



UADY

FACULTAD DE
PSICOLOGÍA

LA COTERAPIA DE PAREJA CON ENFOQUE SISTÉMICO

**TESIS
QUE PARA OBTENER EL GRADO DE
MAESTRO EN PSICOLOGÍA APLICADA EN EL ÁREA DE
CLÍNICA PARA ADULTOS**

**PRESENTA
LIC. EN PSIC. MANUEL RODRIGO MORALES PACHECO**

**DIRECTOR
MTRO. RICARDO RAFAEL CASTILLO AYUSO**

**MÉRIDA, YUCATÁN, MÉXICO
SEPTIEMBRE 2016**

Agradezco el apoyo brindado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACYT) por haberme otorgado la beca No.329432 durante el periodo agosto 2014-julio 2016 para la realización de mis estudios de maestría que concluyen con esta tesis, como producto final de la Maestría en Psicología Aplicada de la Universidad Autónoma de Yucatán.

Declaro que esta investigación es de mi propia autoría, a excepción de las citas de los autores mencionadas a lo largo de ella. Así también declaro que este trabajo no ha sido presentado previamente para la obtención de ningún título profesional o equivalente.

Dedico este trabajo a todos mis colegas psicoterapeutas que comparten esta noble profesión, enamorados del trabajo con parejas y apasionados por el crecimiento e innovación. Espero que este trabajo les dé luz, apoyo e inspiración para continuar con el desarrollo de nuevas y mejoras técnicas, estrategias y alternativas de intervención y así lograr que quienes confían en nosotros como terapeutas encuentren la ayuda que necesitan.

Agradecimientos

Primeramente, quisiera agradecer a mi asesor de tesis, el Mtro. Ricardo Castillo Ayuso por su paciencia, respeto y confianza durante todo el proceso de realizar este trabajo, así como por su tiempo y experiencia. Ricardo, sin duda fuiste de gran ayuda para poder realizar este trabajo e hiciste que el proceso fuese mucho más ágil, cómodo y fácil de llevar. En verdad te agradezco por el respeto y la confianza que me tuviste, así como por la motivación que me diste en nuestras reuniones. Encontraste las palabras adecuadas para guiarme a la meta.

También quisiera agradecer a la Dra. Silvia Álvarez Cuevas por su generosidad al dedicarme tiempo y su experiencia para la supervisión del caso. Silvia, sin duda no tenías por qué hacerlo, pero aun así lo hiciste. En verdad valoro y aprecio lo generosa que fuiste conmigo.

Agradezco a Mauricio y Fabiola por su confianza y generosidad. Gracias por confiar en nosotros, por permitirnos aprender de ustedes y con ustedes, así como por darnos la oportunidad de compartir esta experiencia con los demás. Sin ustedes este trabajo no hubiese sido posible.

Y finalmente quisiera agradecer a mi esposa, colega y compañera de vida, la Lic. En Psic. Daniela Solís de la Peña. Danny, gracias por ser quien eres y por ser como eres. Te admiro enormemente y me encanta que podamos trabajar juntos, aprendiendo uno del otro y creciendo en pareja. Es todo un privilegio trabajar a tu lado y que podamos compartir esta profesión que tanto nos apasiona. Sin ti, este trabajo no hubiese sido posible.

Índice

Capítulo 1	1
1.1 Características generales de la problemática o el caso que se abordó	1
Planteamiento del problema	2
Objetivo de investigación	3
Justificación	3
1.2 Sustento teórico del abordaje	5
La pareja	5
La comunicación	6
El manejo de las emociones	7
La sexualidad	9
El grado de diferenciación de la Familia de Origen	9
Factores/Áreas de conflicto en la pareja	10
Características de la Terapia Sistémica	11
Modelo Estructural	12
Modelo Estratégico	14
Terapia Breve del Mental Research Institute (MRI)	16
Terapia Breve Centrada en soluciones	20
Modelo de Milán	21
Coterapia de Pareja	23
Ventajas de la Coterapia de pareja	24
Género y su interacción en la Coterapia	25
Capítulo 2. Evaluación diagnóstica del problema o caso	27
2.1 Descripción del Escenario	27

Clientes	27
Motivo de consulta	30
Contexto del proceso terapéutico y permisos pertinentes	30
2.2 Técnicas y/o instrumentos utilizados	30
Técnicas	30
Instrumentos	31
2.3 Procedimiento de la Evaluación Diagnóstica	32
Descripción de las sesiones	34
Sesión 01	34
Sesión 02	39
Sesión 03	44
Resultados de la Evaluación Diagnóstica	50
Capítulo 3. Programa de Intervención Desarrollado	52
3.1 Criterios utilizados para diseñar el programa de intervención	52
3.2 Objetivos del programa de intervención	53
3.3 Recursos utilizados	54
Técnicas	54
3.4 Procedimiento de intervención	55
Descripción de las sesiones	59
Sesión 04	59
Sesión 05	73
Sesión 06	121
Sesión 07	147
Sesión 08	169
Sesión 09	180

Sesión 10	188
Capítulo 4. Evaluación de los Efectos	200
4.1 Resultado de la aplicación de instrumentos	200
4.2 Cambios registrados	209
Capítulo 5. Discusión	218
5.1 Relación intervención – cambios observados	218
Relación entre la Evaluación diagnóstica y el Programa de intervención	218
Relación entre objetivos del Programa de intervención y los Motivos de consulta	219
Relación entre las intervenciones y los cambios observados	221
La influencia de la Coterapia en el alcance de los objetivos.	226
5.2 Comparación cambios observados – literatura sustento	229
5.3 Sugerencias y Conclusiones	232
Referencias	233
Apéndice A. Formato de consentimiento informado	238
Apéndice B. Listado de Técnicas utilizadas en el Programa de Intervención	239
Apéndice C. Preguntas de Evaluación	245

Capítulo 1. Introducción

1.1 Características generales de la problemática o el caso que se abordó

Parte de estar en una relación implica un proceso de adaptación hacia la pareja, sus hábitos, gustos e intereses, lo cual puede generar que se den conflictos que se necesitan atender, si la pareja desea permanecer en una relación saludable. En relación a lo anterior, Meza-de-Luna y Romero-Zepeda (2013) señalan que las áreas y factores de conflicto que son más comunes en las parejas suelen ser las siguientes: a) tiempo (cuando no hay un acuerdo entre las expectativas del respeto de éste), b) recursos (tangibles y simbólicos), c) comunicación (disponibilidad para hablar, qué tan apropiada es y protocolos), d) emociones (qué tanto se validan, grado de tolerancia para expresarlas), e) cuerpo (salud de la pareja, sexualidad, aspecto) y f) preferencias (relacionadas con el orden en casa y gustos personales).

Por su parte, Armenta-Hurtarte, Sánchez-Aragón y Díaz-Loving (2012) presentan otros factores que pueden ser fuentes de conflictos en la pareja. Estos factores que señalan son: ámbito económico-laboral (aquellos aspectos de trabajo relacionados con el funcionamiento de la pareja), relación de otras personas ajenas a la pareja (familia extendida, amistades, compañeros de trabajo y vecinos), hijos (no sólo la presencia o ausencia de hijos, sino también la relación que tienen los padres con ellos), hábitat (elementos del aspecto físico de donde reside la pareja, es decir, describe cómo el espacio que ocupa el hogar es o no suficiente para ellos), salud (cuidado y prevención de enfermedades que realizan los miembros de la diada, así como gastos que genera una enfermedad, problemas que surgen en la relación a partir de problemas de salud, el estrés y el impacto que conlleva todo esto en la calidad de la relación de pareja). De no atenderse estos conflictos y de no resolverlos adecuadamente, puede llevar a que la pareja sufra tensión, que se desarrolle un distanciamiento emocional entre los

miembros, y se enfrenta a una serie de consecuencias que escalan en gravedad, tales como: ansiedad, depresión, infidelidad (Brown, 2013; Glass, 2003), violencia e incluso la muerte. Es por esto que es importante atender los conflictos que surgen durante la vida en pareja y la terapia de pareja ha demostrado ser una buena estrategia de solución de estos.

No obstante, la terapia de pareja también se puede enfrentar a ciertas dificultades o limitaciones relacionados con los roles de género de quienes asisten a esta, actitudes hacia el terapeuta, la formación de alianzas del terapeuta con alguno de los miembros de la pareja, entre otras. Por ejemplo, es posible que al ser atendidos por una terapeuta mujer, el hombre de una pareja heterosexual se sienta en desventaja o incómodo por la posibilidad de hablar de ciertos temas frente a una mujer o viceversa. Así mismo, debido a que son dos personas quienes tienen necesidad de hablar y de ser escuchados por un terapeuta, puede ser complicado responder a estas necesidades y rescatar la mayor cantidad de información, pues son diferentes tareas que se cumplen al mismo tiempo.

Por tanto, en el siguiente trabajo se presentará un caso de terapia de pareja en el cual se realizó una intervención desde el enfoque sistémico, la cual fue realizada en coterapia, es decir, por dos terapeutas, uno hombre y uno mujer, al mismo tiempo durante las sesiones quienes, a su vez, son también un matrimonio fuera del ámbito profesional.

Planteamiento del Problema.

El caso que se atendió fue el de Fabiola y Mauricio, quienes acuden a terapia porque, en los últimos seis meses, han comenzado a pelear cada vez más frecuentemente, por lo que perciben que su relación no se encuentra bien y han hablado de separación. Fabiola menciona que Mauricio ha dejado de ser atento con ella, ha comenzado a salir con sus amigos con mayor frecuencia y sin ella, ha comenzado a ser más reservado con su celular, pasa más

tiempo usándolo, lo mantiene con él y se muestra temeroso de que ella lo revise. Asimismo, siente una gran desconfianza hacia Mauricio, siente que le está mintiendo y con ello la aleja de él. Por su parte, Mauricio explica que Fabiola, desde que la conoció y comienzan a tener una relación, tiene un carácter muy fuerte, siente que ella se molesta por cosas mínimas y que pelean por cosas pequeñas. También menciona que cuando ella se molesta es muy grosera, insulta y agrede a los demás, grita e inclusive se “desquita” con los niños, por lo cual se ha guardado muchas cosas que no le ha dicho a ella de lo que siente, lo que opina, cómo piensa, etc.

Objetivos de investigación.

Realizar una intervención psicoterapéutica en Coterapia, desde el Enfoque Sistémico, para resolver un problema de pareja.

Justificación.

Como ya se ha mencionado, la angustia y tensión emocional derivadas de conflictos no atendidos y no resueltos en la relación de pareja están relacionadas con una serie de consecuencias graves, tales como ansiedad, depresión, infidelidad (Brown, 2013; Glass, 2003), violencia e incluso la muerte. Asimismo, es muy probable que, en el ejercicio profesional como terapeutas, sean una situación a la cual muchos se puedan enfrentar. Por tanto, es importante contar con un abanico amplio de estrategias y alternativas de intervención, así como ejemplos o ilustraciones de las numerosas posibilidades a las que uno se puede enfrentar, en los que los profesionales encargados de ayudar a las parejas se puedan apoyar. De esta forma, este trabajo resulta ser una contribución para los profesionales de la salud que se enfrenten a esta problemática en el contexto terapéutico.

Sin embargo, la terapia de pareja como modelo de intervención puede enfrentarse a prejuicios, actitudes negativas, recelo por parte de alguno de los miembros de la pareja debido a constructos sociales y culturales, como lo es el género y sus roles o el sexo y sus estereotipos. También se da la situación en que estos constructos sociales, en vez de ser detractores de la terapia, influyen de una manera positiva en ella. Esta situación es más notoria en sociedades donde la educación, los valores y los constructos son altamente influenciados por la cultura, siendo sociedades más resistentes al cambio, como lo son la sociedad mexicana y la yucateca. Por tanto, el uso de la Coterapia de Pareja con Enfoque Sistémico para este trabajo pretende ofrecer una alternativa de trabajo que está consciente de esta realidad, la acepta y la incluye dentro de la terapia, generando una terapia no sexista, como la catalogan Reese-Dukes & Reese-Dukes (1983).

Además, Reese-Dukes & Reese-Dukes (1983) enumeran una serie de ventajas de la Coterapia de Pareja, las cuales son el resultado de la revisión, análisis y el consenso del trabajo de diferentes autores: a) ayuda y apoyo mutuo entre los terapeutas, b) un observador añadido encargado de supervisar el proceso terapéutico, c) estar pendiente de contratransferencias, d) provee de una representación simbólica de una unidad familiar, e) un espacio para revisar los estereotipos y roles de género, y f) el modelamiento, citado muchas veces como la principal ventaja. Estas ventajas también han sido enfatizadas más recientemente por otros autores en su trabajo profesional como Carl Whitaker (1992) y Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin, Lynn Hoffman & Peggy Penn (2003), los dos primeros fundadores del modelo de Milán de terapia familiar sistémica.

Finalmente, en cuanto al uso y a la adición del Enfoque Sistémico al modelo terapéutico planteado, dicha decisión responde a una inclinación personal y profesional debido a las posturas filosófica y a las bases teóricas de las cuales se desprende este enfoque, la

Cibernética y la Teoría General de Sistemas y, más recientemente, el Construccinismo Social. Estas bases teóricas y filosóficas han permitido que el Enfoque Sistémico proporcione una explicación orgánica, basada en las relaciones, incluyente y contextualizada de la conducta humana, ya que no solo consideran a la persona en su individualidad, con sus pensamientos, sentimientos y acciones de una manera aislada, sino que lo ubican dentro de un sistema que es autorregulador y busca un equilibrio, es decir, en referencia a las personas o los ambientes en los que se desenvuelve, postulados con los cuales me identifico.

Asimismo, una relación de pareja es una unidad que surge o se forma entre la relación de dos personas, una unidad con su propia identidad, sus propias reglas y estructura, lo cual también se da en la unidad surgida o formada por los coterapeutas, por lo que un Enfoque Sistémico resulta útil, sensato y natural de implementar.

1.2 Sustento teórico del abordaje

La pareja.

La pareja son dos subsistemas individuales que, juntos, forman un nuevo sistema familiar y construyen su relación mediante la evolución que tienen frente a los conflictos de la vida. El reto que afrontan las parejas es desarrollar un sistema de trabajo mutuo que les permita funcionar juntos, sin que se sacrifique, por completo, la individualidad de los miembros (Ríos, 2005; Solomon, 1989 como se citó en Velasco-Alva, 2007). Una parte importante de la pareja son las emociones, y el confirmar el sentimiento amoroso que existe entre ellos resulta primordial, así como el sentirse fusionados, pero conservando su independencia a la vez (Velasco-Alva, 2007). Así, las parejas podrán vivir una relación plena y satisfactoria.

Esta satisfacción en la pareja es un proceso complejo, pero se ha demostrado que la aceptación mutua, la aprobación de lo que el otro hace, la negociación de las ideas, el estado

de ánimo dentro de la relación y el manejo del estrés tienen un alto impacto en la satisfacción que experimentan las parejas (Zarch, Marashi & Raji, 2014; Canel, 2013). También resulta importante el resultado de la comparación entre la pareja real y la pareja ideal: mientras más cercanos sean esos conceptos, más satisfecha se encontrará la pareja (Leggett, Beachkofsky & Leggett, 2014).

Asimismo, existen otros factores o elementos que guardan estrecha relación con la satisfacción en la pareja causando que esta aumente o disminuya dependiendo de cómo se den en la relación. Estos elementos son la comunicación, el manejo de las emociones, la sexualidad y el grado de diferenciación con la familia de origen, los cuales se describen a continuación.

La comunicación.

La capacidad de comunicación es un elemento esencial para que las personas puedan alcanzar su desarrollo dentro de la sociedad en que se desenvuelve, ya que les permite la expresión de necesidades, emociones, sentimientos, ideas, metas, ilusiones, creencias, costumbres, etc.; es lo que les ayuda a entablar relaciones íntimas con quienes les rodean (Pérez-Aranda y Estrada-Carmona, 2006). De esta forma, es evidente que la comunicación juega un papel fundamental en las relaciones de pareja, ya sea para su formación, mantenimiento o disolución. De hecho, Satir (1986) plantea que la comunicación es el factor determinante de las relaciones que una persona establecerá con los demás, y lo que suceda con cada una de ellas en el mundo. La manera como sobrevive, la forma como desarrolla la intimidad, su productividad, su coherencia, todo depende de las habilidades para la comunicación de una persona.

