El género del compañero de la aventura.*
4. *El nivel de actividad sexual.*
5. *Si la aventura(s) son unilaterales o bilaterales.*
6. *El grado de involucración y apego emocional.*
7. *La relación de cada compañero con el compañero extramarital.*
8. *El grado de secreto, mentiras, y decepción alrededor de la aventura.*
9. *Grado de aprobación o consentimiento implícito del compañero traicionado.*

10. *La tolerancia de una aventura extramarital dentro del grupo social de la pareja, la comunidad, el grupo étnico/cultural, y la afiliación religiosa.*

Prevalencia de las aventuras

Hasta hace relativamente poco, era más probable que los hombres casados tuvieran una aventura y no sus esposas (Thompson, 1983). Hoy el porcentaje total es similar entre hombres y mujeres casados (Lawson, 1988)

Las similitudes crecientes entre los hombres y mujeres jóvenes contrastan con las diferencias significativas que se descubrieron entre los hombres y las mujeres que se casaron antes de 1960 en cuanto a la decisión de tener una aventura y la elección de un compañero. Lawson (1988) descubrió que las mujeres que se casaban después de 1970 esperaban sólo cuatro años (un año menos que los hombres) para tener su primera aventura, mientras que las mujeres que se casaron antes de 1960 esperaban 14.6 años (cuatro años más que los hombres). Entre la generación más joven “los hombres han comenzado (estadísticamente hablando) a “parecer” mujeres, y viceversa” (pág...78). Aún así, “aún quedan diferencias llamativas porque para las mujeres la experiencia del adulterio y el divorcio es diferente y mucho más seria que para los hombres” (pág...288).

Yablonsky (1979) encontró que el 47% de los hombres casados habían tenido al menos una aventura y Maykovich (1976) el 32% de las mujeres casadas.

La prevalencia de las aventuras parece estar aumentando, particularmente entre las mujeres más jóvenes que ahora están participando en aventuras en un porcentaje más elevado que sus esposos (Lawson, 1988). No solo hay ahora más mujeres que mantienen aventuras, si no que su participación en aventuras está aumentando en un porcentaje mayor que el de los hombres (Atwater, 1982).

Similares resultados se informan en una encuesta de los lectores de *Psicología Hoy* (Salovey & Rodin, 1985): Cuarenta y cinco por ciento de los que respondieron a la encuesta sobre celos y envidia admitieron una aventura, aunque el 72 por ciento consideraba la monogamia *muy importante* y otro 20 por ciento la consideraba *importante*. Este vacío entre el comportamiento y la creencia es común en las cuestiones con carga emocional.

Un artículo de investigación sobre la infidelidad realizada por Maggie Scarf (1987) indica que alrededor del 55 por ciento de los hombres casados tienen aventuras, y el 45 por ciento de las mujeres casadas tienen aventuras.

Wiederman y col. (1997) analizaron los datos de la General Social Survey (Encuesta Social General) conducida en 1994. Esta muestra

consistió en más de 2.000 encuestados. El encontró que el 22,7% de los hombres informaron una aventura comparados con el 11,6% de las mujeres. Adicionalmente, encontró que para los miembros de la muestra por debajo de los 40 años de edad, no hay diferencia en la incidencia de las aventuras. La incidencia para las aventuras tendía a aumentar para los hombres según envejecían (al menos hasta la edad de 70 años), mientras que para las mujeres la incidencia más alta estaba entre los 30-50 años.

El estudio de Lawson (1988) y el estudio de Atwater (1982) revelan que la experiencia sexual premarital se correlaciona con la posibilidad de tener una aventura –cuanta más experiencia pre-marital, más probable es la aventura.

Estas son cifras moderadas, basadas en lo que la gente está dispuesta a revelar. Mucha gente no admitirá una aventura por miedo a la desaprobación o a repercusiones negativas, o porque aún no la han reconocido totalmente ante sí mismos, ni que decir ante sus cónyuges. Otros aún no han tenido una aventura, pero la tendrán en el futuro. Aún reuniendo estas cifras moderadas, las mismas sugieren que alrededor del 70 por ciento de los matrimonios experimentan una aventura (Brown, 1991).

En la práctica de la terapia de pareja, especialmente la que enfoca los conflictos de pareja y el divorcio, se espera un porcentaje aún más elevado de aventuras. Humphrey y Strong (1976) hicieron una encuesta a los miembros clínicos de la American Association of Marriage and Family Therapy (Asociación Americana de Terapia Marital y de Familia). Los terapeutas informaron que el 46% de las parejas que buscan ayuda hablaron de una aventura en su matrimonio. Una réplica de este estudio en 1984 informó de tasas más altas con algunos terapeutas que informaban que la mayoría de sus casos habían experimentado una aventura (Humphrey, 1985).

Causas de las aventuras.

¿Por qué el actual aumento de aventuras?. Una respuesta común es que el aumento se debe a:

1. Una ruptura moral en nuestra sociedad.
2. Otros señalan el control de la natalidad que permite mayor libertad sexual.
3. Se mencionan los cambios en el lugar de trabajo como que proporcionan mayores oportunidades para que las mujeres y hombres tengan aventuras.
4. Algunos sugieren que la gente está centrada en lo personal, mientras que en el pasado estaban más preocupados por la familia y la comunidad.

La explicación más probable del aumento de aventuras es una confluencia de factores tales como:

1. Nuestras mayores expectativas de satisfacción emocional en las relaciones de pareja.
2. Graves dificultades en la comunicación y en las habilidades de relación;
3. La revolución sexual;
4. Y la estructura cambiante de la vida diaria.

Las aventuras, están significativamente asociadas al descontento con la pareja, falta de satisfacción sexual, y a la disposición personal.

Hay tantas causas de asuntos extramaritales como individuos que los están teniendo. Pero podemos generalizar acerca de fuentes psicológicas diferentes estableciendo un continuum desde el contexto relacional hasta la personalidad individual.

Factores contribuyentes a la probabilidad de asuntos extramaritales

1. Condiciones del contrato marital que aprueban actividad extramarital.
 2. Expectativas culturales de actividad extramarital como integrales y aceptables al contrato matrimonial.
 3. Tensión marital que mina la capacidad de la pareja para sostener cada uno los intereses íntimos del otro y deja a uno o ambos vulnerables para, buscar activamente, aperturas en cualquier otro sitio.
 4. Reducción del compromiso individual basados en la estructura del carácter individual y patología en un matrimonio que parece aceptable.
-

Solo comentaré muy brevemente los puntos 3 y 4, porque son las causas que con más frecuencia vemos en la clínica.

Tensión marital

La tercera categoría de asuntos extramaritales sexuales contiene la mayoría de los casos que vemos clínicamente como terapeutas de pareja. Cuando hay relativamente poca contribución a la dificultad marital desde la psicopatología individual, la tensión en la pareja es introducida desde una gran variedad de fuentes –crisis de desarrollo en la familia, dificultad sexual y su frustración, rabia crónica, transferencias parentales, pérdida del ideal de pareja, etc.

Contribución de la patología individual.