La comunicación afecta la conducta del otro, implica un compromiso y, por ende, define la relación. La comunicación no solo transmite información, sino que, al mismo tiempo impone conductas (Watzlawick, Beavin y Jackson, 1993). Así, la comunicación abarca una amplia gama de signos que representan cosas, sentimientos e ideas, lo que permite a las parejas usar los besos, la comida especial y bromear como símbolos de amor; o el silencio y la distancia como muestras de enojo, por mencionar algunos ejemplos (Sánchez-Aragón y Díaz Loving, 2003).

En una relación de pareja resulta muy importante si la comunicación es constructiva o destructiva. Tanto el comunicarse constructivamente como evitar que la comunicación llegue a ser destructiva son habilidades que pueden enseñarse y aprenderse. Para poder tener estas habilidades se necesita del autocontrol, para que cuando la pareja atraviese por una discusión logren identificar y evitar los patrones destructivos así como utilizar los constructivos (Carroll, Hill, Yorgason, Larson & Sandberg, 2013).

En este sentido, Armenta Hurtarte y Díaz-Loving (2008) realizaron un estudio con 114 parejas heterosexuales, con un promedio de ocho años de relación y de seis años viviendo juntos, donde analizaron la relación entre la comunicación y la satisfacción en la relación. Como resultado se identificó que el evitar ser frío, distante, indiferente, intolerante, limitante, así como evitar tener una disposición destructiva e impulsiva junto con un patrón de comunicación optimista, juguetón, oportuno y platicador predice una alta satisfacción en la relación.

El manejo de las emociones.

Debemos considerar a las emociones como fenómenos complejos que engloban una serie de elementos entre los que destacan las creencias individuales, juicios y lo que deriva del

sistema de creencias al que la persona pertenece, como los principios y valores aprendidos de sus grupos sociales, de tal manera que cada emoción trae consigo una serie de creencias y valores aprendidos y adquiridos por los individuos mediante su proceso de socialización (Canto Ortiz, García Leiva & Jacinto, 2009). Es un área importante en la pareja ya que la relación que se comparte tiene mucha carga emocional. Es necesario que las parejas hablen de sus emociones, ya que, aunque pertenezcan a grupos sociales similares, la socialización que proporciona la familia es un factor determinante en la manera en la que se entienden y expresan.

La expresión de emociones puede verse como una manera de comunicarse que nos proporciona información sobre la forma en la que otra persona percibe una situación y la manera en la que podría responder ante la misma. Las personas somos especialmente sensibles ante la expresión de las emociones de los demás, a tal grado que puede llegar a influenciar la forma en la que pensamos y nos comportamos en una relación interpersonal. Cuando dos personas, que están involucradas románticamente, se ven enfrentadas a un conflicto en su relación es muy probable que ambos sientan emociones muy fuertes. La manera en la que la pareja percibe las emociones durante el conflicto es de gran relevancia y para entender por qué un miembro de la pareja se siente molesto, triste o lastimado es necesario conocer la emoción que esta persona está percibiendo en su pareja (Sanford & Grace, 2011).

Un buen manejo de las emociones constituye una parte importante en la relación de pareja y se refiere a la capacidad de reconocer las emociones que sentimos, el momento en que las sentimos y la manera en las que debemos expresar esa emoción. El tener una buena habilidad para expresar y contener las emociones ayuda a que, tanto las personas como las parejas, logren un mayor bienestar psicológico y a tener una mejor calidad en las relaciones. Cuando a una persona se le dificulta la regulación emocional tiende a reaccionar inadecuadamente tanto

emocional como conductualmente, lo que generalmente es un factor de riesgo que influye en la calidad de nuestras relaciones, especialmente cuando hablamos de relaciones de pareja (Tani, Pascuzzi & Raffagnino, 2015).

La sexualidad.

Como sociedad, estamos atravesando por una época de acelerados cambios sociales y tecnológicos, que se dan en varias ocasiones dentro de una misma generación. Esto plantea un reto especial para las parejas ya que los cambios vienen de manera tan veloz y resulta difícil asumirlos y comprenderlos. Actualmente se ha realizado una separación entre la sexualidad con fines reproductivos y con fines no reproductivos. Las parejas consideran que parte de su felicidad está en el llevar una “buena sexualidad”, que puede entenderse como el deseo que se da dentro de un vínculo amoroso. También se ha realizado una división clara entre la cohabitación, el matrimonio y la reproducción, lo que ha ocasionado que cada vez existan más tipos diferentes de relaciones de pareja y familia (Tapia-Villanueva, 2007). Es necesario que las parejas hablen y se adapten a los cambios que el ambiente les demanda, ya que la información nueva y diferente llega día con día, lo que puede generar que la pareja encuentre en ello una manera de fortalecerse o de destruirse.

El grado de diferenciación de la Familia de Origen.

Muchas veces la emancipación de un joven adulto es respuesta de su necesidad de diferenciarse de la familia, esto se da cuando siente que ha logrado consolidar su identidad propia en el período de la adolescencia (Ríos, 2005). El grado de diferenciación emocional de la familia de origen es un proceso tanto lento como complejo, que implica la separación tanto física como emocional. Cuando no se ha logrado este proceso resulta más difícil la formación

de nuevas relaciones, especialmente de la pareja. Mientras la persona esté más diferenciada de su familia de origen le resultará más fácil adaptarse y tener un mayor repertorio de respuestas ante nuevos contextos (Bowen, 1998).

Factores/Áreas de conflicto en la pareja.

Parte de la dinámica de una pareja implica el afrontar conflictos, los cuales pueden provenir de motivaciones de carácter opuesto en la pareja y de malos entendidos (Valencia, 2011). Para entender mejor el conflicto en la pareja se han agrupado dichos conflictos en categorías, Armenta-Hurtarte, Sánchez-Aragón, y Díaz-Loving (2012), proponen cinco ámbitos principales: 1) **Ámbito económico-laboral:** consiste en aquellos aspectos de trabajo relacionados con el funcionamiento de la pareja; 2) **Relación de otras personas ajenas a la pareja:** incluye a la familia extendida, las amistades, los compañeros de trabajo y los vecinos; 3) **Hijos:** comprende no sólo la presencia o ausencia de hijos, sino también la relación que tienen los padres con ellos; 4) **El hábitat:** tiene que ver con los elementos del aspecto físico de donde reside la pareja, es decir, describe cómo el espacio que ocupa el hogar es o no suficiente para ellos; y 5) **Salud:** contiene aspectos como cuidado y prevención de enfermedades que realizan los miembros de la diada, así como los gastos que genera una enfermedad, los problemas que surgen en la relación a partir de los problemas de salud, el estrés y el impacto que conlleva todo esto en la calidad de la relación de pareja.

También se encuentran áreas propuestas por autores diferentes que complementan las mencionadas anteriormente (Meza-de-Luna, y Romero-Zepeda, 2013): 1) **Tiempo:** Cuando no hay un acuerdo entre las expectativas del respeto de éste; 2) **Recursos:** De dos tipos: a) tangibles y b) simbólicos (intangibles cargados con alta significancia social); 3) **Comunicación:** Estar disponible para hablar, qué tan apropiada es (tiempo, lugar y forma),

protocolos; 4) Emociones: Qué tanto se validan, grado de tolerancia para expresarlas; 5) Cuerpo: Salud de la pareja, sexualidad, aspecto; y 6. Preferencias: Relacionadas con el orden (lugar y momento de hacer las cosas en casa) y gustos (lo que se considera divertido, rico, bonito, etc.).

Características de la Terapia Sistémica.

Terapia sistémica, ya sea individual, familiar o de pareja, tiene como característica que están basados en la Teoría General de los Sistemas, en donde la familia o la pareja es considerada como un sistema formado por la agrupación de subsistemas que interactúan como un todo. De igual manera tienen como antecedente teórico la Teoría de la cibernética, responsable de la principal línea divisoria de los enfoques en dos grandes grupos, ya que determina diferentes funciones y conceptualizaciones del papel del terapeuta dentro de la terapia, así como de la participación de la familia o de los clientes y el papel que ocupan.

De esta forma, el enfoque sistémico puede dividirse en dos grandes grupos: los modelos de primer orden, o de los sistemas observados, y los modelos de segundo orden, o de los sistemas observantes. En los modelos del primer grupo, el terapeuta ocupa una posición externa, donde él es quien observa al sistema y determina lo que funciona bien y lo que funciona mal, manteniendo la relación de Terapeuta-Paciente que muchos enfoques terapéuticos mantienen y con el cual se desempeñan (Sánchez-y-Gutiérrez, 2000).

Por su parte, en los modelos de segundo orden, el papel y la posición que ocupa el terapeuta varía y se establece igualitaria al paciente, pasando de ser un observador externo, a un miembro más de la realidad observada y vivida por quienes acuden a terapia. Por tanto, la terapia se convierte en una amena conversación que intenta disminuir la angustia de todos o de algunos de los participantes, se intercambian diálogos respecto del problema presentado para

que se obtengan más perspectivas, puntos de vista alternativos, con el fin de que sean los clientes quienes determinen los ajustes que necesitan realizar y sean ellos mismos quienes resuelvan sus problemas identificados (Sánchez-y-Gutiérrez, 2000).

De esta forma, los modelos terapéuticos pertenecientes al enfoque sistémico son el Estructural, el Estratégico, el Modelo de Milán, la Terapia Breve del Mental Research Institute (MRI), la Terapia Breve Centrada en Soluciones, Narrativo, y el Colaborativo y los Equipos Reflexivos, de los cuales se describirán brevemente sus objetivos y principales conceptos (a excepción del modelo Narrativo y el Colaborativo y los Equipos Reflexivos), ya que éstos modelos son los que principalmente guiaron la conceptualización del caso.

Modelo Estructural.

Este modelo fue desarrollado por Salvador Minuchin como resultado de su trabajo con poblaciones pobres de zonas marginadas de Estados Unidos y con limitaciones de lenguaje, por lo que las intervenciones terapéuticas debían ser concretas y con acciones orientadas.

La visión de este modelo consiste en que la persona que llega a terapia, es considerada como el paciente identificado y, el problema que presenta, como un síntoma de un sistema, ya sea una pareja o una familia, el cual comparte la responsabilidad de que el problema presentado en el paciente identificado continúe. Esta visión considera a la persona como un miembro de distintos contextos sociales, ubicando el problema como el resultado de la relación o la interacción entre el sujeto y su contexto, más que en los procesos mentales internos del mismo. Asimismo, se concentra en el proceso de retroalimentación entre las circunstancias y las personas implicadas. De esta forma, desde esta perspectiva, el principal interés consiste en descubrir cómo es que todos los miembros del sistema participan en el mantenimiento del síntoma y, al mismo tiempo, se busca entender cómo es que el síntoma

actúa como el esfuerzo de alguno de los miembros para mantener la estabilidad familiar. Por ello, la terapia recurre a técnicas que alteran la estructura del sistema y el contexto inmediato al que pertenecen las personas, de tal modo que cambie su experiencia subjetiva (Minuchin, Nichols y Lee, 2011; Desatnik-Miechimsky, 2004; Sánchez-y-Gutiérrez, 2000).

Por tanto, el principal objetivo del terapeuta consiste en reestructurar el sistema familiar, en la medida que la familia lo permita, para funcionar de una manera más efectiva o funcional, competente y cooperativa (Minuchin, Nichols y Lee, 2011; Desatnik-Miechimsky, 2004; Sánchez-y-Gutiérrez, 2000). El terapeuta se asocia con la familia con el objetivo, inicialmente de conocerlo, de ser parte de él, y posteriormente, de cuestionar su estructura y sus patrones de interacción para cambiar la organización de la misma, de tal modo que la experiencia de sus miembros se modifique y eliminar la conducta sintomática.

Para cumplir la tarea de analizar y evaluar la estructura familiar, se emplean los siguientes elementos (Desatnik-Miechimsky, 2004; Sánchez-y-Gutiérrez, 2000):

- a) *Subsistemas*. Son subgrupos dentro del sistema familiar formados por los miembros y determinados por generación, género, interés, funciones, etc. Así, un subsistema podría ser el parental, formado por los padres; el filial, formado por los hijos; el de los adultos, el de las mujeres, el de los hombres, el de los niños, por mencionar algunos ejemplos.
- b) *Límites*. Determinan el funcionamiento familiar indicándole a cada miembro sus funciones y responsabilidades dentro del sistema, es decir, son las reglas que determinan quiénes participan y de qué manera. Pueden ser ascendentes, descendentes, rígidos o flexibles. Los límites protegen la diferenciación del sistema o subsistema. Para tener familias funcionales, los límites deben ser claros, sin llegar a extremos de

aglutinamiento o desvinculación, permitiendo contacto entre los miembros de los subsistemas, pero sin interferir en sus funciones.

- c) *Jerarquías*. Se refieren a la manera en que se encuentra distribuido el poder, marcando subordinación o supraordinación de un miembro respecto a otro.
- d) *Alianzas*. Designa una afinidad positiva entre dos unidades de un sistema. Estas pueden ser transitorias, flexibles, patológicas, rígidas o permanentes.
- e) *Coaliciones*. Una alianza que se forma en oposición a otra parte del sistema, con el objetivo de perjudicar a un tercero.
- f) *Triángulo*. Tiene como función equilibrar la relación de varios miembros que pueden tener relaciones conflictivas dentro de un sistema, es decir, un subsistema de dos, con conflictos y estrés, que integra a un tercero con el objetivo de estabilizarla y ocultar los síntomas. Una infidelidad podría ser un ejemplo.

Modelo Estratégico.

Jay Haley, considerado como el principal referente de este modelo, conceptualiza a la terapia estratégica como aquella en la que el terapeuta lleva en gran medida la iniciativa y en la que tiene que identificar problemas solubles, fijar metas muy claras y específicas, diseñar intervenciones para alcanzarlas, examinar las respuestas que recibe para corregir su enfoque y, finalmente, evaluar el resultado obtenido para ver si ha sido eficaz (Haley, 2008).

Para ello, establece una serie de postulados que caracterizan este enfoque (Haley, 2008; Galicia-Moyedo, 2004; Sánchez-y-Gutiérrez, 2000):

- a) *Unidad terapéutica*. Haley señalaba que cuando llega un paciente con una queja, ésta puede definirse en diferentes contextos sociales, siendo el resultado de la interrelación entre diversos individuos, la cual está formada por una serie de actos y

comportamientos que se encuentran, de alguna forma, “estereotipados”, es decir, estos individuos se han adaptado a esa forma de interrelacionarse. Por tanto, el terapeuta tiene que lograr modificar esos comportamientos. De igual forma, Haley señala que el terapeuta forma parte de esta unidad, como igual lo puede ser la familia nuclear, la extensa e incluso el grupo de pares. El propósito de este señalamiento es incluir a los profesionales que, de alguna manera, están en contacto con el problema o el cliente y considerar el contexto social en que incurre.

b) *Directivas*. Se consideran como tal todo cuanto se realice en la terapia, desde una indicación, hasta un momento de silencio. Son aquellas tareas impartidas al individuo, pareja o familia. Deben ser sencillas. Estas tienen tres funciones: 1) hacer que los clientes se comporten de una manera diferente para que tengan experiencias subjetivas diferentes, 2) para aumentar la relación entre el cliente y el terapeuta, y 3) para obtener más información. De igual forma, las directivas pueden ser de dos clases: 1) directas, en las que se les pide a los clientes que dejen de hacer algo, o bien, que hagan algo diferente, y 2) indirectas, en las que se les pide a los clientes que realicen tareas, conocidas como tareas paradójicas, con la intención de que se rebelen y no las cumplan y de esta forma generar el cambio.

Por su parte, Cloe Madanes, considerada como otra de los principales exponentes de este enfoque, añade los siguientes elementos que considera que lo caracterizan (Madianes, 2007):

- a) *Poder*. El poder se considera como un medio para alcanzar fines positivos y es fundamental para la tarea de reorganizar familias.
- b) *Influencia interpersonal*. Relacionado con la cuestión de poder.
- c) *Ayuda benevolente*. Es la conducta sintomática, presentada en un individuo, surgida como el intento de ayudar a la familia o al sistema.

- d) *Planificación del futuro*. Motivo por el cual se plantea desarrollar un síntoma.
- e) *Jerarquía*. Donde unas personas son superiores a otras. En la familia, comprende la dominación que unos miembros ejercen sobre otros, las responsabilidades que asumen y las decisiones que toman sobre ellos. También comprende la ayuda, protección, consuelo y cuidado que brindan a los demás, así como sus intentos de modificarlos. Cuando se da un comportamiento sintomático, se habla de que existe una incongruencia jerárquica, donde a una persona se le define como superior e inferior simultáneamente.
- f) *Metáfora*. Todo comportamiento humano puede concebirse como analógico y metafórico de diversas maneras. Es analógico con respecto a otro cuando ambos se asemejan en algún aspecto, aunque sean diferentes en todo lo demás. Por otro lado, es metafórico con respecto a otro cuando lo simboliza o cuando es utilizado en lugar de este. La conducta sintomática puede considerarse analógica y metafórica. Por ejemplo, un dolor de cabeza del hijo puede representar otro tipo de dolor, o bien, puede representar el dolor de otra persona, la interacción entre dos personas de la familia que reemplace la interacción entre otras dos, por ejemplo, la de un padre con su hijo sustituyendo la del padre con la madre. Comparte semejanza con la Proyección dentro de la teoría psicoanalítica.

Terapia Breve del Mental Research Institute (MRI).

Este modelo terapéutico fue desarrollado por John Weakland, Don D. Jackson, Paul Watzlawick y Richard Fisch en el Metal Research Institute (MRI) de Palo Alto, California. En sus inicios, los intereses de este grupo se relacionaban con la interacción, los sistemas humanos, la cibernética y la comunicación en familias con un miembro esquizofrénico, donde

se incorpora el aspecto emocional de la comunicación, como producto de una amplia variedad de conductas y comunicaciones humanas (Wittexaele y García, 1994 como se citó en Espinosa-Salcido, 2004). De esta forma, se desarrolló la teoría sobre el doble vínculo la cual afirma que toda comunicación implica la utilización de clases y categorías. Su interés se centra en la aparición de síntomas de clasificación en la comunicación, que generan una paradoja. Se da gran énfasis a la manera en que se transmiten dos o más mensajes o metamensajes y a su relación recíproca, así como a la clasificación de estos para la producción de paradojas (Espinosa-Salcido, 2004).

Algunos de los principios conceptuales que plantea este modelo son los siguientes (Espinosa-Salcido, 2004):

- a) Considera que toda conducta está configurada y conservada de manera continua por los esfuerzos que tienen lugar en el sistema de interacción social del individuo que presenta tal conducta. Por tanto, el mantenimiento de un problema se debe a conductas actuales y para eliminarlas o transformarlas se deben alterar los patrones de interacción familiar, es decir, pone el acento descriptivo en los circuitos interactivos que mantiene el comportamiento problemático.
- b) Este tipo de terapia no intenta que conozca “la verdad objetiva”, sino más bien trata de redefinirla. Es decir, demostrar que hay otras maneras u opciones de ver la realidad.
- c) Se hace una distinción entre dificultades y problemas. Una dificultad sería un estado de cosas indeseables que pueden resolverse mediante algún acto de sentido común para el cual no se necesita o precisa de una capacidad especial para resolver problemas, o bien se refiere a una situación de la vida indeseable, pero común, para al cual no existe solución conocida y a la cual hay que saber sencillamente sobrellevar. De esta forma, considera que los problemas se dan por un mal manejo de las dificultades cotidianas o

por una mala adaptación a transiciones en el ciclo de vida. Una dificultad mal manejada es un intento de solución.

- d) Se trabaja con un solo problema por tratamiento y, en consecuencia, se esperan aspectos colaterales en las habilidades de solución de problemas. Se buscan pequeños cambios sobre la base de que éstos forman parte de un ecosistema y, por tanto, producirán otros cambios.

De esta forma, este modelo identifica cinco intentos de solución que son los que principalmente perpetúan la mayoría de los problemas que las personas plantean a los terapeutas (Fisch, Weakland, Segal, 1985):

1. *El intento de forzar algo que solo puede ocurrir de modo espontáneo.* En esta categoría el paciente padece una dolencia relativa a él mismo, no a otra persona. Pertenecen a este grupo la mayoría de los problemas de funcionamiento corporal o de rendimiento físico: rendimiento sexual, insomnio, tics, tartamudeo, etc. Normalmente, el rendimiento de estas actividades es fluctuante. Sin embargo, el paciente potencial define dichas fluctuaciones como problema y toma voluntariamente determinadas medidas que sirvan para corregirlas y evitar su reaparición. Tales medidas acostumbran a implicar un esfuerzo deliberado para asegurar un rendimiento normal o efectivo. Al realizarlo, el paciente potencial se ve atrapado por la dolorosa solución de tratar de imponerse un rendimiento que sólo puede obtenerse de modo espontáneo. También puede haber otras personas que participen en este esfuerzo generador del problema y colaboren inconscientemente en potenciarlo.
2. *Intento de dominar un acontecimiento temido aplazándolo.* El futuro paciente considera que el acontecimiento temido es algo que él no está en condiciones de dominar. En sentido metafórico, es como si el acontecimiento fuese un dragón que el

sujeto tiene que matar, pero para lo cual no posee el arma secreta que, al parecer, tienen todos los demás. El hecho de que la mayoría de las personas no parecen tener dificultades con el dragón constituye un factor que el futuro paciente utiliza como elemento de su intento de solución: se dice a sí mismo que, puesto que la tarea resulta en realidad algo sencillo y fácil para los demás, él no tendrá ninguna dificultad en llevarla a cabo. Al mismo tiempo, se siente vulnerable y no se encuentra preparado para realizarla. Así, el paciente se introduce en un problema inacabable, que aplaza el enfrentarse al dragón mediante una constante preparación para tal enfrentamiento.

3. *El intento de llegar a un acuerdo mediante una oposición.* Los problemas vinculados con esta solución implican un conflicto en una relación interpersonal centrado en temas que requieren una mutua colaboración. Por norma general, quien se pone en contacto con el terapeuta es la persona que piensa que la otra parte amenaza o niega la legitimidad de su propia posición. Las personas aquejadas por este tipo de problemas ensayan la siguiente solución: sermonear a la otra parte sobre el deber de someterse a sus exigencias con respecto a conductas concretas y, lo que es todavía más importante, exigir que la otra parte les trate con el respeto, la atención o la deferencia que piensan que se les debe. En pocas palabras, la solución ensayada asume la forma de exigir a la otra parte que los trate como si fuesen superiores. Esta forma de solucionar el problema sirve precisamente para producir la conducta que se desea eliminar, ya sea que la exigencia de superioridad se formule como algo a lo que se tiene derecho o es exigible, ya sea que busque mediante amenazas, violencia o argumentación lógica.
4. *Intento de conseguir sumisión a través de la libre aceptación.* Esta solución, que es una imagen refleja del intento de conseguir espontaneidad mediante la premeditación, puede resumirse en la siguiente afirmación: “Me gustaría que lo hiciese, pero todavía

me gustaría más que quisiera hacerlo”. Al parecer, esto refleja una aversión a pedirle a otro individuo algo que le disguste o que exija determinado esfuerzo o sacrificio. Pedir abiertamente lo que uno desea es considerado como dictatorial, o como una intromisión perniciosa para la integridad de otra persona.

5. *La confirmación de las sospechas del acusador mediante la autodefensa.* En esta clase de problemas, por lo general, hay alguien que sospecha que otra persona realiza un acto que ambas partes consideran equivocado: infidelidad, exceso en la bebida, delincuencia, falta de honradez. Lo típico es que el sujeto A formule acusaciones acerca del sujeto B, y que éste responda mediante una negación de las acusaciones y una autodefensa. Desafortunadamente, la defensa de B suele confirmar las sospechas de A. El resultado es que A continúa con sus acusaciones, B refuerza su defensa y así sucesivamente.

Terapia Breve Centrada en soluciones.

Este enfoque tiene entre sus principales exponentes a Steve DeShazer y Bill O’Hanlon. La característica de este modelo consiste en centrarse en los recursos y posibilidades de las personas más que en las patologías o problemas, donde destaca el interés por explorar y destacar las soluciones, las aptitudes, las capacidades y las excepciones. Por tanto, uno de los principales objetivos es la formulación o cocreación de problemas solubles entre terapeuta y paciente, es decir, en cooperación entre ambos, ya sea entre el terapeuta y el paciente o el terapeuta y la familia (Espinosa-Salcido, 2004; O’Hanlon, 2001).

Por tanto, para la definición del problema, se formulan preguntas que generen información acerca de los lados fuertes, las capacidades y los recursos disponibles. También se resalta el lenguaje, concebido como una conversación para lograr el cambio, ya que ofrece

la posibilidad de ratificar y solidificar ciertos puntos de vista acerca de la realidad así como para cuestionar certezas o ideas consideradas como verdad que terminan siendo inútiles o perjudiciales para el cambio. Es importante destacar en este punto que al trabajar con metas hacia el futuro, orientado a soluciones, es indispensable que éstas sean objetivos alcanzables y suficientemente concretos para identificarlos cuando se hayan alcanzado (Espinosa-Salcido, 2004; O'Hanlon, 2001). La principal diferencia con el modelo estratégico consiste en que aquí es el paciente quien determina los objetivos a seguir en la terapia, como consecuencia de esta visión de cooperación, resultado de la cibernética de segundo orden.

A manera de síntesis, se pueden identificar como principales postulados surgidos de este modelo: a) las excepciones constituyen una alternativa mucho más útil que las resistencias, es decir, enfocarse cuándo no se da el problema y rescatar los aspectos relacionados de esa situación particular; b) los pacientes cuentan con las fuerzas y los recursos necesarios para resolver sus quejas y cambiar; c) la cooperación es inevitable e indispensable; d) el cambio es inevitable e indispensable, donde por más pequeño que sea el que se dé durante la terapia, puede tener una gran repercusión en el problema y la solución de éste, y d) los pacientes son quienes fijan los objetivos del tratamiento, empoderándolos y responsabilizándolos.

Modelo de Milán.

Este modelo fue desarrollado en 1967 por Mara Selvini Palazzoli, psicoanalista infantil y especialista en anorexia nerviosa, quien fundó el Instituto de la Familia en Milán en conjunto con Luigi Boscolo, Giofranco Cecchin y Giuliana Prata, siendo fuertemente influenciados por Jackson, Haley, Watzlawick y Bateson. En 1972 iniciaron una investigación con familias en las que algunos de sus miembros mostraban conductas psicóticas y otros contaban con un diagnóstico de esquizofrenia (Rodríguez-González, 2004). De esta forma, este modelo se

sustenta en la teoría general de los sistemas y en la teoría de la comunicación humana, a partir de las cuales se desarrolló el interrogatorio circular o la Entrevista circular, que tiene tres premisas básicas que funcionan como ejes que guían las preguntas, las cuales se describen a continuación (Rodríguez-González, 2004; Ochoa-de-Aldana, 1995):

- a) *Hipótesis*. Ésta guía las preguntas de la entrevista, consiste en una suposición para explicar los hechos relatados por la familia o los clientes y se conforma a partir de la observación de la comunicación verbal y no verbal. Su función es conectar la conducta de la familia con su significado, es decir, ayudar a seguir los patrones de la relación, guiando a los entrevistadores para obtener nueva información que confirme, refute o modifique tal suposición. Asimismo, la hipótesis es sistémica, es decir, incluye a todos los miembros de la familia y formula un supuesto acerca de su función relación.
- b) *Neutralidad*. Consiste en que el terapeuta esté con todos a la vez, sin juzgar ni criticar. De acuerdo a Cecchin (1989 como se citó en Rodríguez-González, 2004), el concepto de neutralidad se empleó para que el terapeuta sostuviera su posición sistémica en la entrevista y que no tiene nada que ver con frialdad o falta de involucramiento del terapeuta. De esta forma, Cecchin describe la neutralidad como un estado de curiosidad para explorar nuevos puntos de vista.
- c) *Circularidad*. De acuerdo a Mara Selvini Palazzoli, la circularidad consiste en la capacidad del terapeuta para la búsqueda de información acerca de las relaciones, de las diferencias y el cambio. Así, Cada miembro de la familia es invitado a decir cómo ve la relación entre otros dos.

El equipo de Milán trabajó con familias con transacciones específicas y que tenían ciertas características a las cuales denominaron “familias con transacciones esquizofrénicas”. Estas familias cuentan con las siguientes características (Rodríguez-González, 2004):

- Todos los miembros evitan definir la relación y la rechazan cuando ésta se llega a dar; ningún miembro reconoce ejecutar el liderazgo y nadie acepta la responsabilidad de lo que anda mal.
- Estas familias mantienen una simetría exacerbada y encubierta que nunca llega a terminar. La variedad de las jugadas o intentos por perpetuar la lucha es infinita.
- El doble vínculo es característico de estas familias, es decir, en el nivel verbal se da una indicación que en el nivel no verbal se descalifica, o viceversa.
- Las familias son homeostáticas, es decir, no aceptan el cambio.
- Se complementan la culpa y el poder como una manifestación de la escalada simétrica oculta y vigente en el sistema familiar.

Coterapia de Pareja.

La Coterapia de Pareja es una forma de terapia de pareja en la que dos terapeutas trabajan como equipo para atender las necesidades de la pareja que acude a terapia y se le considera una técnica nueva y que actualmente se encuentra en expansión. Generalmente, el equipo Coterapéutico está formado por dos terapeutas de diferente sexo, quienes comparten criterios, enfoque, y son capaces de desarrollar un trabajo coordinado y en sintonía (Vidal-Raventós, 2014).

Los inicios de esta aproximación se remontan a la década de 1920. Desde entonces, este modelo ha sufrido cambios en su conceptualización, así como en su función y en la de los miembros de la dupla, concibiéndose actualmente como un diálogo abierto entre los terapeutas y los clientes y puede ser llevado a cabo, ya sea por un par de compañeros o de un equipo compuesto por un supervisor y aprendiz (Tanner, Gray & Haaga, 2012).

Ventajas de la Coterapia.

Por su parte, Reese-Dukes & Reese-Dukes (1983) enumeran una serie de ventajas de la Coterapia de Pareja, las cuales son el resultado de la revisión, análisis y el consenso del trabajo de diferentes autores: a) ayuda y apoyo mutuo entre los terapeutas, b) un observador añadido encargado de supervisar el proceso terapéutico, c) estar pendiente de contratransferencias, d) provee de una representación simbólica de una unidad familiar, e) un espacio para revisar los estereotipos y roles de género, f) el modelamiento, citado muchas veces como la principal ventaja y g) que cada miembro de la dupla de coterapeutas preste mayor atención a un miembro de la pareja para que ambos puedan sentirse atendidos y comprendidos (Baucom, Epstein, LaTaillade & Kirby, 2008). Estas ventajas también han sido enfatizadas más recientemente por otros autores en su trabajo profesional como Carl Whitaker (1992) y Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin, Lynn Hoffman & Peggy Penn (2003), los dos primeros fundadores del modelo de Milán de Terapia Familiar Sistémica.

Asimismo, con un equipo de coterapeutas bien conjuntado, se pueden realizar las siguientes tareas (Garrido-Fernández, 1996):

- a) Ambos pueden hablar entre ellos comentando lo que está sucediendo en la sesión, explicitando sus puntos de vista, planteándose mutuamente preguntas. La ventaja de esto es evidente: este diálogo entre terapeutas es un mensaje indirecto para la familia o la pareja que suscita su atención y que puede hacer que entre en el juego una pareja no suficientemente implicada en la terapia.
- b) Los terapeutas pueden intercambiar hipótesis sobre lo que está sucediendo, lo cual puede estimular la reflexión de los miembros de la pareja. Uno de los terapeutas puede servir para verificar las hipótesis.

- c) Los terapeutas pueden expresar su mutuo desacuerdo. Ello representa una diferencia que transmite informaciones y que puede encontrar, en la intervención final o resumen, el modo de unificar las diversas ópticas de la realidad. Los terapeutas también pueden utilizar el desacuerdo para provocar al sistema familiar o de la pareja para solucionar estancamientos disfuncionales.
- d) Mientras uno de los terapeutas interactúa con un miembro de la pareja en un aspecto particular, el otro recoge la retroalimentación del otro miembro.
- e) Los puntos ciegos del terapeuta y aquellos aspectos patológicos de cada terapeuta pueden equilibrarse. También el terapeuta puede permitirse emplearse a sí mismo y su subjetividad en mayor medida, pues cuenta con un respaldo a modo de referente de la "realidad". La implicación existencial del terapeuta puede ser mayor cuando se trabaja en coterapia.

Género y su interacción en la coterapia.