Algunos matrimonios están marcados por asuntos extramaritales desde el inicio, porque uno de los cónyuges está tan temeroso de la idea del

compromiso, que el lazo primario tiene que ser fragmentado entre muchas personas, de manera que con ninguna de ellas tenga un vínculo profundo. La patología del carácter afecta a algunos de manera que no pueden mantener un interés sexual a largo plazo con su pareja. El hecho de que la situación sea provocada por variaciones de un miedo al compromiso, a menudo significa que la capacidad del paciente para el compromiso con la terapia, es igualmente mínima o difícil.

A nivel individual, algunos de los factores más comunes son :

- 1) crisis del desarrollo;
- 2) problemas psiquiátricos;
- 3) orientación sexual;
- 4) y enfermedad médica mayor.

La crisis del desarrollo ocurre cuando la pareja o la familia están teniendo dificultad para moverse de un estadio del ciclo de la vida a otro. Por ejemplo, la mayoría de las parejas experimentan un "estadio de luna de miel". Según la relación evoluciona, los compañeros tienen que aceptar al otro como es en realidad. Ellos pueden experimentar un intenso sentimiento de desilusión hasta el punto en que sienten la necesidad de disolver la relación.

Los problemas psiquiátricos tales como las drogas, el alcohol, y las adicciones sexuales, depresión, ansiedad, trastorno bipolar, y muchos de los trastornos de la personalidad pueden interferir en el funcionamiento de la relación, en especial el trastorno narcisista de la personalidad. La mujer o el hombre narcisistas buscan un enamorado que pueda tranquilizarles con respecto a sus aptitudes para gustar. Los halagos, el deseo del otro, el espejo de sus ojos deslumbrados, representan para ellos los alimentos indispensables para afianzar el sentimiento de su propio valor, sentimiento que, pese a las apariencias, es bastante precario.

El tercer factor que puede aparecer es el de la orientación sexual. Un compañero puede tener conflictos acerca de su orientación sexual que puede interferir en su relación. Una persona puede casarse para "parecer normal" y negar su homosexualidad. Eventualmente tales relaciones pierden su pasión (asumiendo que algo de deseo sexual existía desde el principio) y el secreto puede ser revelado al compañero o ser descubierto. Cuando el compañero extramarital es del mismo sexo, el compañero traicionado siente que no puede competir porque el interés del compañero de la aventura está basado en el género y no en las cualidades del compañero.

El factor individual final es aquel de la enfermedad médica en uno de los compañeros. Un compañero puede desarrollar una enfermedad crónica y potencialmente amenazante de la vida o de acortamiento de la vida. El compañero puede no saber como afrontar esta enfermedad y volverse hacia otra parte como huida. Algunas veces es el compañero enfermo quien tiene la aventura para sentirse joven y sano de nuevo. También, es una forma de afirmar la vida, empezando de nuevo, y sirve para reforzar su negación. Algunas veces los compañeros piensan que van a morir y quieren experimentar tanto de la vida como sea posible.

Tipos de compromiso.

El compromiso en una aventura puede ser sexual, emocional o ambos. Las mujeres son más propensas que los hombres a implicarse emocionalmente en una aventura, mientras que la implicación de los hombres enfatiza más a menudo lo sexual (Glass & Wright, 1985; Thompson, 1984). La repercusión en la pareja es mayor cuando están presentes tanto la implicación sexual como la emocional (Glass & Wright, 1985). Esta mayor alteración, junto con la mayor probabilidad de que sean las mujeres las que se involucren emocionalmente, sugeriría que las mujeres son más propensas que los hombres a abandonar el matrimonio para seguir con la aventura.

Por otra parte, los factores económicos y las responsabilidades del cuidado de los hijos a menudo funcionan en dirección opuesta, manteniendo a las mujeres en el matrimonio.

Glass y Wright (1985) postula un doble código en el cual los hombres y las mujeres enfocan las relaciones extramaritales en formas que son paralelas a sus conductas sexuales en las relaciones premaritales y maritales. El "código" femenino de la conducta extramarital permite a las mujeres estar emocionalmente pero no sexualmente implicadas con otro hombre. El "código" masculino prohíbe la implicación emocional, aunque no sexual, con otras mujeres.

La experiencia clínica se corresponde con los descubrimientos de la investigación que indican que es más probable que la aventura de una mujer amenace el matrimonio (Glass & Wright, 1989; Lawson, 1988). Las mujeres que tienen aventuras suelen estar más insatisfechas en su matrimonio que los hombres y es más probable que estén implicadas emocionalmente con la tercera parte, factores ambos que aumentan la probabilidad de separación o divorcio.

Efecto de las aventuras extramaritales.

Cualesquiera que sean las causas, los efectos secundarios de las aventuras extramaritales corren toda la gama, desde minar a la pareja por un secreto hasta catalizar un renovado intento de construir una mejor relación, sin ser poco común, con éxito considerable. La aventura extramarital es un síntoma de la relación, y su descubrimiento o revelación usualmente constituye una crisis con posibilidades, bien de peligro, o bien de oportunidad. Un peligro surge de la escisión de bueno y malo, en cuyo caso, el matrimonio mantiene el sentido de maldad en el cónyuge “descarriado” y la bondad en el cónyuge que ha sido traicionado. Otro peligro surge del mantenimiento de una vida secreta, que a menudo deja a la otra persona confundida.

Las aventuras extramaritales pueden también tener el efecto de vaciar tensiones en un matrimonio que puede estar en constante conflicto sin ellas, pero usualmente mantienen una escisión en la relación objetal que mina la relación.

La aventura extramarital puede mantener a la pareja unida a través de sus conflictos intrapsíquicos más profundos, como por ejemplo, en los matrimonios histéricos donde los maridos sorprendentemente acepten las relaciones extramatrimoniales de sus esposas. Ninguno amenaza por ese motivo con el divorcio ni se opone activamente a la aventura. Ese amorío extramatrimonial ofrece a los maridos la oportunidad de mantenerse a distancia de sus mujeres, les fortalece en su status de mártires y santos y les libera de compromisos sexuales. Contemplan la relación extraconyugal como si no constituyera un serio peligro para el matrimonio porque, respecto a su amorosa dedicación a la mujer y a su espíritu de sacrificio, se sienten insustituibles y, por ello, no temen que sus esposas les abandonen.

Tipología de las aventuras.

Varios autores han intentado desarrollar diferentes tipologías de las aventuras. Todas las tipologías están basadas en la observación clínica más que en la investigación. Generalmente hablando, intentan simplificar describiendo la naturaleza de la aventura o sugieren la motivación para la aventura. Estas tipologías son clínicamente útiles en que nos dan algunos indicios acerca de las motivaciones que tienen los compañeros para violar los límites de su relación.

Pittman (1989) identificó cuatro patrones comunes en las aventuras: Estos son:

1. *El encuentro accidental.* Un encuentro de una sola vez que usualmente ocurre mientras está bebido, estando con amigos en una fiesta de solteros, etc, y que alguien lo propone.
2. *Flirteo habitual.* Estos compañeros muestran un patrón consistente de cambio de compañeros sexuales y de engaño al compañero primario. Es un patrón adictivo.
3. *Aventuras románticas.* Estas aventuras son acerca de estar enamorado. La persona quiere recapturar el intenso sentimiento de estar enamorado, por ejemplo, para escapar de las dificultades de la vida.
4. *Arreglos maritales.* Los compañeros implícitamente están de acuerdo en que necesitan crear distancia y evitar los problemas de su matrimonio. Uno o ambos compañeros se comprometen en una aventura para lograr esta meta.

Israel Charny (1992) tiene una de las clasificaciones clínicas más extensas para las aventuras extramaritales. El enumera 18 tipos de aventuras.

1. *Corrupción, incluyendo sadismo/masoquismo.* La aventura llevada a cabo como un intento hostil-agresivo, a menudo sirve a las necesidades narcisistas de la persona que tiene la aventura.
2. *Superficialidad y apatía.* La aventura en sí misma esta carente de conexión emocional. Estos tipos de aventuras son repetitivas y genitales.
3. *Escapismo.* La aventura permite al compañero escapar de las tensiones del matrimonio.
4. *“Un tema sin importancia”.* La aventura es sólo para la liberación sexual y la persona afirma que no es de significación emocional.
5. *“Buscar compromiso”.* El propósito de este tipo de aventura es encontrar un compañero de reemplazo.
6. *Enamorándose para amenazar al esposo.* El propósito de esta aventura es forzar a algún cambio en el compañero.
7. *Enamorándose para completar las cualidades perdidas en uno mismo.* El compañero extramarital sirve para llenar las partes perdidas percibidas en uno mismo.
8. *Capacitar la continuación del matrimonio.* La aventura compensa lo que se ha perdido en el matrimonio y consecuentemente lo estabiliza.

9. *Desafiar para la mejora y recreación del matrimonio.* La aventura está diseñada para crear una crisis en el matrimonio que puede ayudar a salvarlo.
10. *Renovación de la excitación y la aventura.* El compañero de aventura espera traer al hogar algo de la excitación de la aventura.
11. *Supervivencia del atrevimiento del deseo.* Este tipo de aventura es experimentado como una prueba de coraje y poder.
12. *Excitación sexual más oportunidad "segura".* Estas aventuras tienen lugar bajo condiciones "seguras" donde la posibilidad de descubrimiento es *mínima*.
13. *Diversión y variedad, anti-aburrimiento, contagio social.* El propósito de la aventura es introducir variedad en la vida del individuo.
14. *Liberación de las tensiones no maritales.* El propósito de este tipo de aventura es escapar de los problemas de la vida diaria.
15. *Esperanza en momentos difíciles.* La aventura es un escape de alguna situación intolerable de la vida tal como una muerte o enfermedad en la familia.
16. *Libertad e independencia.* El compañero que tiene la aventura siente una falta de libertad e independencia en el matrimonio. La aventura es una forma de afirmar la libertad de uno.
17. *Matrimonio abierto.* Ambos compañeros están de acuerdo en tener aventuras bajo condiciones especificadas.
18. *Hedonismo.* –Una insistencia sobre el principio del placer. El compañero que tiene este tipo de aventura se suscribe al hedonismo como principio de vida básico.

Emily Brown (1991) desarrolló una de las más tempranas, útiles clínicamente y mejor conocida de estas tipologías. Brown describe cinco tipos de aventuras.

La tipología se basa en las pautas de comportamiento y en la dinámica emocional de los cónyuges y tiene el propósito de ayudar a comprender la dinámica emocional subyacente entre los cónyuges. Existe una gran variedad de funcionamiento dentro de cada categoría.

Cada una de estas aventuras es distinta y transmite un mensaje diferente. La naturaleza del mensaje escondido se relaciona con las razones emocionales subyacentes que dieron lugar a la aventura. El tipo de aventura puede ser diferente para cada uno de los participantes casados.

Las terceras partes no casadas desean intimidad pero tienen miedo de ser dependientes, o absorbidas.

1. *Aventuras de evitación del conflicto.* La aventura de evitación del conflicto grita al cónyuge, "haré que me prestes atención". Las parejas que no pueden hablar sobre sus diferencias y desilusiones pueden utilizar esta aventura para salir del manto de la amabilidad controlada. El que tiene la aventura es el cónyuge más insatisfecho. El cónyuge que tiene la aventura siempre se las arregla para ser descubierto, y las explosiones del descubrimiento echan a un lado la máscara y ponen en claro que existen problemas serios en la relación. Generalmente, este tipo de aventura se produce relativamente temprano en el matrimonio.

La amenaza para el matrimonio no es la aventura, sino la evitación de los conflictos.

Este es el único tipo de aventura en la que el que tiene la aventura expresa mucha culpa.

2. *Aventuras de evitación de la intimidad.* Los problemas con la intimidad están presentes en todos los tipos de aventuras, pero en la aventura de evitación de la intimidad, la intimidad es el problema. Esta aventura protege contra el dolor y la desilusión –"No quiero necesitarte tanto (de modo que satisficere algunas de mis necesidades en otra parte)". Ambos cónyuges temen bajar las barreras y llegar a ser emocionalmente vulnerables. La aventura, que pronto queda revelada, se convierte en el arma más reciente del armamento. Frecuentemente el cónyuge contesta con otra aventura. La intensidad emocional entre los cónyuges aumenta pero se la invierte en peleas debido a la aventura.

Uno de los indicadores más claros de la aventura de evitación de la intimidad es aquel en que ambos cónyuges están implicados en aventuras. Los evitadores de intimidad son muy buenos para pelear. Su relación sexual es casi siempre parte del conflicto, y sus intercambios verbales están llenos de crítica, sarcasmo, y censura. Las expresiones de culpa no forman parte del cuadro. Debajo de la superficie, sin embargo, existe una gran cantidad de pena y miedo.

En cierto modo la aventura de evitación de intimidad es una imagen reflejo de la aventura de evitación de conflicto: la primera se alimenta del conflicto y minimiza la cooperación, y la última evita el conflicto y se alimenta de la acomodación. Ambas parejas están luchando con la dualidad de ser individuos separados y no obstante interdependientes, pero cada pareja ha abrazado solamente un lado de la dualidad.

3. *Adicción sexual.* "Lléname, me estoy quedando vacío", es el tema del mujeriego o de las mujeres seductoras. Estas aventuras constituyen

la jurisdicción de aquellos que tratan su carencia emocional ganando batallas y haciendo conquistas con la esperanza de obtener afecto.

En este tipo de aventura, importa poco quién es el compañero sexual, aunque lo que puede importar es que tenga buena apariencia, poder, u otros atributos externos. Es probable que los maridos más que las esposas sean adictos sexualmente, posiblemente porque esta utilización del poder es más aceptable para los hombres. Las mujeres seductoras parecen estar más inclinadas a adoptar el papel de la tercera parte no casada.

El cónyuge del adicto sexual puede considerarse como un codependiente. Ambos cónyuges son generalmente personalidades narcisísticas y funcionan en un nivel similar.

4. *Aventuras de nido vacío.* Típicamente, los participantes son hombres de mediana edad que han estado casados durante 20 o más años y se consideran a sí mismos como hombres de familia. Quizás nunca hayan tenido un fuerte vínculo emocional con sus esposas.