Las mujeres y los hombres llevan a la relación de pareja diferentes experiencias, diferentes nociones de cómo se supone que deben ser, y diferentes expectativas de lo que obtendrán unos de otros (Low, 1990 como se citó en Garrido-Fernández, 1996). Algunos autores ya han destacado la relevancia de las vivencias del terapeuta en relación a su identidad sexual como factor de una relación terapéutica efectiva (Cormier y Cormier, 1991 como se citó en Garrido-Fernández, 1996). En este sentido, los coterapeutas tampoco son ajenos a esta situación; no son seres asexuados.

De igual manera, en el tratamiento con parejas, las descompensaciones de poderes se convierten en un insoslayable reto del cambio sistémico, en el que juegan un papel preponderante el manejo y redefinición-reestructuración de las diferencias disfuncionales de la

pareja (Whitaker, 1988 como se citó en Garrido-Fernández, 1996). Por tanto, la Coterapia, tanto de dos terapeutas del mismo sexo, como de ambos sexos, puede convertirse en un recurso técnico eficaz para tratar las diferencias de género de una forma enriquecedora para el sistema terapéutico. Al poner en discusión las diferencias de género, se ofrece a la pareja una forma menos unidireccional y sesgada de tratar con lo distinto. Tanto los hombres como las mujeres pueden “envidiarse” mutuamente. Al convertir las sesiones en un "continuo fluir de envidias constructivas", se obtienen grandes ventajas y enriquecimiento, ya que obtienen nuevas visiones del mundo al escuchar la postura del sexo opuesto (Garrido-Fernández, 1996).

Capítulo 2. Evaluación diagnóstica del problema o caso

2.1 Descripción del escenario

Clientes.

El presente estudio se trató de Mauricio y Fabiola, ambos de 35 años, quienes se conocieron cuando asistían a la preparatoria, llevan siete años de casados y fueron novios durante ocho años. Como resultado de este matrimonio, tienen dos hijos: Mauricio, de cinco años y Fabián, de tres.

Mauricio es abogado y actualmente trabaja como auditor del Instituto Mexicano del Seguro Social. Por su parte, Fabiola es psicóloga con una Maestría en Educación, pero actualmente se ha dedicado a las labores del hogar de tiempo completo para cuidar a sus hijos a solicitud de Mauricio, desde que nació su primer hijo (ver figura 1).

En cuanto a sus hijos, mencionan que Fabián no fue planeado y que nació durante una situación difícil para ellos, cuando Mauricio se encontraba desempleado, con problemas económicos y pasando por una depresión. Durante este tiempo, los papás de Fabián fueron quienes los apoyaron económicamente.

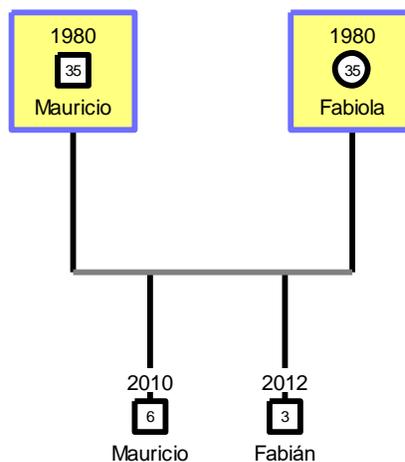


Figura 1. Familiograma.

Mauricio.

Él es el segundo de tres hijos del matrimonio formado por Alberto y Miriam, él de 65 años y ella, de 57. Ambos trabajan para una universidad como personal administrativo de dicha institución. Su hermano mayor es Fabián de 40 años, soltero, sin hijos, quien trabaja como personal docente en una escuela de nivel medio superior del interior del estado y su hermana menor es Adriana, psicóloga, de 25 años, casada con su esposo Enrique y tiene una hija de cuatro meses de nacida que se llama Marina. Enrique es ingeniero y trabaja para el gobierno federal, en el área energética (ver figura 2).

De su familia de origen, Mauricio menciona que mantiene una relación reservada con ellos, ya que los va a visitar junto con Fabiola frecuentemente, todos se reúnen constantemente para celebraciones y fechas importantes, pero en estas reuniones habla poco con todos ellos, les comparte pocas cosas y se mantiene al margen de las conversaciones que se sostienen. De su familia, menciona que mantiene una mejor relación con sus papás que con sus hermanos.

A su hermano Fabián lo describe como el padre de la familia, como la persona que toma la mayoría de las decisiones familiares y con las cuales no concuerda, en su mayoría. A su hermana Adriana, la describe como un tanto “conchuda” o que a veces “se cuelga de los demás”, como la más consentida de los hermanos, a quien le permiten muchas cosas y por quien sus papás se preocupan y hacen más de lo que deberían, lo cual le dificulta confiar en ella y con quien discute más veces. De igual forma, Mauricio menciona que, incluso, Fabiola mantiene una mejor relación con toda la familia de él que él mismo, llegando en ocasiones a involucrarse demasiado, según él percibe.

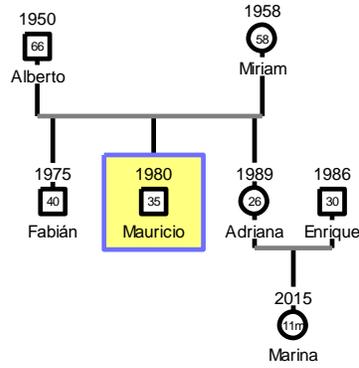


Figura 2. Familia de origen de Mauricio.

Fabiola.

Ella es la menor de seis hermanos: Lizbeth, la mayor de 45 años; Lissie, de 43; Jaime, de 41; Francisco, de 39; Pablo, de 37 y ella. Sus padres son Nery, de 55 años y Renán, quien falleció hace 30 años, cuando ella tenía cinco años (ver figura 3). De sus hermanos, Fabiola comenta que ella es la única que cuenta con estudios universitarios y es percibida como la hija y la hermana más destacada y exitosa, tanto profesional como económicamente. De todos sus hermanos, menciona que Pablo es con quien mejor se lleva, con quien está más apegada y con quien Mauricio también se relaciona mejor de su familia. Pablo está divorciado y tiene dos hijos: uno de 15 años y el otro, de seis. También comenta que todos sus demás hermanos están casados, pero debido a que son muchos, prefirió no hablar de ellos y hablar más del motivo de consulta.

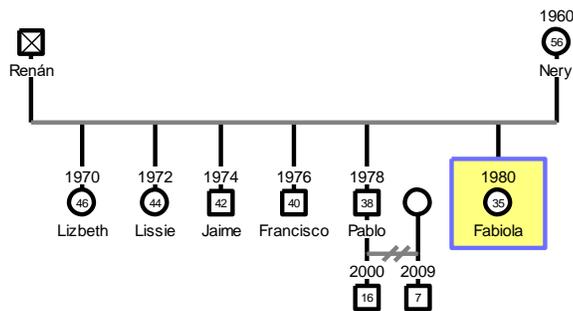


Figura 3. Familia de origen de Fabiola.

Motivo de consulta.

La pareja acude a terapia porque, en los últimos seis meses, han comenzado a pelear cada vez más frecuentemente, por lo que perciben que su relación no se encuentra bien y han hablado de separación. Sin embargo, antes de tomar esta decisión, decidieron solicitar ayuda ya que su principal interés es permanecer juntos.

Contexto del proceso terapéutico y permisos pertinentes.

El proceso terapéutico se llevó a cabo en un contexto de consulta privada, el cual tuvo una duración de 11 sesiones. Asimismo, se solicitó el consentimiento de los clientes de utilizar su caso como parte de un informe de trabajo terminal con fines académicos, por lo que se les señaló que la información obtenida durante el mismo sería compartida con el asesor de dicho trabajo y mantenida de manera confidencial, siempre y cuando no se juzgue, con base en una evidencia particular o informe, que alguno de ellos estuviera involucrado en un acto criminal o tenga probabilidades de dañarse a mí mismo, o a algún tercero. También, se les informó que todos los procedimientos del proceso terapéutico serían realizados por estudiantes de maestría bajo la supervisión de un profesional experto. Finalmente se les informó que ambos se encontraban en todo su derecho de abandonar el proceso terapéutico en cualquier momento y sin ningún perjuicio para ellos.

2.2 Técnicas y/o instrumentos utilizados

Técnicas.

Observación. Es una técnica que se utilizó con frecuencia, ya que ofrece gran cantidad de información vinculable a las intervenciones, pues permite obtener información del

comportamiento espontáneo de los clientes relacionado al motivo de consulta y a la problemática que los aqueja.

Modelo de primera entrevista de Jay Haley. Este modelo comprende cuatro etapas, las cuales permitirán definir el problema y poder pasar a solucionarlo. Estas consisten en la etapa social, planteamiento del problema, interacción y fijación de metas (Haley, 2008). Así, durante la primera entrevista se buscará hacer sentir cómodos a los clientes para obtener su colaboración, se buscará identificar el problema que los aqueja, se observará cómo se relaciona la pareja entre ellos y con respecto al problema para finalmente poder establecer metas claras en cuanto a los cambios que desean lograr (Galicía-Moyedo, 2004).

Entrevista circular. Este tipo de entrevista, desarrollada por el Grupo de Milán, es un tipo de entrevista caracterizada por tres directrices o postulados: Generación de hipótesis, Circularidad y Neutralidad (Ochoa Aldana, 1995). En este tipo de entrevista, el terapeuta intenta explicar tentativamente lo que ocurre en la pareja a la par que intentará falsar o confirmar su hipótesis a través de preguntas acerca de las relaciones, de las diferencias y el cambio, es decir, a través de las relaciones triádicas, manteniendo siempre una postura de neutralidad, con todos a la vez, sin juzgar ni criticar (Rodríguez González, 2004).

Instrumentos.

Familiograma. Herramienta que sirve para esquematizar el diagnóstico. El objetivo es representar a la familia al momento del inicio de la terapia, esboza como se presenta la patología y permite establecer los objetivos terapéuticos. Es además una poderosa forma de simplificar el complejo material que se obtiene de parte de la familia. Ayuda también a esquematizar las jerarquías, alianzas, coaliciones, pautas repetitivas, los subsistemas y otros.

2.3 Procedimiento de la Evaluación Diagnóstica

Esta fase del proceso terapéutico consiste en la identificación de los factores que influyen en el surgimiento y mantenimiento de la problemática con la cual llegan los clientes a terapia. Para ello, toda la información obtenida durante el proceso es analizada a través de un marco conceptual y los resultados obtenidos se organizan de tal manera que se pueda diseñar un plan de intervención, con objetivos claros, para resolver la problemática planteada. En este caso, la evaluación diagnóstica se realizó a través de los conceptos del enfoque sistémico, principalmente de los modelos Estructural, Estratégico y del MRI, a lo largo de tres sesiones. Por tanto, los objetivos de la evaluación consistieron en los siguientes:

1. Identificar los límites al interior como al exterior del subsistema de pareja formado por Mauricio y Fabiola, así como las alianzas, coaliciones y triangulaciones que se den con los miembros del subsistema de pareja que estén influyendo en el surgimiento de la conducta sintomática.
2. Identificar la manera en que se encuentra distribuido el poder en el subsistema (jerarquías).
3. Identificar los intentos de solución empleados por los miembros del subsistema de pareja para resolver el problema que estén influyendo en el mantenimiento de la conducta sintomática.

A su vez, la evaluación diagnóstica, así como todo el proceso terapéutico, se realizó a manera de Coterapia, es decir, con la participación de otra colega, Daniela, con quien se compartieron las tareas de guiar las conversaciones e intervenir durante las mismas. También se contó con su participación haciendo observaciones y discutiendo los resultados de esta

evaluación, así como estableciendo los objetivos del programa de intervención, resultado de la fase diagnóstica, y los cuales se presentarán en el siguiente capítulo. Como parte de la Coterapia, cada uno de los terapeutas se hizo responsable de llevar a cabo ciertas tareas en específico, mientras que compartieron otras más. Estas funciones se describen a continuación.

Coterapeuta 1. Manuel.

- Observar y registrar la conducta de la pareja mientras la Coterapeuta 2 conducía la sesión.
- Hacer acotaciones en relación a la línea de conversación que sigue la Coterapeuta 2.
- Vincular lo conversado durante las sesiones con el motivo de consulta, así como con el sustento teórico.
- Vigilar el cumplimiento de los objetivos del programa de intervención.

Coterapeuta 2. Daniela.

- Conducir las sesiones.
- Explorar el motivo de consulta.
- Determinar el momento adecuado para realizar alguna intervención.
- Brindar contención emocional a la pareja.
- Indicarle a los participantes cómo manejar de manera adecuada sus emociones.

Asimismo, al finalizar las sesiones con la pareja, se realizaron sesiones de complejización, donde se hablaba de lo observado y se establecían los acuerdos para la siguiente sesión, las cuales fueron dirigidas principalmente por el Coterapeuta 1.

Descripción de la sesiones.

A continuación se presentan las descripciones de las primeras tres sesiones del proceso terapéutico, las cuales fueron utilizadas para realizar la evaluación diagnóstica. De igual forma, se presenta el análisis de lo ocurrido durante las sesiones así como de la información obtenida durante las mismas, utilizando los conceptos teóricos de los modelos Estructural, Estratégico y Terapia Breve del MRI, como ya se ha mencionado. A su vez, cabe señalar que en un proceso psicoterapéutico con Enfoque Sistémico no se utiliza una división en fases donde se realiza exclusivamente un diagnóstico u observación externa y posteriormente una intervención, sino que las intervenciones comienzan a darse desde la primera sesión de una manera dinámica y activa. Por tanto, durante estas tres primeras sesiones también se utilizaron técnicas de intervención dirigidas a cumplir los objetivos del programa de intervención diseñado como resultado de esta evaluación, las cuales se señalarán escribiendo en mayúsculas sus nombres y serán descritas posteriormente en el siguiente capítulo.

Sesión 01. Participantes: Fabiola, Mauricio, Daniela y Manuel.

La sesión y el proceso terapéutico comienzan con las presentaciones de los coterapeutas. En seguida, se les explica a Mauricio y a Fabiola el contexto que enmarca el proceso, es decir, que el trabajo realizado en conjunto con ellos servirá para reportar en el trabajo terminal y se les informa de sus derechos como clientes, así como las condiciones del contrato terapéutico (ver Apéndice A).

Posteriormente, se comienza a indagar el motivo de consulta. Fabiola toma la palabra y comienza explicando que acuden a terapia debido a que, desde hace seis meses, ha observado cambios en la manera que Mauricio se comporta en la relación y con ella. Ella menciona que Mauricio ha dejado de ser atento con ella, ha comenzado a salir con sus amigos con mayor

frecuencia y sin ella, ha comenzado a ser más reservado con su celular, pasa más tiempo usándolo, lo mantiene con él y se muestra temeroso de que ella lo revise. Fabiola comenta que antes era común que ambos celulares no tuviesen código de desbloqueo, que pudiesen utilizar el celular del otro de ser necesario, pero ahora Mauricio lo ha bloqueado y no lo comparte.

La situación anterior cobra mayor relevancia para Fabiola cuando ella lee un mensaje que le llegó a Mauricio donde una mujer le preguntaba a él si se iban a encontrar en un evento o reunión, que daba la impresión de que este mensaje fue en respuesta a uno previo que él le envió. Este mensaje Mauricio no lo leyó, ya que Fabiola lo borró después de leerlo, y él se enteró porque ella se lo dijo al confrontarlo. En consecuencia, Fabiola siente una gran desconfianza hacia Mauricio, siente que le está mintiendo y con ello la aleja de él. De igual forma, han comenzado a discutir con mayor frecuencia, donde en tres o cuatro ocasiones han hablado incluso de separarse. Al preguntarle a Mauricio sobre la situación que ha descrito Fabiola, él confirma y está de acuerdo con lo que ella describe, se da cuenta de estos cambios, pero no sabe explicar la causa o el motivo de éstos.

Posteriormente, se le pregunta a Mauricio desde cuando considera que comienzan a tener problemas y él ubica el inicio mucho antes de los seis meses que Fabiola dice. Comienza a explicar que Fabiola, desde que la conoce y comienzan a tener una relación, tiene un carácter muy fuerte, siente que ella se molesta por cosas mínimas y que pelean por cosas pequeñas. También menciona que cuando ella se molesta es muy grosera, insulta y agrede a los demás, grita e inclusive se “desquita” con los niños, por lo cual se ha guardado muchas cosas que no le ha dicho a ella de lo que siente, lo que opina, cómo piensa, etc. Mencionó un ejemplo de cuando una noche salió con sus amigos, después de jugar fútbol, y llegó 10 minutos después de la hora que había acordado con Fabiola, ya que ella lo espera, por lo que ella le cerró la puerta con llave y no lo dejó entrar por un rato.

Por otro lado, otra situación que mencionaron fue que actualmente comparten habitación con sus hijos, durmiendo en la misma cama. De los cuatro, Fabiola se percibe como quien se encuentra más interesada porque compren una cama nueva para que los niños duerman separados de ella y él, cada quien en su habitación. De los niños, ellos mencionan que su hijo mayor también se muestra contento con tener su propio cuarto. Mauricio explica que el que compartan los cuatro la misma habitación se debe a que es la solución más práctica. Comenta que, en ocasiones previas, han intentado hacer que sus hijos duerman en un cuarto diferente, pero Fabián, su hijo más chico, lloraba cuando se despertaba en la noche y notaba que no estaba con ellos, por lo que era necesario que alguno se levantara para calmarlo, siendo generalmente él, pasando una mala noche y sintiéndose cansado en el trabajo, al día siguiente. Él menciona que, a su parecer, Fabiola debería ser quien se levantara para atender a Fabián ya que ella no trabaja fuera de la casa como él y ella tiene tiempo de descansar después de dejar a los niños en la escuela, pero sucedía que ella se molestaba cuando él la despertaba o al final ella no se levantaba, por lo que consideró que era mejor seguir compartiendo la habitación.

De igual forma, se les preguntó sobre su vida sexual y cómo la percibían. Ambos coincidieron en que es buena, se sienten satisfechos con ella, ya que mencionan que mantienen relaciones sexuales con frecuencia. En palabras de Fabiola “no podría ser mejor”, “no me puedo quejar”.

En cuanto a las familias de origen, mencionan que la familia de Mauricio es a la que más frecuentan y a quienes recurren más cuando necesitan ayuda, en particular con sus hijos. De hecho, la familia de Mauricio fue quien los apoyó cuando tuvieron problemas económicos debido a que él se quedó sin empleo. A la familia de Mauricio la visitan ambos y juntos, pero cuando se trata de la familia de Fabiola, se han dado varias ocasiones en las que es ella con sus hijos quienes los visitan, sin él. Ella explica que ha optado porque sea así, ya que a ella no le

gusta cómo se comporta Mauricio durante las visitas, usando el celular, siendo reservado, diciéndole cosas de los niños de cómo se están comportando y lo que están haciendo para que ella esté pendiente de ellos y les llame la atención. Por tanto, ella menciona que se siente más tranquila cuando él no va.

Análisis de la sesión.

Según la información obtenida de la conversación y del comportamiento observado durante la sesión, queda claro que existe tensión e insatisfacción al interior del subsistema u holón de pareja, donde se da principalmente el conflicto, y el cambio comportamental de Mauricio sería la conducta sintomática, entendiéndose como un indicador de que algo no está bien en la relación y como un intento de restablecer el equilibrio entre ellos.

Asimismo, el deseo de Mauricio de que los cuatro sigan compartiendo la misma habitación puede entenderse como una triangulación a través de los niños, otra estrategia utilizada por él con el objetivo de liberar la tensión en el subsistema y obtener cierto equilibrio, como una barrera para evitar discusiones y pleitos entre ellos estando solos, generando a su vez distanciamiento emocional, lo cual es percibido por Fabiola.

De la forma en la que se relacionaron durante la sesión al explicar el motivo de consulta, se observa en ellos un estilo de relación complementario, donde Fabiola es la que principalmente habla y Mauricio se calla cuando ella interviene, por lo que parece que Fabiola tiene más poder en la relación. Esto, a su vez, puede entenderse como una analogía, donde Mauricio siente que Fabiola tiene más oportunidad de decidir y sus preferencias y su voz tiene más importancia que las de él, no solo durante la sesión y al momento de discutir, sino también en la relación en general. Por tanto, la conducta sintomática en Mauricio puede entenderse como resultado de esta forma de relacionarse y de dicha distribución de poder; como un intento por restablecer el equilibrio en el subsistema. Es decir, “más quieres de saber

de mí, revisar mis cosas e investigarme, menos me dejo, más lo oculto y me rebelo”, siento esto un estilo de relación simétrica. No obstante, este estilo de relación y lucha de poder los ha llevado a desvalidar el discurso del otro y con esto su forma de pensar y su sentir, acrecentando la distancia emocional entre ellos y perpetuando la conducta sintomática.

De igual manera, se observa una incongruencia jerárquica en el subsistema de pareja, donde los límites no son claros. Por un lado, ambos tienen claras algunas de sus labores y funciones en el sistema familiar y en el subsistema de pareja, donde Mauricio es el proveedor y Fabiola es la responsable de la administración de los recursos, cuidar de los niños y el mantenimiento del hogar, pero otro lado, parece ser que las responsabilidades propias de esta jerarquía no se están cumpliendo, debido a que los límites no son claros. Antes de que nacieran sus hijos, ambos trabajaban y aportaban económicamente al sistema familiar, ambos compartían esta responsabilidad y si se considera al dinero como símbolo de poder, ambos mantenían una jerarquía igualitaria. Sin embargo, al nacer los niños, al dejar Fabiola su empleo y al convertirse Mauricio como principal proveedor, la jerarquía cambió, quedando él por encima de ella. No obstante, Fabiola no se mostró inconforme con esta organización sino hasta que percibió que Mauricio no cumplía con todas las nuevas funciones que ahora le corresponderían. Por ejemplo, al tener una mayor jerarquía, puede entenderse como una de las responsabilidades de Mauricio atender las solicitudes de Fabiola, salir poco y quedarse en la casa para cuidarla, comprar una cama para que los niños duerman en su habitación y ellos duerman solos, cosas que ella ha pedido y no se están dando. De esta manera, la conducta actual de Fabiola de estar muy encima de Mauricio, desvalidarlo, hablar más, etc., que explica la conducta sintomática en Mauricio, puede entenderse, de igual forma, como un intento por parte de ella de restablecer el equilibrio en el subsistema de pareja, donde parece que él está

abusando del poder que tiene, aprovechando más los privilegios y cumpliendo menos con sus responsabilidades o funciones.

Por otro lado, el cambio comportamental de Mauricio descrito por Fabiola se asemeja a indicadores de infidelidad o de la presencia de una tercera persona, otro ejemplo de triangulación. Sin embargo, la satisfacción con su vida sexual no coincide con esta hipótesis, aunque no la descarta. Llama la atención la diferencia en el inicio de los problemas en su relación que ambos perciben, siendo Mauricio el que ubica el inicio de los problemas mucho antes de los seis meses, lo cual sugiere que él se ha sentido incómodo por más tiempo, originando entre ellos una distancia emocional, causando o explicando la conducta sintomática de Mauricio descrita por Fabiola y que, a su vez, la literatura señala como una de las posibles causas de una infidelidad.

Sesión 02. Participantes: Fabiola, Mauricio, Daniela y Manuel.

Esta sesión comenzó con una evaluación de los cambios que percibieron de la sesión anterior a la actual con la intención de formar una buena alianza terapéutica, así como identificar la motivación y confianza hacia el proceso terapéutico por parte de ellos, al igual que identificar aquellos elementos que fueron de utilidad en la sesión anterior, con el objetivo de replicarlos (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL; BÚSQUEDA DE EXCEPCIONES).

Fabiola comienza explicando que la sesión anterior les fue de mucha utilidad ya que ella nota que él le “está echando ganitas” al proceso y a mejorar la relación, lo cual la deja muy contenta y tranquila. Ella lo nota en la forma de discutir que han tenido en el lapso entre sesiones, la cual es diferente a la forma de discutir previo a iniciar el proceso terapéutico. La diferencia consiste en que antes las discusiones escalaban hasta convertirse en pleitos, ambos

se molestaban, se ignoraban durante horas o días, dejaban de hablarse incluso yendo a dormir molestos o saliéndose de la casa después de una discusión. En cambio, estos días han discutido y el enojo les ha durado poco, minutos, retomando la comunicación, hablándose de manera cordial “como si no hubiese pasado nada”, “a seguir normal”. También, ambos mencionan que la sesión anterior les sirvió de “desahogo”, lo cual hizo que se sintieran mejor y tener mejor disposición los siguientes días.

De igual manera, Fabiola menciona que otra utilidad que tuvo la sesión anterior fue para escuchar a Mauricio, ya que en su casa no habían tenido oportunidad de hablar lo que se habló la sesión pasada y admite que desconocía cosas que él dijo, como impresiones, opiniones, actitudes, etc. Esto les ayudó para estar juntos. Asimismo, ambos se sintieron contentos de descubrir que aún quieren estar juntos, ya que pensaban que estaban hartos uno del otro. De nuestra parte, sintieron que nuestro rol fue de réferi, siendo mediadores en la discusión y ayudándolos a poder conversar sin terminar en pleito. En este momento, ella acepta la posibilidad de que el problema en la comunicación sea en parte su responsabilidad, ya que tiende a cerrarse, a solo ver su punto de vista y esto puede generar que Mauricio ya no quiera hablar con ella, pues él le ha mencionado en repetidas ocasiones que ella solo quiere ganar y siempre gana.

Posteriormente, Daniela comienza a hablar sobre las metas o directrices que seguirá el proceso, donde nosotros hemos observado algunos puntos sobre los que sería necesario trabajar, pero que sería lo más adecuado que estas metas sean establecidas junto con ellos, ya que ellos son los clientes (y así lo sugiere el enfoque de intervención sistémico), al igual que se les hizo la sugerencia de tener sesiones individuales donde ambos pudiésemos hablar con cada uno por separado, con el propósito de conocerles como individuos y fuera de la pareja (DIRECTIVA DIRECTA, DESEQUILIBRAMIENTO).

La sesión continuó hablando de un compromiso que hizo Fabiola con la familia de Mauricio, sin considerarlo a él y que les ha perjudicado, que consiste en que Fabiola cuidase a la hija de su cuñada todos los días. Admite que eso estuvo mal, que le ganó el impulso y que debió hablar antes con Mauricio sobre ello. Ella explica que esto les generó problemas en la dinámica familiar, pues termina cansada después de cuidar a la bebé y a sus dos hijos y queda de mal humor para recibir a Mauricio, sobre todo porque Adriana no ha respetado los horarios en lo que habían quedado, notando que ella se comporta muy “conchuda”, lo cual a ambos les molesta, pues ninguno se considera así y sienten que eso es algo que los ha ayudado a permanecer juntos. Esta rutina llevaba dándose durante varios meses hasta ese momento de la sesión, en la que ella le informa a él de que habló con su hermana Adriana y le comentó que ya no podría cuidar a la bebé, por lo que ahora la llevarían a una guardería mientras Adriana está ocupada en las mañanas. También reconoce que a ella le cuesta trabajo decir que no y que eso influyó en que se comprometiera sin pensarlo más detenidamente. Ante esta situación, Manuel le sugiere a Fabiola que para futuras ocasiones, cuando la familia de origen de Mauricio la intente involucrar en alguna toma de decisiones o le pidan algo, que diga “le voy a comentar a Mauricio” y le comente a él la situación dada y a su vez, que sea él el que al final les informe de aquello que entre los dos hayan decidido. Así podría evitar verse en situaciones donde a ella le cueste trabajo decir “no” (FRONTERAS, DIRECTIVA DIRECTA).

Finalmente, la sesión concluye con Fabiola explicando que le molestan mucho dos conductas que realiza Mauricio cuando está con ella: una es que no le conteste cuando ella le está hablando y otra es que ponga por encima de ella a los niños. En este momento, ella mencionó como ejemplo un día que estaban los cuatro en el carro y ellos dos estaban hablando sobre el recibo de luz, que debían de pagarlo, pero mientras hablaban, sus hijos estaban peleando entre ellos y cuando Fabiola le preguntó algo a Mauricio sobre lo que acaba de decir

del recibo de luz, él se volteó hacia sus hijos sin contestarle a ella para hacer que dejaran de pelear. También mencionó ejemplos en los que, cuando sus hijos interrumpen una conversación entre ellos, él les da prioridad a ellos y no les dice “estoy hablando con mamá. En un momento estoy contigo”, cuando ella sí lo hace; o no les dice que se salgan un momento de la habitación o que jueguen algo mientras ellos terminan de conversar. Esto le hace sentir que Mauricio no le presta atención o no le importa lo que ella tiene que decir.

Análisis de la sesión.

En esta sesión se pudieron identificar nuevamente algunos de los elementos observados en la sesión anterior que contribuyen al mantenimiento del problema, es decir, la conducta sintomática manifestada por Mauricio si se le toma a él como el miembro sintomático. En términos de estructura, nuevamente se observan indicios de una organización que contribuye al mantenimiento del problema y, de igual manera, se identificaron algunas conductas que señalan un intento de solución por parte de Fabiola que es, a su vez, un contribuyente del mantenimiento del problema e insatisfacción en la pareja.

Como primera observación, se puede identificar nuevamente una incongruencia jerárquica en la relación, ya que es Fabiola quien toma la palabra y comienza a explicar, por los dos, los cambios que se dieron desde la sesión anterior y mencionando que ella nota que él le “está echando ganitas”. Esta forma en la que se expresa Fabiola puede entenderse como que ella se ve en una postura de superioridad, lo cual no es esperado en una relación de pareja, responsabilizando a Mauricio de los problemas entre ellos y dejándolo en una postura de inferioridad y minusvalía. Asimismo, esta forma Fabiola de expresarse puede indicar el intento de solución “Llegar a un acuerdo mediante la oposición”, ya que este intento de solución se observa en una relación de pareja cuando uno de los cónyuges siente que no está siendo

tratado con el debido respeto y por tanto exige ser tratado con la superioridad que le corresponde, siendo generalmente el cónyuge quien está más interesado en asistir al proceso y quien saca la cita, lo cual coincide con el caso de Mauricio y Fabiola. No obstante, lo que suele obtenerse con este intento de solución es usualmente lo contrario, completando la otra parte de la incongruencia jerárquica, ya que, pese a sus intentos, Fabiola no consigue cambiar la conducta de Mauricio, dejándolo a él en una postura de superioridad y de poder, causando a su vez que Fabiola se comporte de la forma en la que ella contribuye al mantenimiento de la conducta sintomática de Mauricio.

De igual manera, Fabiola mencionó la sesión anterior fue de utilidad para escuchar a Mauricio, ya que en su casa no habían tenido oportunidad de hablar lo que se habló en la sesión pasada y admite que desconocía cosas que él dijo, como impresiones, opiniones, actitudes, etc. Sin embargo, en este comentario puede observarse un doble mensaje, ya en el aspecto digital, Fabiola se muestra contenta de escuchar a Mauricio, percibe como algo bueno de la terapia que él se exprese más y el poder escuchar cosas que él normalmente no dice, pero en el aspecto análogo (o no verbal), Fabiola es quien toma la palabra de primero, es quien habla por los dos durante la sesión y desvalida a Mauricio cuando dice algo con lo que ella no está de acuerdo corrigiéndolo o diciendo “no fue así”, “no es así”. De igual forma, esta forma de relación y de comunicación puede entenderse como una analogía, donde Mauricio percibe que él tiene menos poder en la relación, menor oportunidad de participar y ser escuchado, llevándolo a adoptar una postura sumisa, de menor participación y cerrado a la comunicación, lo cual trae como consecuencia que Fabiola se comporte de la forma en la que ella fomenta la conducta sintomática en él, debido a la complementariedad y la influencia interpersonal. Estas observaciones se confirman cuando Fabiola menciona que Mauricio le ha dicho en repetidas

ocasiones que “ella solo quiere ganar y siempre gana”. No obstante, Mauricio también parece contribuir a que la conducta sintomática aparezca cuando Fabiola le habla y él no le contesta.

Ahora bien, en cuanto a la estructura y organización, se pudo observar nuevamente que Mauricio y Fabiola poseen límites difusos en el holón de pareja, tanto con la familia de origen de Mauricio como con sus hijos, formando alianzas y coaliciones y así perpetuando la conducta sintomática, Fabiola aliándose con la familia de origen de Mauricio y él, con sus hijos. Fabiola mencionó que ella hizo un compromiso con Adriana, la hermana menor de Mauricio, de cuidar a su hija mientras ella trabajaba, pero sin hablarlo primero con Mauricio, lo cual trajo como consecuencia un cambio en la rutina familiar, poniendo por encima de Mauricio a su hermana Adriana y formando así la alianza con ella. Por su parte, Mauricio suele darle mayor importancia a las necesidades y comodidades de sus hijos, sobre las de Fabiola o a las de ellos como pareja, según describe Fabiola, tanto en la sesión anterior como en esta. Esto se observa cuando Mauricio deja que las conversaciones de la pareja sean interrumpidas por sus hijos.