En la aventura de nido vacío, el matrimonio se siente vacío, a diferencia de la aventura de adicción sexual, en la que el individuo se siente vacío. Los cónyuges han compartido una habitación durante años y han llevado vidas muy separadas. La comunicación se limita a asuntos prácticos, como sacar afuera la basura, o las necesidades sociales. Los participantes de las aventuras de nido vacío no hacen alarde de su implicación, como los adictos sexuales. La aventura misma es una relación seria, con una historia de cinco o diez años, si no más. Estas aventuras producen heridas mortales a los matrimonios que aún no están muertos.

Hasta hace poco, las mujeres casadas rara vez se involucraban en aventuras de nido vacío. Aunque aún son pocas en número, su participación parece ser un fenómeno creciente. Como grupo, suelen ser más jóvenes, generalmente en sus treinta o a principios de los cuarenta, a diferencia de sus contrapartes masculinos que están en sus cuarenta, cincuenta, o sesenta.

Existen dos variantes de la aventura de nido vacío: “por favor cuídala de modo que pueda abandonarla” y “no te quiero pero no puedo estar sin ti”.

5. *Aventura de puertas afuera.* “Ayúdame a hacerlo_de puertas afuera” es el mensaje que transmite la aventura de puertas afuera. Cualquiera de los cónyuges puede deslizarse en este tipo de aventura cuando piensan en terminar el matrimonio.

El propósito es doble: en la superficie es la búsqueda de la propia validación, mientras que mucho más profundo yace el deseo de evitar tomar la responsabilidad de terminar el matrimonio. Una aventura, si es descubierta, podría hacer que el cónyuge termine el

matrimonio. Para cierta gente esto parece infinitamente más fácil que enfrentar el dolor y las recriminaciones del cónyuge. Por lo menos la aventura es una distracción de las dificultades y la pena de terminar la relación.

Cuando el propósito principal de la aventura es hacer que el otro cónyuge asuma la responsabilidad de terminar el matrimonio, el cónyuge "infidel" se asegura (inconscientemente) que la aventura sea descubierta. Muchos que tienen la aventura se han sentido desilusionados, al descubrir, que incluso con una aventura, el cónyuge no terminará la relación.

Como se puede observar, en todos los tipos de aventuras, excepto en la del nido vacío, la aventura se lleva a cabo en parte, para ser descubierta, por lo tanto, desde el punto de vista clínico nos encontraremos con que la pareja viene a la terapia conociendo la existencia de la aventura, el descubrimiento de esta, es lo que desencadena la crisis y en muchos casos la búsqueda de ayuda terapéutica.

El terapeuta debe ayudar a los cónyuges a cambiar su posición de lucha, a una que trate la aventura como el síntoma de un problema marital. Esto se realiza desarrollando una definición compartida del problema marital, la cual luego se convierte en la base de la terapia. Esta definición debe incorporar aquellos aportes recíprocos de los cónyuges que establecieron el escenario para la aventura. El concepto de colusión nos ayuda a entender la dinámica inconsciente común en la pareja.

Entendemos por colusión (Willi, 1978):

1. El juego conjunto no confesado, oculto recíprocamente, de dos o más compañeros a causa de un conflicto fundamental similar no superado.
2. El conflicto fundamental no superado actúa en distintos papeles, lo que permite tener la impresión de que uno de los miembros es lo contrario del otro, pero se trata meramente de variantes polarizadas de lo mismo.
3. La conexión en el conflicto fundamental similar favorece, en las relaciones de pareja, los intentos de curación individual, progresiva (supercompensadora) en un consorte y regresiva en el otro.
4. Este comportamiento de defensa progresivo y regresivo produce, en parte importante, la atracción y aferramiento diádico de los cónyuges. Cada uno de ellos espera que el

otro le libere de su propio conflicto. Ambos creen estar asegurados por el consorte en la defensa contra sus propias angustias, hasta tal punto que creen posible y accesible una satisfacción de la necesidad en medida no alcanzada hasta entonces.

5. En una larga simbiosis fracasa este intento colusivo de curación individual a causa de la vuelta de lo desplazado que tiene lugar en ambos consortes. Las porciones (delegadas o externalizadas) transferidas al otro cónyuge vuelven, incrementadas, al propio Yo.

Se describen cuatro esquemas fundamentales del juego conjunto inconsciente de los miembros de la pareja:

- La colusión narcisista con el tema “del amor como ser uno mismo”.
- La colusión oral con el tema “del amor como preocupación del uno por el otro”.
- La colusión anal con el tema “del amor como pertenecerse el uno al otro”.
- La colusión fálico-edipal con el tema “del amor como afirmación masculina”.

A cada tipología de la aventura, le corresponde un tipo de colusión:

1. Aventura de evitación del conflicto: Colusión narcisista-oral. Fase de idealización.
2. Aventura de evitación de la intimidad: Colusión oral-anal.
3. Aventura de adicción sexual: Colusión narcisista.
4. Aventura de nido vacío: Colusión oral-fálico-edipal.
5. Aventura de puertas para afuera: Colusión anal.

Teniendo en cuenta sólo a la pareja, es esta, después que se revela la aventura, al analizar el significado de la misma, quien decide si sigue o no con la aventura, no el “infidel”.

A más largo plazo, se trabaja con la pareja, desde el concepto de colusión.

Tratamiento de la crisis.

Las relaciones extramaritales pertenecen a las causas exteriores más frecuentes que conducen a una pareja a terapia de pareja. Los psicoterapeutas se esfuerzan fundamentalmente en adoptar una actitud imparcial y dejan al arbitrio de la pareja el que intenten acomodarse a ese amorío extraconyugal, o quieran disolver su matrimonio, o deban abandonar dicha relación extramarital. Pero en la literatura psicoterapéutica llama la atención cómo se va dibujando un cambio en las ideas de valor de los terapeutas. “Todavía hace pocos años, cuando uno no se mostraba apto para una relación bipersonal estable y duradera, sino que se lanzaba a relaciones fuera del matrimonio, inmediatamente se le achacaba incapacidad neurótica para un compromiso estable, temor a la intimidad o afán de afirmación fálica. Para explicar su conducta, era justificada con actos de la historia de su vida que le impedían una relación bipersonal exclusiva. Hoy se puede apreciar una tendencia a la inversa. La pretensión de la fidelidad conyugal es para uno sospechosa de neurosis. Se ponen los celos en conexión con deseos infantiles de dependencia, miedo a la separación, deseo de posesión, etc., y son causa de tratamiento psicoterapéutico”. (Willi, 1978)

Los profesionales de la salud mental necesitan llegar a estar bien informados sobre el significado de las aventuras y sobre las cuestiones de su tratamiento. Aún más importante, necesitamos comprender cómo nuestros propios sentimientos, conflictos, deseos, temores y experiencias con las aventuras, pueden influir en nuestro trabajo con los pacientes. Cuando podemos separar nuestras propias cuestiones de las de nuestros pacientes, podemos comprometernos en el proceso de la terapia de una manera honesta, comprensiva y terapéutica.

La revelación de una aventura precipita una crisis para la mayoría de las parejas. La crisis es una oportunidad que hay que aprovechar para crecer, pero la mayoría de las parejas no saben cómo utilizar la crisis de forma productiva. Están atrapados en el dolor, la rabia, y la culpa de la aventura y no son capaces de ver más allá de la misma. Para ser eficaz, el terapeuta tiene que superar la obsesión con la aventura y llegar a los problemas fundamentales de la pareja. Esto requiere dejar de concentrarse en lo que está bien y está mal y enfocar los conflictos que comprenden motivaciones inconscientes. Esta es la tarea principal en la fase de crisis. Es una tarea ardua que requiere perseverancia por parte del terapeuta. Para la pareja, significa dejar la culpa a cambio de la esperanza de ser comprendidos y de poder comprenderse a si mismos y al otro.

La naturaleza de la obsesión.

La obsesión funciona como una manera de evitar los problemas que la pareja no ha estado dispuesta a enfrentar antes en su relación y que el cónyuge aún no desea enfrentar. El cónyuge toma la delantera en esta parte del drama, mientras que el que tuvo la aventura intenta apaciguar y disculparse. No importa lo mucho que apacigüe o se disculpe, nunca es suficiente.

La obsesión se produce con todos los tipos de aventuras. Lo extrema que sea depende de la naturaleza de los problemas personales irresueltos del cónyuge y de cómo se trate la obsesión. Los temas comunes que indaga el cónyuge incluyen la rabia de que alguien más esté cosechando las recompensas de sus esfuerzos, sentimientos de celos y abandono, una sensación de ser traicionado, victimizado, o castigado, pena de sentirse rechazado, e impotencia abrumadora.

La historia personal y la obsesión.

Si el abandono, la traición, o el secreto formaban parte de la herencia familiar del cónyuge –y a menudo es así- esta traición hará aparecer algunos de esos viejos fantasmas. Cuando la aventura y la pérdida que representa amenazan la personalidad misma del cónyuge, la sensación básica de abandono se combate con una mayor obsesión. A los cónyuges que son emocionalmente dependientes, o co-dependientes, les resulta particularmente difícil abandonar su obsesión. En aquellos casos extremos en los que el cónyuge celoso comete un homicidio, parece probable que la obsesión, cuando se la combina con fragilidad emocional, impulsividad y una historia de abandono, constituye un factor altamente contribuyente.

La aceptación de los roles tradicionales del sexo también tiene un impacto en los sentimientos que alimentan la obsesión. Cuando el hombre tiene la aventura, la obsesión de la mujer puede ser una defensa contra su miedo de haber sido considerada deficiente como esposa. El hombre cuya esposa tiene una aventura es más probable que se obsesione como una defensa contra el sentimiento de que su hombría está en juego, contra los temores con respecto a su cumplimiento como marido.

En esto, la dinámica del poder entre los cónyuges es importante tenerla en mente. Con anterioridad a la aventura, el que tiene la aventura era el cónyuge más insatisfecho y el que tenía menos poder. La aventura cambia el balance del poder, y este pasa a una posición más poderosa. El cónyuge, enfadado por el cambio en el poder así como por la aventura, intenta reconquistar el role más poderoso obsesionándose con la aventura y la traición del que tuvo la aventura.

Intervenciones para reducir la obsesión.

El ciclo funciona así: “¿Cómo me pudiste hacer una cosa así?. Y luego me mentiste. Esto duele tanto. ¿Cómo pudiste?. ¿Qué es lo que tiene ella que es mucho mejor que yo?. No puedo soportarlo”. El cónyuge probablemente ha repetido esto miles de veces. Necesita repetirlo una vez más, de modo que sepa que ud. lo sabe, pero dos mil veces no va a cambiar nada, ni tampoco una repetición continua. Es útil para todos, incluidos los terapeutas, limitar la discusión de la aventura durante una primera fase del tratamiento.

Razonamiento para atravesar la obsesión.

Como terapeutas, necesitamos dominar nuestra tentación de proteger al cónyuge que obviamente siente un gran dolor. Podemos apoyarlo, reconociendo la pena y la rabia, pero debemos llevar al cónyuge al reconocimiento de los problemas fundamentales de la pareja. Si somos abiertamente compasivos o violentos, estamos aceptando la idea de que el problema se encuentra en el que tuvo la aventura. El colorario de esta idea es que el cónyuge es la víctima. Adoptar esta estructura hace que sea imposible un tratamiento eficaz.

La obsesión con la aventura es el enemigo más grande del cónyuge –la obsesión continua es una garantía de que la relación terminará.

Técnicas para reducir la obsesión.

En la etapa inicial del tratamiento, hay muchos temas y sentimientos que abordar y contener. Estamos tratando la rabia, la culpa, la traición, y la humillación, al tiempo que intentamos identificar el tipo de aventura, calmar la situación, prevenir la conducta impulsiva, reducir la obsesión, y redefinir la aventura como un problema conjunto.

Es bien sabido que la persona que tiene el poder en una situación es la que define el problema y hace que aquellos involucrados estén de acuerdo con esa definición. Cuando se trata la obsesión, es importante que el terapeuta sea el que tiene el poder. Sin una definición compartida, no serán capaces de trabajar en sus problemas mutuos.

Otras estrategias terapéuticas.

Enfatice en tomarse el tiempo suficiente y en examinar todas las opciones. A menudo creen que no tienen otras opciones más que soportar o terminar la relación. Ayúdelos a identificar otras opciones, tales como demorar cualquier decisión por un mes o explorar su capacidad para cambiar aquellas cosas que no les gustan. Desafíelos preguntándoles si están dispuestos a enfrentar este problema difícil.

Prevenga las decisiones prematuras. Puede sugerir que no se tomen decisiones sobre la relación hasta que se den cuenta de cómo llegaron a la situación actual.

Tan pronto como sea posible, obtenga una buena historia familiar que incluya información sobre las pautas sexuales y otras aventuras en la familia. Ayude a la pareja a ver las conexiones entre las pautas familiares y las cuestiones actuales. Los genogramas (ver McGoldrick & Gerson, 1985) son una herramienta útil para destacar las pautas dentro de la familia.

Las intervenciones que redefinen la aventura algunas veces son útiles. Puede descalificar la aventura diciendo “ése no el problema” y regresar a la tarea principal. Si eso no funciona, puede paradójicamente elogiar la aventura: “Debe haber sido una relación maravillosa para que le presten tanta atención”. Con el cónyuge histérico sugiera, “Está teniendo una aventura con esa aventura. ¿Es lo que desea hacer?”. Si existe algo que no desea hacer, es validar la aventura.

Manejando la obsesión persistente.

Para algunos cónyuges es más difícil que para otros salir de la obsesión. La obsesión persistente puede ser activa o pasiva; la extrema falta de sensibilidad también es obsesiva. La obsesión es más difícil de manejar cuando

1. el cónyuge carece de una adecuada autoestima.
2. cuando su identidad está atada a la de su compañero/a, o
3. cuando la aventura repite de alguna manera las cuestiones no resueltas de su pasado.

Con estos cónyuges, explore las cuestiones fundamentales que hacen tan difícil aceptar la responsabilidad de los problemas maritales.

A algunos terapeutas les preocupa presionar demasiado a un cónyuge obsesivo. En la medida que la confrontación se realice con cuidado, con respecto por el dolor del cónyuge, esto es casi imposible. No se le pide al cónyuge que abandone los sentimientos de pena y rabia, solamente la obsesión con la aventura.