Sesión 03. Participantes: Fabiola, Mauricio, Daniela y Manuel.

En esta sesión, Mauricio y Fabiola comenzaron hablando de que han estado muy bien entre ellos, de que han discutido poco, de que celebraron su aniversario de casados yendo a cenar juntos, pero continuaron hablando sobre una discusión que tuvieron ese mismo día sobre remodelaciones que ella quiere hacer en la casa, pero con las cuales él no está de acuerdo. Ella quería remodelar la cocina, hacerla más grande, pero él considera esto un gasto innecesario, a lo que ella le dijo que entonces quería que hicieran un jardín interno donde pudiesen estar las tortugas de sus hijos, con lo cual él tampoco estuvo de acuerdo, ya que prefiere que ese jardín esté en otro lugar, donde ella no está de acuerdo, ya que lo utiliza para poner otros objetos de

decoración. Ella menciona que le molestó esta situación porque ella ya había cedido en no remodelar la cocina por lo que esperaba que él cediera en algo, que en este caso era que se construyese un jardín interno. Fabiola menciona que ella quiere hacer este jardín para que las tortugas de sus hijos vivan ahí, ya que así se le haría más fácil a ella de cuidar. También ella le expuso la posibilidad de regalar a las tortugas, pero él también se negó a esta posibilidad. Finalmente comentaron que no llegaron a ningún acuerdo y abandonaron el tema.

A continuación, Daniela retoma una discusión pendiente de la sesión anterior en la que se había hablado sobre la familia de Mauricio y la manera en que Fabiola se relaciona con ellos (FRONTERAS). Ella les preguntó si tuvieron oportunidad de hablar al respecto y ambos mencionan que sí lo hicieron, pero que tampoco llegaron a ningún acuerdo. Se les pregunta si en el lapso en que no nos vimos se dio una oportunidad de que se relacionaran diferente con la familia de Mauricio o una oportunidad de aplicar las alternativas que se hablaron en la sesión anterior (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL ENTREVISTADO EN OBSERVADOR, PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIONES), a lo que ella contesta que no. Explica que es posible de que no se haya dado oportunidad ya que ella ha estado marcando su límite con la familia de Mauricio, evitando hablar o mantenerse al margen en las conversaciones y todo aquello que quisiera decirle a su familia, mejor se lo comenta a él. Luego, se le pregunta a Mauricio su opinión o impresión sobre los cambios que ha hecho Fabiola y contesta que le han parecido bien, que está contento, pero que explica que no esperaba que Fabiola dejase de hablar con su familia, sino que no se comprometiera o involucrara de más, ofreciéndose a hacer cosas por ellos sin que se los pidan. Concluyen con el comentario de que estos días han visto poco a la familia de Mauricio y por tanto no se ha dado este problema.

La conversación continúa preguntando por otro cambio (FRONTERAS) que se habló en la sesión pasada que consistía en que Fabiola dejara de cuidar a la sobrina de Mauricio, ya que él siente que su hermana menor no se responsabiliza de su hija y le carga la mano a Fabiola y por ello, Adriana decidió comenzar a llevar a su hija a la guardería, a lo que Fabiola responde que sí le ha costado trabajo, ya que la extraña, pero la tranquiliza ver a la bebé muy contenta con este cambio, ver que se ha adaptado muy bien a la guardería. Mencionó que le disgustó enterarse que su cuñada deja a la bebé mucho tiempo sola en la guardería, sintiendo el impulso de ofrecerse a ir por ella más temprano cuidarla hasta que su cuñada pudiese ir por ella, pero se contuvo y no respondió a este impulso, en parte porque Mauricio le hizo el señalamiento. Ella admite que suele ser “metiche” con la familia de Mauricio, pero menciona que también ha sido consecuencia de él, ya que él la ha empujado a jugar ese rol de vocera y representante.

A continuación, la conversación desembocó en el tema de las salidas de Mauricio y en el nuevo comportamiento que tiene, tomando con más frecuencia y saliendo más seguido. Fabiola nota esto como un cambio importante, ya que siente que con este grupo de amigos, Mauricio no pone límites, poniéndolos por encima de ella y de su familia y considerando que el tiempo o la época para esto ya pasó, pues ahora tiene una familia que cuidar, más responsabilidades y no puede estarse exponiendo a manejar “tomado”. Se le pregunta a Fabiola cómo le hacen sentir estas conductas de Mauricio y menciona que está relacionado con las prioridades, que no tiene bien ordenadas sus prioridades, donde su familia y ella son primero a sus amigos. Menciona un ejemplo en el que Mauricio pidió un pase de salida en su trabajo para salir con sus amigos a tomar, cuando ella le ha pedido que haga eso mismo para alguna actividad de ellos y él se niega a hacerlo. Asimismo, menciona que esto le molestó porque no se lo dijo, sino que ella se enteró porque lo sospechó y le preguntó directamente.

Posteriormente, en la conversación, Fabiola comenzó a decir que ha sentido que el proceso terapéutico les ha ayudado mucho, que salen contentos de las sesiones, que ella se siente muy contenta y explica que esto se debe a que siente que Mauricio sí la escucha durante las sesiones, que todo aquello que hablan en su casa y no logran resolver, durante las sesiones sí nota avances. Reconoce que nota un esfuerzo por parte de Mauricio, que ha puesto de su parte y ha hecho cambios en su conducta y en su trato hacia ella, cosas que ha pedido durante las conversaciones en las sesiones y cosas que incluso no ha pedido. También comenta que ella se ha contenido de decir muchas cosas y de pelearse, para mejor hablarlo durante las sesiones y así evitar que las discusiones escalen.

Finalmente, Fabiola explica sobre la salida de Mauricio el día en que pidió el pase de salida, y comenta que la noche anterior a uno de los partidos habían salido juntos y con esos mismos amigos, solo que acompañados de las novias y esposas de los miembros del grupo. En un momento, durante la salida, él le comenta que aparte de la salida de esa noche, también se verían al día siguiente en el partido y se quedaría después, como suele hacer, a lo que ella le contestó que en ese caso mejor ya se iban, ya que era tarde, pues al fin y al cabo los vería al día siguiente. Él se disgustó con esta reacción de Fabiola, a lo que ella le contesta “si te vas a quedar con ellos hoy, mañana ya no sales. Así que escoge”, a lo que Daniela le refleja que esta forma de dirigirse a él y de relacionarse pareciera una relación madre hijo, donde ella lo trata como su hijo y no como su pareja (PREGUNTA ESTRATÉGICA, DIRECTIVA DIRECTA, METÁFORA, DESEQUILIBRAMIENTO).

Análisis de la sesión.

En esta sesión se pudo identificar nuevamente la forma simétrica en la que Fabiola y Mauricio se relacionan, lo cual se da en relaciones de pareja donde se da una lucha por el

poder. En esta sesión se observó mientras explicaban la discusión que se dio por la remodelación de la casa. Fabiola explicaba que ella inicialmente deseaba que hicieran la remodelación de la cocina, pero ante la negativa de Mauricio, sugirió la remodelación de otra zona de la casa y ante la nueva negativa de Mauricio, ella se molestó ya que esperaba que Mauricio cediera puesto que ella ya había cedido inicialmente. Durante la explicación de esta discusión, se pudo notar cómo comenzaron a elevar más el tono de voz, interrumpirse al explicar sus argumentos para justificar sus decisiones o solicitudes, buscando principalmente ganar la discusión más que llegar a un acuerdo real.

De igual forma, en este evento se puede observar nuevamente los límites difusos que existen en el holón de pareja, ya que Mauricio argumenta estar en contra de regalar a las tortugas debido a sus hijos, ya que son sus mascotas y es por ello que desea conservarlas, aun cuando es Fabiola quien es la principal responsable del cuidado de las estas mascotas y son los niños no participan en su cuidado. Asimismo, en este ejemplo se observa también límites difusos o poco claros al interior de la pareja, ya que no queda claro quién es el responsable del cuidado de las mascotas y quién debe tomar las decisiones al respecto, ya que sería esperado que quien sea responsable de esa tarea sea quien tome decisiones al respecto. También, otro ejemplo de la poca claridad en los límites y el cumplimiento de las funciones de cada uno como pareja sería la negativa de Mauricio de cumplir las solicitudes de Fabiola en cuanto a la remodelación de la casa, en particular de la cocina, siendo ella la principal usuaria.

Por otro lado, en esta discusión también se puede observar nuevamente una incongruencia jerárquica, ya que Fabiola no parece tener la misma posibilidad de decisión que Mauricio sobre las mascotas, pese a que es ella quien es la principal responsable del cuidado y limpieza de las tortugas, lo cual la pone en una postura de inferioridad ante Mauricio. Esto

mismo se observa en la negativa de Mauricio de cumplir la solicitud de Fabiola de remodelar la cocina, aun cuando es ella quien pasa más tiempo ahí.

Otro ejemplo donde se observa la incongruencia jerárquica en la relación es en la postura que toma Fabiola en relación a la conducta de Mauricio cuando está con sus amigos. Fabiola menciona que le disgusta la forma en que se comporta Mauricio cuando está con sus amigos y con la frecuencia con la que los ve, ya que considera que “el tiempo o la época para esto ya pasó” y “que no tiene bien ordenadas sus prioridades, donde su familia y ella son primero a sus amigos”. Esta forma de expresarse puede verse como un intento de Llegar a un acuerdo mediante la oposición, el cual es un intento de solución donde la persona afectada, en este caso Fabiola, le exige a la otra parte que le trate con superioridad, en este caso Mauricio, poniéndolo a él en una postura de inferioridad y propiciando en Mauricio la conducta sintomática debido a la incongruencia jerárquica. También se observa cuando Fabiola le dijo a Mauricio “si te vas a quedar con ellos hoy, mañana ya no sales. Así que escoge”.

De igual forma, en esta misma discusión se observa la ausencia de límites claros en el holón de pareja, causando la conducta sintomática, ya que no existe un acuerdo claro en cuanto a las salidas, así como en las conductas esperadas o apropiadas de acuerdo a la edad y a los roles que desempeñan actualmente, puesto que Fabiola considera que la conducta de Mauricio es inapropiada y él claramente está en desacuerdo. Asimismo, el que Mauricio haya decidido usar el pase de salida de su trabajo para salir con sus amigos y no lo haga para eventos familiares, o cuando Fabiola se lo ha pedido, puede entenderse como una alianza de Mauricio con sus amigos dejando a Fabiola y su familia en un lugar inferior, así como una ausencia de límites en el holón de pareja y en el sistema familiar. A su vez, esta decisión de Mauricio lo deja a él en una postura superioridad, ya que sus necesidades quedan por encima

de las de Fabiola o su familia, lo cual consiste en una incongruencia jerárquica y propicia que se desencadene la conducta sintomática, la cual se observa la lucha de poder.

Finalmente, se pudo observar cómo Mauricio participa en el mantenimiento del problema a través de la complementariedad y de un intento de Conseguir la sumisión a través de la libre aceptación. En la relación, es Fabiola quien parece tener más poder, siendo quien habla por los dos e imponiendo su opinión sin dejar lugar a lo que Mauricio pudiese pensar o decir causando así un desequilibrio en la relación y una incongruencia jerárquica. No obstante, esto a su vez es causado y mantenido por él, poniéndose a sí mismo en esa postura al esperar que Fabiola sea la vocera de los dos frente a su familia de origen y en el proceso terapéutico y siendo poco claro en lo que desea, así como poco asertivo. Cuando Fabiola mencionó que ella está reduciendo su participación la familia de origen de Mauricio y dándole prioridad a él incluyéndolo en la toma de decisiones, Mauricio menciona que está contento con ello, pero “no es lo que quería”. Esto puede entenderse como un mensaje doble y confuso, donde no queda claro qué es lo que él desea o espera de Fabiola y negándose a hacer una solicitud clara, lo cual puede propiciar un desinterés en Fabiola de evitar iniciar la secuencia de la conducta sintomática.

Resultados de la Evaluación Diagnóstica.

Como resultado del análisis de las sesiones, se identificó que Mauricio y Fabiola:

1. Son un subsistema de pareja que presenta límites difusos, tanto hacia al exterior con la familia de origen de Mauricio, como hacia el interior de la pareja, donde los roles, funciones, reglas y expectativas de cada uno quedan poco claros, así como su identidad como pareja. De igual forma, como resultado esta ausencia de límites claros en el subsistema de pareja, se ha formado una triangulación entre Mauricio y Fabiola con

sus hijos así como con la familia de origen de Mauricio, y una coalición entre Fabiola y Adriana, la hermana menor de Mauricio, en contra de él.

2. Asimismo, presentan una incongruencia jerárquica en su relación, donde ambos se consideran en una postura inferior al otro, llevándolos a relacionarse de una manera simétrica en una lucha por el poder en la relación, siendo la conducta sintomática un ejemplo de ello.
3. De igual forma, se observa que realizan intentos de solución que perpetúan esta conducta, tales como Llegar a un acuerdo mediante una oposición, Conseguir la sumisión mediante la libre aceptación y Confirmar las sospechas del acusador mediante la autodefensa.

Capítulo 3. Programa de Intervención Desarrollado

3.1 Criterios utilizados para diseñar el programa de intervención

Para el diseño del programa de intervención, se utilizaron los resultados obtenidos de la **evaluación diagnóstica**, la cual se realizó a través de los conceptos del enfoque sistémico, principalmente de los modelos Estructural, Estratégico y del MRI, en la que se identificó que Mauricio y Fabiola son un subsistema u holón de pareja que presenta límites difusos, tanto hacia al exterior con sus hijos y con la familia de origen de Mauricio, como hacia el interior de la pareja donde los roles, funciones, reglas y expectativas de cada uno quedan poco claros, así como su identidad como pareja.

Asimismo, como resultado de dicha evaluación también se identificó que presentan una incongruencia jerárquica en su relación, llevándolos a relacionarse de una manera simétrica debido a una lucha por el poder en la relación, siendo la conducta sintomática un ejemplo de ello, así como intentos de solución que perpetúan esta conducta, tales como llegar a un acuerdo mediante una oposición y la confirmación de las sospechas del acusador mediante la autodefensa. De igual forma, como resultado de esta lucha de poder y la ausencia de límites claros en el holón de pareja, se ha formado una triangulación entre Mauricio y Fabiola con sus hijos así como con la familia de origen de Mauricio, y una coalición entre Fabiola y Adriana, la hermana menor de Mauricio, en contra de él.

De igual forma, para el diseño del **programa de intervención**, se emplearon la teoría y las técnicas del enfoque sistémico, principalmente de los modelos Estructural, Estratégico, del MRI y Centrado en Soluciones. Asimismo, se tomaron en consideración los cambios observados en el comportamiento de Mauricio y Fabiola así como la retroalimentación que ellos mismos reportaban sesión con sesión, las características y habilidades más y menos

desarrolladas de ambos como pareja así como de cada uno en lo individual, por lo que el programa y las técnicas empleadas se fueron modificando y ajustando según las necesidades y circunstancias del momento.

Finalmente, se tomaron en consideración otros **factores relacionados con el contexto** en el que se realizó el proceso terapéutico, tales como el número de sesiones acordado previamente con Mauricio y Fabiola en el contrato terapéutico, fechas y plazos establecidos para la realización de cada etapa del proceso, entre otras.

3.2 Objetivos del programa de intervención

Según los resultados obtenidos de la evaluación diagnóstica, la cual se basó en los principios y conceptos de los modelos Estructural, Estratégico y del MRI pertenecientes al enfoque sistémico, los objetivos que el presente programa de intervención persiguió fueron los siguientes:

1. Restablecer la congruencia jerárquica en la pareja.
2. Fortalecer el subsistema u holón de pareja conformado por Mauricio y Fabiola a través del establecimiento de límites hacia el exterior con la familia de origen de Mauricio y con sus hijos, así como al interior de la pareja a través de la construcción de una identidad como pareja, favoreciendo espacios de convivencia, diálogo e intimidad entre ellos.
3. Desarrollar pautas diferentes de comunicación e interacción a las utilizadas actualmente por la pareja, que fortalezcan el subsistema, salvaguarden el vínculo de pareja y mantengan la congruencia jerárquica.