El objetivo del manejo de la obsesión es hacer que ambos cónyuges trabajen en las cuestiones que han estado evitando.

Comprensión psicoanalítica de las aventuras.

“A medida que, a lo largo de los años, uno se vuelve más capaz de amar en profundidad y apreciar con realismo a otro como parte de su vida personal y social, él o ella puede encontrar *partenaires* posibles, que podrían ser no menos satisfactorios o incluso mejores. De modo que la madurez emocional no asegura una estabilidad sin conflictos para la pareja. El compromiso profundo con una persona y los valores y experiencias de una vida compartida enriquecen y protegen la estabilidad de la relación, pero si el autoconocimiento y la autoconciencia son profundos, cada *partenaire* puede experimentar, de tiempo en tiempo, el deseo de otras relaciones (cuya posibilidad puede haber sido evaluada con realismo) y repetidos renunciamentos. Ahora bien, renunciar a un deseo puede añadir también profundidad a la vida del individuo y la pareja, y la reorientación de los anhelos, fantasías y tensiones sexuales dentro de la relación de pareja puede constituir una dimensión adicional, oscura y compleja de su vida amorosa. En el análisis final, todas las relaciones humanas deben terminar, y la amenaza de pérdida y abandono y, en última instancia, de muerte, es mayor allí donde el amor ha sido más profundo; la consciencia de esto también lo profundiza. De hecho, la capacidad para la

discontinuidad en la relación desempeña un papel central en su mantenimiento.”(Kernberg, 1995).

Las triangulaciones

Las triangulaciones directas e inversas, constituyen los guiones inconscientes más frecuentes y típicos, que en el peor de los casos destruyen la pareja, o en el mejor refuerzan su intimidad y estabilidad. Kernberg, llama *triangulaciones directas* a la fantasía inconsciente de ambos *partenaires* con un tercero excluido, un miembro idealizado del género del sujeto: el rival temido que duplica al rival edípico. Todo hombre y toda mujer teme consciente o inconscientemente la presencia de alguien que sería más satisfactorio para su pareja; este tercero es el origen de la inseguridad emocional en la intimidad sexual, y los celos como señal de alarma que protege la integridad de la relación.

La triangulación inversa es la fantasía compensadora y vengativa de compromiso con una persona que no sea el *partenaire*, un miembro idealizado del otro género que representa el objeto edípico deseado, con lo cual se establece una relación triangular en la que el sujeto es cortejado por dos miembros del otro género, en lugar de tener que competir con el rival edípico del mismo género por el objeto edípico idealizado del otro género. Kernberg propone que, en vista de estas dos fantasías universales, en el plano de la fantasía, potencialmente, la cama siempre es compartida por seis personas: la pareja, sus respectivos rivales edípicos inconscientes y sus respectivos ideales edípicos inconscientes.

Una forma que toma a menudo la agresión relacionada con los conflictos edípicos (en la práctica clínica y en la vida diaria) es la colusión inconsciente de ambos *partenaires* para encontrar realmente una tercera persona que represente, de manera condensada, el ideal de uno y el rival del otro. Esto implica que lo más frecuente es que la infidelidad marital, las relaciones triangulares breves y las duraderas, reflejen colusiones inconscientes en la pareja, la tentación de escenificar lo más temido y deseado. En el cuadro entra una dinámica homosexual y heterosexual, porque el rival inconsciente es también un objeto deseado sexualmente en el conflicto edípico negativo: la víctima de la infidelidad a menudo se identifica inconscientemente con el *partenaire* que traiciona, en fantasías sexuales acerca de la relación de este último con el rival odiado con celos. Cuando la patología narcisista severa en uno o ambos miembros de la pareja hace imposible que haya capacidad para los celos normales –una capacidad que implica lograr una cierta tolerancia a la rivalidad edípica-, es fácil que estas triangulaciones se escenifiquen.

La pareja capaz de mantener su intimidad sexual, de protegerse contra la invasión de terceros, no sólo conserva sus límites convencionales obvios sino que también reafirma, en su lucha contra los rivales, la gratificación inconsciente de la fantasía del tercero excluido, un triunfo

edípico y una sutil rebelión edípica al mismo tiempo. Las fantasías sobre el tercero excluido son componentes típicos de las relaciones normales. La contracara de la intimidad sexual que permite el goce de la sexualidad perversa polimorfa es el disfrute de fantasías sexuales secretas que, de manera sublimada, expresan la agresión hacia el objeto amado. La intimidad sexual nos presenta entonces una discontinuidad más: la discontinuidad entre los encuentros sexuales en los que ambos *partenaires* quedan completamente absorbidos y se identifican recíprocamente, y los encuentros sexuales en los que se escenifican guiones fantaseados secretos, con lo cual se lleva a la relación las ambivalencias irresueltas de la situación edípica.

Si bien la disociación frecuente del amor erótico respecto del amor tierno es la dinámica subyacente de muchas relaciones triangulares prolongadas, también lo es la búsqueda de un *partenaire* que compense frustraciones importantes. Algunas relaciones extramaritales tienen como función principal proteger al matrimonio de un aspecto suyo inconscientemente temido, y en realidad lo consolidan al reducir su nivel de intimidad. La culpa inconsciente por la naturaleza gratificante y realizadora de una relación amorosa, en particular un matrimonio, puede reflejar los efectos de una patología del superyo en uno o ambos *partenaires*.

A veces la elección de un *partenaire* incluye esfuerzos por curar la propia patología. Un hombre con autoengrandecimiento narcisista, desvalorización cínica del compromiso con los valores éticos y la convicción de que el mundo es hedonista y egocéntrico puede escoger a una mujer con un profundo compromiso con los valores éticos y un hondo aprecio a esos valores en los otros. Al ser atraído por esa mujer y tentado a pisotear sus valores como parte de una compulsión de repetición de sus conflictos narcisistas, quizá también escenifique la esperanza inconsciente de que ella triunfe moralmente sobre su cinismo. De este modo, los esfuerzos curativos pueden desarrollarse en los sistemas del ideal del yo de la pareja y en los conflictos pasados inconscientes.

A veces, cuando un *partenaire* mantiene una relación con un tercero, ésta es preliminar a la destrucción de la pareja (es decir, la pareja o el matrimonio se disuelve y da origen a una nueva formación de pareja); otras veces, el matrimonio parece estabilizarse con la presencia del tercero. En este último caso hay diversos desenlaces posibles. A menudo, la aventura de uno de los *partenaires* permite la expresión estabilizadora de los conflictos edípicos no resueltos. Una mujer frígida con el marido y sexualmente satisfecha por el amante quizás experimente un estremecimiento consciente y una sensación de satisfacción que sostienen el matrimonio, aunque inconscientemente disfruta del esposo como representante transferencial odiado del padre edípico. En la relación dual, experimenta un triunfo inconsciente sobre el padre que tenía a la madre y a ella bajo su control, mientras que ahora ella es quien tiene a dos hombres bajo el suyo. El deseo de tener una aventura puede también derivar de la culpa inconsciente por experimentar la relación matrimonial como un triunfo edípico, sin animarse a establecer una identificación total

con la madre edípica; ese juego a la ruleta rusa con el matrimonio es entonces acting out del conflicto entre el deseo y la culpa.

Paradójicamente, cuanto más profundas y completas se vuelven estas relaciones marital y extramarital paralelas, más tienden a la destrucción, porque la escisión de la representación objetal alcanzada a través de la situación triangular finalmente se va perdiendo. Las relaciones paralelas, con el paso del tiempo, tienden progresivamente a parecerse, imponiendo una carga psicológica cada vez más difícil de sobrellevar. Que estas relaciones se mantengan secretas o se las acepte abiertamente depende por supuesto de otros factores, como por ejemplo la medida en que los conflictos sadomasoquistas desempeñan un papel en la interacción marital. Lo más frecuente es que la "apertura" en cuanto a las relaciones extramatrimoniales sea una interacción sadomasoquista y refleje la necesidad de expresar agresión o defenderse de sentimientos de culpa.

Las situaciones triangulares, en especial las que incluyen una relación extramarital duradera y estable, pueden tener efectos complejos y variables sobre la relación de la pareja primaria. Las relaciones triangulares estables por lo general reflejan diversos tipos de formaciones de compromiso que involucran conflictos edípicos no resueltos. Pueden proteger a la pareja contra la expresión directa de algunos tipos de agresión, pero en la mayoría de los casos declina la capacidad para la intimidad y profundidad reales, como precio por la protección obtenida.

Cuanto más abierta, indiscriminada y promiscua sea la conducta sexual, más probable es que la psicopatología de la pareja contenga rasgos preedípicos con predominio de la agresión y necesidades sexuales infantiles perversas polimorfas. Entre los miembros de la pareja se produce un deterioro progresivo de las relaciones objetales internalizadas y del goce sexual.

El papel de los objetos escindidos

Desde la teoría de las relaciones objetales se contemplan las aventuras extramaritales como representantes de aspectos que han sido escindidos y puestos fuera de los límites de la relación de pareja.

La escisión del vínculo físico del vínculo marital implica la incapacidad del individuo para lograr una integración de su vida objetal – esto es, conseguir la posición depresiva- dentro del contexto marital.

Es frecuente en la elección de pareja, encontrar alguien con un funcionamiento complementario: un hombre quien proyecta un rasgo de su carácter escindido puede encontrar una esposa dispuesta a aceptar esa proyección, mientras ella le asigna un papel complementario a él. Por ejemplo, un marido puede negar la debilidad en si mismo al encontrar una esposa dependiente a quien tenga que cuidar. Al mismo tiempo, ella le asigna la fuerza pero quizás también una cualidad de insensible mientras ella adquiere la función de "sensibilidad" por los dos. Según avanza el

matrimonio, estas divisiones del self y del otro, no pueden prolongarse, conduciendo a renovar los intentos de encontrar a personas que puedan ser recipientes de las proyecciones.

Desde su primera aparición durante la infancia, la escisión ocurre al servicio de temáticas en cada nivel del desarrollo. Ya que cada etapa del desarrollo se apoya en la base de etapas previas, una debilidad temprana en esta capacidad integrativa pasa por pasos subsiguientes, asumiendo un nuevo significado en cada nueva etapa. Así, entendido en el nivel de vinculación más temprano, -es decir, en la etapa oral- la escisión de objetos, que toma la forma literal de aventuras sexuales, puede significar una vinculación demasiado íntima y simbiótica contra la cual se lucha, y/o puede hablar de una separación de la pareja como objeto primario. La dificultad de contener los objetos buenos y malos dentro de la vinculación única puede funcionar para protegerse uno mismo de la frustración y la agresión de manos del objeto. En la etapa siguiente de separación e individuación que aproximadamente corresponde al nivel del desarrollo anal, los temas de la aproximación son tratados a través del intento de controlar el objeto. La persona intenta mantener el acceso al objeto a través de diversas maniobras, dividiéndolo en piezas (por ejemplo a través de múltiples aventuras), dominándolo, y controlando su acceso a la persona misma sin ceder a la dominación por el objeto. La agresión es crucial aquí, en el servicio de las luchas por el control, como lo es en todos los niveles de escisión. En la fase fálica-narcisista, la persona puede utilizar el control del objeto para mantener una reflexión favorable o de confianza en si mismo y para evitar las amenazas de la castración.

Herbert S. Streehan ha clasificado la dinámica inconsciente del individuo que tiene una aventura extra-marital en cuatro grupos superpuestos que él cree que contienen lo esencial de la mayoría de las aventuras:

1. la pareja es un objeto incestuoso con quien el sexo es prohibido;
2. la pareja como personificación del super Yo contra el cual se lucha;
3. la aventura como una expresión de la bisexualidad especialmente en situaciones de personalidad múltiple y
4. la aventura como una defensa contra una relación simbiótica con la pareja.

Finalmente, cuando la escisión sirve al tema del desarrollo edipal, el foco estará simultáneamente en la evitación y el mantenimiento de los aspectos incestuosos del vínculo sexual. Toda sexualidad adulta descende de las experiencias que uno ha tenido con sus padres, pero los temas edipales no elaborados ni sublimados, muchas veces, son la parte principal de los temas que causan las aventuras. (Por otra parte, la presencia de una aventura no debe causar la presunción del desarrollo edipal). La recreación de una situación triangular y los intentos de recuperar un equilibrio perdido entre la madre y el padre tienen tantas versiones que no podemos enumerarlas aquí. Podemos decir que el "actuar" los temas edipales en vez de incorporarlos dentro del matrimonio suele ser una solución inmadura o patológica. La propensión de "actuar" estas escisiones

en vez de resolverlas dentro de una relación constituye una falla temprana que continúa a través de todos los niveles del desarrollo.

El papel del secreto.

Otro elemento importante en la aventura extramarital es el papel del secreto. Alfred Gross destaca que la función de tener secretos cambia según la etapa psicosexual de la persona. En la etapa anal, la necesidad de tener un secreto es la necesidad de controlar una posesión y retener el objeto. Según se desarrolla el niño, el conflicto se manifiesta en los impulsos ambivalentes de retener o entregar el secreto. En la etapa fálica se suele usar el secreto al servicio del exhibicionismo narcisístico, y finalmente en la etapa edípica, es usado como un medio para iniciar amistades, mantener la confianza, y como una ayuda para seducir. En el periodo edípico, la neurosis infantil puede adoptar la cualidad de secreto en la que "el niño puede identificar el secreto con los órganos genitales adultos y por este u otro medio, internalizar el secreto como un sustituto de sus deseos edípicos e incorporarlo a su Yo".

Si ampliamos la introspección de Gross sobre los secretos y lo aplicamos a las aventuras como la vida secreta del matrimonio, podemos ver como pueden expresar diferentes aspectos de la relación.