3.3 Recursos utilizados

Técnicas.

Para ejecutar el presente el programa de intervención se emplearon una serie de técnicas terapéuticas de los modelos Estructural, Estratégico, Milán, del MRI y Centrado en Soluciones, todos pertenecientes al enfoque sistémico, las cuales se enlistan a continuación.

Tabla 1

Listado de técnica utilizadas en el programa de intervención

Modelo	Técnicas
Estructural	Enfoque
	Intensidad
	Fronteras
	Desequilibramiento
	Complementariedad
	Construcciones
Estratégico	Los Lados Fuertes
	Directivas directas o tareas directas
Milán	Metáfora
	Entrevista Circular: Preguntas lineales; Preguntas circulares; Preguntas estratégicas, y Preguntas reflexivas: Orientadas al futuro, Que convierten al interrogado en observador, De cambio inesperado de contexto, Con una sugerencia explícita, De comparación normativa, Que clarifican

	distinciones, Que interrumpen la secuencia sintomática en acción Connotación positiva Redefinición
MRI	Llegar a un acuerdo mediante una oposición Conseguir sumisión a través de la libre aceptación Confirmación de las sospechas del acusador mediante la autodefensa
Centrado en Soluciones	Elogio Pregunta de escala Búsqueda de excepciones

De igual forma, la descripción de cada una de las técnicas empleadas se detalla en la sección de Apéndices (ver Apéndice B).

3.4 Procedimiento de intervención

A continuación se presenta, sintetizado en una tabla, el procedimiento utilizado para ejecutar el programa de intervención establecido para la problemática de Mauricio y Fabiola, donde se incluyen los objetivos del programa que se persiguieron en cada sesión y las técnicas empleadas para alcanzar tales objetivos. Posteriormente, se presenta la descripción de cada una de las sesiones del programa de intervención a manera de guión, donde se ilustra el uso de las técnicas de intervención empleadas, resaltándolas en mayúsculas. Cabe señalar que el programa se fue ajustando según fuese necesario tomando en consideración los resultados

obtenidos en cada sesión y la retroalimentación que Mauricio y Fabiola fueron aportando semana con semana.

Tabla 2

Programa de intervención empleado con Mauricio y Fabiola

Número de sesión	Fase del programa	del Objetivo abordado	Técnicas y estrategias utilizadas
1	Diagnóstico		Observación, Entrevista circular, Familiograma
2	Diagnóstico	1, 2	Observación, Entrevista circular: Preguntas lineales; Fronteras, Desequilibrio, Directivas directas, Búsqueda de excepciones
3	Diagnóstico	1,2, 3	Observación, Entrevista circular: Preguntas estratégicas, Preguntas reflexivas: Que convierten al interrogado en observador, Que clarifican distinciones; Fronteras, Directivas directas, Metáfora, Desequilibrio
4	Intervención	1, 2	Enfoque, Intensidad, Fronteras, Desequilibrio, Complementariedad, Construcciones; Directivas directas, Metáforas; Entrevista Circular: Preguntas lineales, Preguntas circulares, Preguntas estratégicas y Preguntas reflexivas: Orientadas al futuro, Con una sugerencia explícita, Que clarifican distinciones, Que interrumpen la secuencia sintomática en acción, Connotación positiva, Redefinición; Reestructuración o Redefinición, Confirmación de las sospechas del acusador mediante la

			autodefensa; Elogio.
5	Intervención	1, 3	Desequilibramiento, complementariedad, directivas directas, analogía, reestructuración, cómo empeorar el problema, interferencia
6	Intervención	1, 2	Intensidad, Enfoque, Fronteras, Desequilibramiento, Construcciones, Lados fuertes; Pregunta lineal, pregunta circular, pregunta reflexiva que convierte al entrevistado en observador, pregunta reflexiva que clarifica distinción, pregunta reflexiva con sugerencia implícita, pregunta estratégica, Connotación positiva, Redefinición; Búsqueda de excepción, Elogio; Directiva directa, metáfora
7	Intervención	1, 2, 3	Enfoque, Intensidad, Fronteras, Desequilibramiento, Complementariedad, Lados fuertes, Construcciones; Entrevista circular: pregunta lineal, pregunta circular, pregunta estratégica, pregunta reflexiva que convierte al interrogado en observador, pregunta reflexiva que clarifica distinción, pregunta reflexiva con sugerencia implícita, Connotación positiva, Redefinición; Directiva directa; Elogio.
8	Intervención	1, 2, 3	Enfoque, Intensidad, Complementariedad, Construcciones, Lados fuertes; Entrevista circular: Pregunta circular, Pregunta estratégica, Pregunta reflexiva orientada al futuro, Pregunta reflexiva que convierte al entrevistado en observador, Connotación positiva; Directiva directa, Metáfora; Intento de llegar a un acuerdo

			mediante la oposición, Intento de conseguir sumisión mediante la libre aceptación, Redefinición; Búsqueda de excepciones, Elogio
9	Intervención	2, 3	Lados fuertes, construcciones, Intensidad, Enfoque, Fronteras, Desequilibrio; Entrevista circular: pregunta lineal, pregunta circular, pregunta estratégica, Redefinición; Búsqueda de excepciones; Directiva directa.
10	Intervención	2, 3	Construcciones, Intensidad, Enfoque, Fronteras, Lados fuertes; Entrevista circular: Preguntas lineales, preguntas circulares, preguntas estratégicas, preguntas reflexivas que clarifican distinciones, preguntas reflexivas con sugerencia implícita; Redefinición, Connotación positiva; Directiva directa, Metáfora; Cambio de dirección; Elogio.
11	Evaluación		Guión de entrevista semiestructurada (ver Apéndice B), entrevista.

Descripción de las sesiones.

Sesión 04. Participantes: Fabiola, Mauricio, Daniela y Manuel.

Esta sesión consistió en la primera del plan de intervención. Si bien hubo intervenciones dirigidas a generar un cambio en la forma de relacionarse de Mauricio y Fabiola en las primeras sesiones, a partir de esta sesión las intervenciones comenzaron a enfocarse a resolver los problemas identificados en la evaluación diagnóstica. Esta sesión estuvo dedicada a trabajar en los objetivos 1 y 2 del plan de intervención: Establecer la Congruencia Jerárquica y fortalecer el Subsistema de pareja mediante el Establecimiento de Límites.

La sesión comienza con un saludo a Fabiola y Mauricio y preguntándoles sobre los cambios o eventos significativos que ocurrieron después de la última sesión.

Fabiola - Veo que ahora no es como antes que por una pendejada ya no nos hablamos por días, hemos estado muy bien. Hemos tenido algunos conflictos, pero los hemos solucionado. Eso me hace sentir bien, más segura. Igual la semana pasada Mauricio se acercó y me dijo que la regó y me pidió perdón, así que siento que estamos bien en esa parte. Lo que si quisiéramos es hacer los acuerdos porque eso si nos cuesta. Lo intentamos con las salidas, pero terminamos peleados así que le paramos y dijimos que lo conversamos mejor aquí.

Daniela - ¿Habrían otros temas en los cuales quisieran que llegar a acuerdos?

Mauricio - Creo que solo ese.

<p>Después de escuchar la retroalimentación de Fabiola y Mauricio, los terapeutas sugerimos algunos otros temas para hablar y en los cuales sería necesario establecer acuerdos, esto con la intención de alcanzar el segundo objetivo del programa: fortalecer el Subsistema de pareja mediante el Establecimiento de Límites. Para ello, se emplearon las técnicas Directiva Directa, Fronteras y Construcciones.</p>

Daniela – Nosotros pensamos que podía haber otros temas como las remodelaciones, las familias de origen y las tareas con respecto a los niños (DIRECTIVA DIRECTA, FRONTERAS).

Manuel - Más que remodelaciones, creemos que puede ser la administración del dinero porque hay como conflicto de cómo se gasta el dinero y hay diferentes opiniones. Igual podría ser división de tareas de la casa (DIRECTIVA DIRECTA, FRONTERAS).

Daniela - Del dinero igual pensamos que podríamos hablar de los préstamos (DIRECTIVA DIRECTA, FRONTERAS).

Manuel - Y establecer a quiénes sí y a quiénes no se hacen préstamos (DIRECTIVA DIRECTA, FRONTERAS).

Mauricio - Con eso de los préstamos creo que ya aprendimos.

Manuel – Ok. Si ya llegaron a esos acuerdos podemos hacerlos explícitos nada más, ya que los acuerdos se tratan de que incluyamos lo que piensa cada uno y conjugarlo para hacer nuestras propias políticas y eso hace que cuando se den las cosas sea más fácil hacerlo sin que haya pleito porque ya se habló previamente. Por eso es que consideramos esos temas (DIRECTIVA DIRECTA, FRONTERAS, CONSTRUCCIONES).

Fabiola - Igual me gustaría que definiéramos que significa salir, porque en eso estamos en desacuerdo, porque para él no cuenta salir si yo voy con sus amigos o si es después de un partido y él dice que eso no es, pero para mí sí cuenta.

Mauricio - Y para ella no cuenta ir al café.

Fabiola - Porque es cuando no están ni los niños ni él y si están los niños me los cargo. Igual a mí me preocupa de las salidas porque él maneja tomado y yo no hago eso. Igual me molestó un poco que en el cumpleaños de Fabiancito faltara por el futbol. Él me dijo que no podía faltar porque era la final, pero me sentí bien porque él dijo que después de eso ya no se iba a ocupar del equipo para que pueda faltar.

Mauricio - Pero el niño ni se dio cuenta y solo no estuve una hora.

Daniela - Yo creo que eso es un buen medidor, podrían explicárselo al niño y si para él es importante, considerarlo (DIRECTIVA DIRECTA, FRONTERAS, CONSTRUCCIONES).

Fabiola - Y ese día hasta nos dormimos bien, sin pelear ni nada. Pero lo de las salidas si me causa conflicto porque es martes y jueves después del “fut” y el sábado, igual, y está tomando

y divirtiéndose, pero para él no cuenta. Aunque veo que sí está poniendo de su parte y por eso quiero que llegemos a un acuerdo para que nadie se encabrone.

A partir de este momento, la sesión se enfocó a establecer un acuerdo en cuanto a las salidas, ya que este tema fue el mencionado por Fabiola como el más importante y se había observado que este tema era el que principalmente desencadenaba la Secuencia de la de Conducta Sintomática en ambos, es decir, una lucha de poder debido a una Incongruencia Jerárquica. Por tanto, las siguientes intervenciones estuvieron dirigidas a alcanzar el primer objetivo: restablecer la Congruencia Jerárquica.

Daniela - ¿Cuál sería el ideal para ti en cuestión de salidas, Mauricio? (PREGUNTA LINEAL)

Mauricio - Dos veces al mes, pero que no cuente cuando sea después del “fut” o en almuerzos de cosas del trabajo.

Manuel - ¿El “fut” en que categoría cae? (PREGUNTA LINEAL)

Mauricio - En deportes, porque puede ir ella si quiere.

Fabiola - Pero no puedo por las cosas que hay que hacer de los niños. Es muy diferente mi salida que las suyas porque yo dejo todo listo en la casa. En cambio, si él sale, da la hora y se va, estén como estén las cosas. Igual, creo que lo que me molesta no es la salida, sino que todos los días después del “fut” se quede a tomar.

Manuel - ¿Cuál es el problema de eso? (PREGUNTA CIRCULAR, DESEQUILIBRAMIENTO)

Fabiola - Que los sábados estoy con sus papás y él no llega por estar tomando, y se supone que va a llegar a comer y no llega o ya llega muy tarde. El otro día llegó y me dijo que le

serviera y yo le dije que ni yo me había servido porque estaba enferma y me consintieron, pero es mi culpa. Antes él ayudaba mucho en la casa, pero yo he hecho que no lo haga. No es que no me ayude, sí me ayuda, pero cuando voy a tener yo mi salida.

Manuel - A mí me suena a que esto no es por tomar, sino que es por la carga de las responsabilidades de los niños (DIRECTIVA DIRECTA, REDEFINICIÓN).

Fabiola - Puede ser.

Mauricio - Cuando empezamos a tener problemas de las salidas fue porque yo me iba saliendo del trabajo y ella me dijo que fuera a la casa y saliera hasta que los niños se durmieran, porque le cargaba la mano y aun así era problema.

Fabiola - ¡No, no, no, no! No es así. Eso fue cuando querías salir todos los viernes, y yo no quiero que sea como antes, porque a él no le importa si yo me estoy muriendo o lo que sea y él tiene que salir. Me gustaría que las cosas no fueran forzadas y que no fueran días que ya hayamos quedado. Me tenso.

Daniela - ¿Qué es lo que te tensa? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - No te puedo decir. Creo que siento que me empiezo a programar que va a tomar, va a manejar tomado.

Daniela - ¿Y si saliera y no tomara, habría algún problema? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - No sé.

Manuel - Si después de los partidos se quedara a tomar "Cocas" y llegara las 3 de la mañana, ¿habría problema? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - No habría ningún problema, pero no pasaría eso.

Daniela - Para ti, ¿el problema es el alcohol entonces? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Fabiola - Eso y las personas con las que sale.

Daniela - ¿Con quiénes sale? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - Como con Tony.

Daniela - ¿Él es del “fut”?

Fabiola – Sí.

Daniela - ¿Hay alguien más? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola – No.

Daniela - ¿Qué es lo que no te agrada de ese chavo? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - Que es mujeriego, no tiene responsabilidad, que no le importa tomar todos los días o dormirse a las 7 de la mañana y volver a tomar al día siguiente porque no tiene familia ni nada.

Manuel - Eso me hace pensar que tienes un temor de que haya un posible peligro, como una ansiedad que se despierta por esta persona, que no es en sí la persona sino lo que puede generar en Mauricio. Por lo que entiendo, es ansiedad de lo que pueda hacer o no hacer Mauricio y que son cosas que crees que te pueden lastimar y que ese temor está generando que las salidas sean problema y, el alcohol, creo que es por las personas con las que está y las cosas que puedan suceder, y él pueda perder un poco su responsabilidad o criterio y haga cosas en las que puedan salir lastimados. Esto es importante porque has observado cosas que confirman esta creencia que tienes y él comunica con sus acciones algo de estos temores y tú las tomas como ciertas, pero a lo mejor no es así y lo importante es que comuniques qué cosas te gustaría que hiciera para que esta situación ya no sea problemática y te ayuden a estar tranquila (REDEFINICIÓN, CONFIRMAR LAS SOSPECHAS DEL ACUSADOR MEDIANTE LA AUTODEFENSA, DIRECTIVA DIRECTA, METÁFORA, COMPLEMENTARIEDAD).

Fabiola - Realmente mi temor es que se convierta en esa persona, porque le cae bien y ha copiado cosas de esa persona. No es mala persona, pero hasta su misma novia tiene

desconfianza de él y piensa que Mauricio es el alcahuete de él y yo he visto a esa persona con otras ¡y además son niñas! y él está grande. Al salir con él, no sé cómo sea su ambiente, pero me da temor porque Mauricio no es así, no era así. Cuando nos casamos, yo lo empujaba para salir con los del trabajo porque era una vez al mes o algo así, pero con este niño no importa cuánto dure la fiesta. No tiene hijos, no le interesa cuánto dinero gasta ni nada. Desde que empezó con este grupo, empezaron los problemas. Antes salía con otros y no había problema.

Manuel - Porque sería como que se convirtiera en otra persona que no es de la que te enamoraste ¿no? (METÁFORA, REDEFINICIÓN, DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD)

Fabiola – Sí. Cuando comenzó a salir con ellos, comenzó con eso de estar guardando su teléfono. ¡No quiero volver a pasar por eso! No quiero que se deje de llevar con él porque no es mala persona, pero su tipo de vida es sin responsabilidad y no me gustaría que Mauricio cayera en eso.

Manuel - Creo que son valores que no esperabas de tú esposo y que tener más de esa otra persona te da temor de que él se convierta en alguien con quien no quieras estar (METÁFORA, REDEFINICIÓN, DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES).

Daniela - ¿Tú ves a Mauricio como una persona influenciable? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - Veo que se siente apreciado ahí por ser líder y cómo lo tratan.

Mauricio - Pero no es que se influenciable porque toda la vida me han dicho que tome y, cuando no quiero, no lo he hecho y los sabes.