- I. El secreto de la aventura puede ser más importante que la relación sexual en si misma expresando distancia y resentimiento hacia la pareja. Esto puede tener la cualidad del control anal del objeto –“no te doy todo de mí porque me hago cargo de mí mismo” –o de una defensa contra la fusión simbiótica más temprana –“mi intimidad sexual está con otro. Por lo tanto, estoy separado de ti”. O puede expresar un exhibicionismo –“mira lo que puedo hacer. Soy más poderoso que lo que me permites ser”. O puede reflejar una relación edípica –“puedo tener el padre/madre quien tú como mi madre/padre no me permitiría tener si lo supieras”.
- II. Desde otro punto de vista, el secreto puede ser mantenido en desafío del objeto anti-libidinal como super Yo, para mantener el vínculo, mientras se permite el placer auto-prohibido.
- III. Finalmente, el secreto puede ser compartido por los dos miembros de la pareja, consciente o inconscientemente en una solución falsa de los temas edípicos y en un intento de tener una intimidad alrededor del secreto que no pueden tener directamente a través del sexo. En esta motivación paradójicamente constructiva, el secreto compartido, puede ser también un intento de introducir algo de amor físico a un matrimonio en el que falta ese amor, para mantener el matrimonio mismo.

Por supuesto, la perspectiva alternativa es también importante. ¿Cuál es el papel del secreto entre el esposo/a y el/la amante?. La misma dinámica se aplica aquí, y puede ser edípico, simbiótico, o al servicio de controlar la agresión. Por ejemplo, los amantes pueden estar compartiendo una intimidad cuyo secreto es la victoria edípica compartida y esta victoria compartida constituye el patetismo principal de su relación. No obstante, para otros, el secreto compartido puede existir para establecer una simbiosis libre del objeto materno amenazante, para probar que el objeto malo no está “consciente” en el romance secreto.

La identificación sexual.

Uno de los temas más frecuentes en la génesis de las aventuras extramaritales es la identificación con la madre o el padre. La identificación adulta con los padres, que es actuada, representa un regreso a la identificación infantil con el padre o la madre en una constelación fantástica.

La comprensión de las aventuras extramaritales como representaciones de barreras a las relaciones objetales completas dentro del matrimonio conduce a muchos temas que debilitan este logro. Fuentes de la historia temprana objetal y las fases del desarrollo de cada miembro de una pareja y de la familia completa ofrecen nuevos ataques sobre el matrimonio vulnerable. En algunas circunstancias, no obstante, la aventura extramarital puede ser un intento de poner el amor en un matrimonio deprivado. Y a veces, funciona: un compañero desconocedor es empujado hacia un nuevo conocimiento de lo que faltaba, y con o sin más ayuda, la pareja se reorganiza de mejor manera. No obstante, también muchas veces esto no tiene éxito y el esfuerzo no sirve para nada o causa lo contrario a lo que consciente o inconscientemente se buscaba.

Importa grandemente si la relación entre la pareja es una con un marco básicamente seguro y amoroso en el cual algo ha ido mal, o es uno de conflicto crónico y desconfianza en el cual la aventura extramarital sólo es una añadidura a la lista de quejas, una herida más. Esta calidad subyacente del matrimonio es el ingrediente principal en la evaluación de si el asunto extramarital será una diferencia, un intento benigno de conseguir algún afecto o valoración dentro del matrimonio o un asalto maligno en el mismo.

La meta terapéutica consiste en promover niveles más altos de integración de la persona y de las relaciones objetales. Según esta definición de la meta terapéutica, la aventura será vista como una fragmentación del matrimonio, haciendo que sea difícil o imposible para la pareja unirse aunque pueda servir para propósitos defensivos comunes, en cada uno de los cónyuges.

La integración de las partes escindidas de la relación emocional y sexual, es la tarea del trabajo terapéutico en las parejas cuya dificultad está expresada en parte por la aventura extramarital.

BIBLIOGRAFÍA

- Atwater, Lynn. *The extramarital connection*. New York: Irvington, 1982.
- Berman, E., & Lief, H.I. *Marital therapy from a psychiatric perspective: An overview*. American Journal of Psychiatry, 132, 583-592. 1975.
- Brown, E. *Patterns of infidelity and their treatment*. New York: Brunner/Mazel, 1991.
- Charny, I.W. *Catering and not catering affairs: The proper and improper pursuit of extramarital relationships*. En I.W. Charny (Ed.), *Existential/dialectical marital therapy* (págs. 220-244). New York: Brunnel/Mazel, 1992.
- Charny, I.W., & Parnass, S. *The impact of extramarital relationships on the continuation of marriages*. Journal of Sex & Marital Therapy, 21 (2), 110-115, 1995.
- Diaz Morfa, J. *Prevención de los conflictos de pareja*. Olalla ediciones, Madrid, 1998.
- Glass, S., & Wright, T. *Justifications for extramarital relationships: The association between attitudes, behaviors, and gender*. The Journal of Sex Research, 29, 361-387, 1992.
- Gross, A. *The secret*. Bulletin of the Menninger Clinic 15:37-44. 1951.
- Humphrey, F.G., *Extramarital affairs and their treatment by AAMFT therapist*. Paper presented at the meeting of the American Association of Marriage and Family Therapy, New York, NY, Octubre, 1985.
- Humphrey, F., *Treating extramarital sexual relationships in sex and couples therapy*. En G. Weeks & L. Hof (Eds.), *Integrating sex and marital therapy: A clinical guide* (págs. 149-170). New York: Brunner/Mazel, 1987.
- Kernberg, O. *Relaciones amorosas. Normalidad y Patología*. Ed. Paidós, Buenos Aires, 1995.
- Lawson, Annette. *Adultery: An analysis of love and betrayal*. New York: Basic Books. 1988.

- McGoldrick, M., & Gerson, R. *Genogramas en la evaluación familiar*. Gedisa Editorial, Buenos Aires, 1987.
- Pittman, F. *Privates lies*. New York: Norton, 1987.
- Pittman, F. *Turning points: Treating families in transition and crisis*. New York: Norton, 1987.
- Scarf, M. *Intimate partners: Patterns in love and marriage*. New York: Random House, 1987.
- Scharff, D., & Scharff, J. *Object relations family therapy*. New York: Aroson, 1987.
- Scharff, D., & Scharff, J. *Object relations couple therapy*. New York: Aroson, *Journal of Marriage and the Family*, 46, 35-42, 1995.
- Stream, Herbert, S. *The extramarital affair*. New York: The Free Press, 1980.
- Thompson, A.P. *Emotional and sexual components of extramarital relations*, 1984.
- Vines, N.R. *Adult unfolding and marital conflict*, *Journal of Marital and Family Therapy*, 5, 2:5-14, 1979.
- Weeks, G. R., Treat, S.R. *Couples in Treatment*. Brunner-Routledge, Philadelphia, 2.001.
- Westfall, April. *Extramarital sex: The treatment of the couple*. In G. R. Weeks (Ed.). *Treating Couples* (pág...163-190). New York: Brunner/Mazel, 1989.
- Wiederman, M.W. *Extramarital sex: Prevalence and correlates in a national survey*. *The Journal of Sex Research*, 34(2), 167-174.
- Willi, J., *La pareja humana: relación y conflicto*. Ed. Morata, Madrid, 1978.
- Wright, R. *The moral animal: Evolutionary psychology and everyday life*, Pantheon, USA, Agosto, 1994.
- Yablonsky, L. *The extra-sex factor: Why over half of America's married men play around*. New York: Times Books, 1979.