Manuel - Por eso es importante que identifiquemos cómo se trasmite el mensaje que no se está dando, porque este temor es de algo al futuro y te está invadiendo Fabiola y te hace ver a Mauricio de una manera en la que te ha demostrado que no es así, y estos temores son herramientas que nos ayudan a cuidarnos, pero lo podemos decir de otra manera en la que se

entiendan los mensajes bonitos (DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD, FOCALIZACIÓN, CONFIRMAR LAS SOSPECHAS DEL ACUSADOR MEDIANTE LA AUTODEFENSA).

Fabiola - Igual siento que al sentirse cómodo y aceptado, él ya no quiere tomar, pero con tal de estar a la altura sigue haciendo las cosas. No me gustaría que un día me diga que no quiere ir a trabajar porque el día anterior tomo. Nunca lo ha hecho. Él es muy responsable, pero me da miedo que llegue ese día o el día en que yo vea un teléfono de una mujer en su celular, como le han encontrado a Tony muchas veces.

Daniela - Mauricio, ¿cómo te sientes de escuchar todo esto que dice Fabiola? (PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Me molesta. Todo lo que sienta que es de parte de mis amigos o mi está mal, porque ella hace cosas así con su familia o con sus amigas y eso no lo ve, como con su amiga que es mala influencia y ni le digo nada.

Fabiola - Sí me dices.

Mauricio - Pero aun así sales con ella.

Fabiola - Pero no cuando va su novio que es el que te genera desconfianza. A eso no voy y tiene razón él en decirme. Además, la diferencia es que no tomo.

Manuel - Aquí apareció algo muy interesante. ¿Por qué tú si eres confiable cuando sales con tu amiga y él no cuando sale con Tony? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, DESEQUILIBRAMIENTO, PREGUNTA REFLEXIVA QUE ESTABLECE DISTINCIÓN)

Fabiola - Muchas cosas.

Manuel - Parece ser que a ambos estas dos personas les generan lo mismo.

Fabiola - Hace 15 años que conozco a esa niña y él la conoce igual. Era su amiga antes, y hasta ahora viene a ser conflicto. Además, yo no escondo mi celular cuando salgo con ella ni cambio cuando salgo con ella.

Manuel – Ok. Entonces eso son los criterios que tú tienes para ver si alguien es confiable y así puedes compartirlo con Mauricio y que entiendo que si él hiciera esas cosas que tú haces no habría problema y entonces lo verías como alguien que no es influenciable (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD).

Fabiola - Tampoco quiere decir que lo esté obligando Tony a hacer nada, pero desde que se empezó a llevar con ese grupo, Mauricio cambió y estamos aquí por eso. Sí siento que hay una tapadera y sí lo creo, porque desde que empezamos a venir a terapia, él no ha salido con Tony solo.

Manuel - Eso me hace pensar que si se diera eso en el “*fut*”, pero no estuviera Tony, no habría problema y no se diera lo del celular (REDEFINICIÓN, DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD).

Fabiola - No sería problema, pero no quiero que sea como antes que ni siquiera podíamos usar su camioneta, ni podía entrar, porque la cerraba.

Daniela - Es muy bueno que digas eso para que Mauricio entienda cómo lo del celular y de la camioneta influyó en cómo te pones ahora cuando sale (COMPLEMENTARIEDAD, DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Pero sí me gustaría saber por qué lo hacia él.

Daniela - Fabiola, ¿tú crees que, aunque te responda, vas a quedar satisfecha con la respuesta que te dé? Porque me suena a que no (CONFIRMAR LAS SOSPECHAS DEL ACUSADOR MEDIANTE LA AUTODEFENSA, PREGUNTA REFLEXIVA CON UNA SUGERENCIA IMPLÍCITA).

Fabiola - No sé, pero ¿por qué lo hacías?

Mauricio - Porque tú hacías esto, porque tú solo querías usar la camioneta después de que yo la había usado, porque sentía que me estabas espiando y eso me molesta.

Daniela - ¿Entonces tú lo hacías porque te sentías fiscalizado? (PREGUNTA REFLEXIVA CON UNA SUGERENCIA IMPLÍCITA, COMPLEMENTARIEDAD, REDEFINICIÓN).

Mauricio – Sí.

Fabiola - Pero yo tengo la llave y lo podría revisar cuando quisiera y no lo hice.

Daniela - ¿Tú encuentras sentido, Mauricio, de por qué se le hace difícil a Fabiola que salga por esas cosas que pasaron antes? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, COMPLEMENTARIEDAD)

Mauricio - Más o menos.

<p>Daniela, como parte del objetivo de alcanzar la Congruencia Jerárquica y como parte de su función de Terapeuta 1 encargada de asumir el “<i>timing</i>” al momento de intervenir, decide cambiar el rumbo de la entrevista enfocándonos ahora en la perspectiva de Mauricio, dándole la oportunidad y la tarea de hablar sobre el problema para llegar a un acuerdo.</p>

Daniela - No quiere decir que este mal lo que haya hecho ninguno, pero siento que va a ser una plática larga por todas estas cosas. Ya se fue casi toda la sesión y aun no llegamos a ningún acuerdo. Me gustaría escuchar cómo te sientes tú porque ya escuchamos mucho a Fabiola (DIRECTIVA DIRECTA, DESEQUILIBRAMIENTO, FOCALIZACIÓN).

Mauricio - Yo siento que Fabiola es un poco exagerada. Desde que venimos, solo siento que habla cosas malas de mí y no dice lo bueno. Me molesto por lo que dice y cómo lo dice.

Daniela - Este espacio lo estamos usando para resolver los problemas. Por eso probablemente escuchamos puras cosas difíciles y dejamos de lado lo bonito, pero nosotros tenemos claro que ustedes no son lo problema. Ustedes son personas y, el problema, es el problema. Nosotros no los vemos así y tenemos claro que están llenos de cualidades. Igual valdría la pena que habláramos un poco de eso, pero entiendo cómo te puedes sentir (REDEFINICIÓN, DIRECTIVA DIRECTA, ELOGIO).

Mauricio - Es que ella siempre ha sido que lo que ella diga tiene la razón de todo.

Daniela - ¿Y a quién se parece? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, COMPLEMENTARIEDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - A su mamá.

Daniela - ¿Y quién más? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, COMPLEMENTARIEDAD)

Mauricio - No sé si a mí, pero el pleito que tuvimos hoy es de toda la vida. Ella es el hombre y yo la mujer. Ella siempre deja papeles fuera del bote de basura en el baño y no suelta, deja abierta la puerta del patio.

Fabiola - Así como tengo mis cosas y las acepto, me pongo a contar las cosas que te digo que hagas y no lo haces, lo mío es una mierda.

Mauricio - ¿Qué me contestas tú de las cosas? Me dice “si ya lo viste, hazlo tú”.

Fabiola - Pues yo prefiero que me contestes.

Manuel - ¿Y qué es peor? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, PREGUNTA REFLEXIVA QUE INTERRUMPE LA SECUENCIA SINTOMÁTICA, DESEQUILIBRAMIENTO)

Fabiola - Prefiero que me conteste lo que sea.

Daniela - Fabiola, ¿Qué pasaría si te contesta como tú le contestas a él? (PREGUNTA REFLEXIVA ORIENTADA AL FUTURO, COMPLEMENTARIEDAD)

Fabiola – (Se ríe y dice) Creo que sí me molesto.

Mauricio - ¡Te me vas encima si te digo eso!

Daniela - Los dos se quejan de las mismas cosas del otro, ¿se dan cuenta? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, COMPLEMENTARIEDAD, DIRECTIVA DIRECTA)

Fabiola - Él solo ve lo mío.

En este momento, al observar que Fabiola comenzó a iniciar la Secuencia de la Conducta Sintomática al interrumpir el momento de la sesión de Mauricio y él continuó con esta Secuencia, Daniela la detiene y se dirige a ambos, explicando la participación que cada uno hace en que el problema se dé y se mantenga.

Daniela - Pues parece que los dos solo ven lo del otro y parece que, además, solo lo del otro es grave y lo de uno no lo es. Y para mi queda muy claro algo: los deseos y lo que son cosas importantes para el otro “les valen madres”, ¿se dan cuenta? Y lo peor es que no son cosas que no saben, ya se las dijeron y que aunque parecen cosas chicas, son importantes (DIRECTIVA DIRECTA, REDEFINICIÓN, PREGUNTA ESTRATÉGICA, COMPLEMENTARIEDAD, INTENSIDAD).

Mauricio - Aunque son chicas, con lo que me contestó hoy provocó una pelea.

Daniela - Y creo que tú también provocas reacciones en ella cuando no le contestas. Es lo mismo en el caso de los dos. Eso hace que cuando discutan de algo importante estén llenos de frustración por todas las cosas que han pasado antes (COMPLEMENTARIEDAD, DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD).

Manuel - Porque es frecuente. Es como si todos los días se mentaran la madre (METÁFORA, DIRECTIVA DIRECTA, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD).

Daniela - Son cosas que le importan al otro y, es lo que cuenta, ¡y no lo están tomando en cuenta! Y que creo que no se han explicado por qué es importante para ustedes cada cosa (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD).

Fabiola - Pero no lo hago para molestarlo.

Daniela - Claro que no. No creo que ninguno lo haga con el propósito de joder (CONNOTACIÓN POSITIVA), pero se ve como los dos son comodinos y ven solo la necesidad de ustedes y no las del otro (DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD), y esa no es muestra de amor (CONSTRUCCIONES) y que ahí se muestra una vez más que hay dos tercios, porque cada quien cree que el otro es el tercio, pero los dos son iguales y no se dan cuenta y en eso es donde más se ve. No quieren quitarse sus mañas y no se ve cómo “crear lo nuestro” (DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD, INTENSIDAD, REDEFINICIÓN).

Manuel - Y no solo eso, sino que todo esto genera batalla y más batalla y crece a ver quién puede más (DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD, INTENSIDAD).

Daniela - O a quién le importa menos (DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD, INTENSIDAD).

Manuel - Y que aunque son cosas chicas, detrás hay valores importantes, como el amor, compromiso, sacrificio y ver quién tiene el poder (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, COMPLEMENTARIEDAD, METÁFORA).

Daniela - ¿Suena exagerado? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - No. Sí tiene razón en lo que dice de mí, pero siento que él también se cuelga y más. Si no hay papel, él jamás que vaya a la bodega, pero también es mi culpa porque yo antes iba, pero ahora me está empezando a pesar.

Daniela - ¿Te diste cuenta de cuando te empezó a pesar? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - Pues creo que porque él no deja las cosas en su lugar y eso me molesta mucho.

Daniela - ¿Fue de cuando te empezaste a sentir incómoda? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola – No. No tiene que ver con eso.

Finalmente, se logra detener la Secuencia de la Conducta Sintomática y se regresa la atención a la perspectiva de Mauricio.

Daniela - Ok, bueno. Nos desviamos abruptamente. ¿En que ibas Mauricio?

(FOCALIZACIÓN, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - Porque todo lo que digo me dice que no y me molesta.

Daniela - Lo último que dijiste es de la camioneta.

Mauricio - Siento que sí cambié, pero no mucho. Empezamos a tener acuerdos y luego en el día que se suponía que yo debía de salir, ella planeaba cosas con los niños.

Daniela - ¿Y con lo del celular? (PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Pues sí empecé a cuidar más mi celular, pero porque me di cuenta de que ella lo revisaba.

Daniela - Cuando notaste que ella estaba revisando tu celular, ¿había pasado algo como para que ella pudiera sospechar algo de tu celular? (PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Pues podría ser por el grupo de “Whats” del futbol que no para y sí pueden mandar cosas de las que ella pudo sospechar.

Fabiola - Él no lo dice, pero sí dormía con el celular debajo de los pies o de la almohada.

Mauricio - ¿Cuánto tiempo lo hice?

Fabiola - Como tres meses.

Mauricio - ¿Ah, sí?

Fabiola - Sí y además no lo deja asentado, lo guarda en su pantalón. Igual, si yo me acerco y está platicando, se ve la desesperación por guardar lo que está haciendo y por eso me daban ganas de revisarlo. Si él hubiera actuado normal, yo no hubiera tenido desconfianza.

Daniela - ¿Sigue siendo el celular un problema entre ustedes? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - Sí porque él sigue pensando que le reviso su celular y me vigila y eso me da desconfianza, y además le apaga el “WiFi” para que no le llegue ningún mensaje y hasta que yo ya me voy a dormir es cuando deja su celular. Pero me da desconfianza de las cosas que habla, pero no de que me está poniendo los cuernos, eso sí no me da.

Daniela - Bueno, como ven esto de los acuerdos es complicado y lleva tiempo, pero bueno. También queríamos presentarles la Teoría de la Comunicación porque sentimos que comunicarnos mejor nos ayudará a tener acuerdos más fácil (DIRECTIVA DIRECTA).

Manuel - Entonces la próxima semana creo que empezamos con la Teoría porque se dieron muchas de las cosas y que además nos va a ayudar con lo otro y que son patrones que hay en su relación, que si los cambiamos, deben cambiar muchas cosas. Podemos retomar todos los ejemplos que se dieron hoy y así vamos a poder ver que hace cada uno para sabotear la relación y pensar que cosas podemos hacer para beneficiar la relación y es importante hablarlo porque lo han hecho, están haciendo cosas para mejorar la relación, y es bueno hablar de ellas porque estamos haciendo cosas que fomentan conductas que queremos en el otro (DIRECTIVA DIRECTA).

Daniela - ¿Cómo se van hoy?

Ambos – Contentos.

Sesión 05. Participantes: Mauricio, Fabiola, Daniela, Manuel.

A esta sesión Mauricio llega cansado porque ha tenido mucho trabajo. Se les pregunta si platicaron algo desde la última sesión y responden que no.

Fabiola - Hemos estado muy bien. Solo tuvimos dos pleitos, uno el viernes y otro ayer.

Daniela - ¿Cuáles fueron los temas de los pleitos?

Fabiola - Le pedí que me llevara a una obra de teatro regional y me dijo que sí. Cuando llegó la hora de comprar los boletos, le dije y me dijo que mejor no lo viera porque ya no se iba a poder porque iba a tener una reunión de sus amigos de la primaria y no quería quedar mal con ellos. Puede quedar mal conmigo, pero no con los demás. Le dije que ya había quedado conmigo y me dijo que no me había dicho que día y que me llevaba mañana. Yo me encabroné, pero me contuve y me lo guardé. Al día siguiente tuvo fútbol y dijo que llegaba a la casa a las 12.30. Llegué a la casa a las 12 para esperarlo, le llamé y me dijo que todavía no iba a ir. Yo, como soy tontita, pensé que fue a comprar los boletos para la obra. Cuando le llamé a la hora me dijo que los del fútbol querían seguirla y que no se podía ir porque las cervezas estaban en nuestra nevera. Llegó a la casa a las 2, fuimos a casa de sus papas a almorzar y se quería ir después de comer. Le dije que no me parecía y que mejor se quedara dormido un rato ahí. El viernes sí lloré un montón y sí me decepcioné bastante. El sábado no tanto, aunque sí me encabroné mucho, porque como a las 5 me dijo que fuéramos por los boletos cuando él sabía que ya ni iban a haber. El viernes salimos a cenar con los niños y el sábado los llevamos al cine, pero él solo está con su celular, y la verdad es como si ni estuviera. Y ayer me molesté porque estábamos en el parque con los niños, y él estaba escribiendo en su celular. De reojo vio que venía y así súper obvio se salió de donde estaba escribiendo y se metió a una aplicación y luego la bloqueó, y hasta me dijo ni vayas a pensar que estoy haciendo algo, no vayas a empezar con tus cosas y de verdad que es pendejo porque

es tan obvio que está haciendo algo. Él dice que solo veo las cosas malas, pero esas cosas malas hacen que sienta desconfianza, si ya estábamos en 9 y casi llegando al 10 eso hace que retroceda y baje hasta el 1 otra vez. ¡Ah! y me dice que de nada sirve que vengamos todos los lunes si luego me pongo así. Yo no siento que soy la culpable porque yo no estoy actuando de esa manera. Mi hijo el grande lo nota, me da mucha pena eso, así que me lo tengo que tragar y actúo normal para no pelear y le doy por su lado, pero no quiere decir que me sienta bien.

Daniela - Mauricio, note que mientras hablaba Fabiola movías la cabeza negando, lo que me hace pensar que viviste todo esto de manera diferente. ¿Me puedes decir cómo fue para ti?

(PREGUNTA CIRCULAR, ENFOQUE, DIRECTIVA DIRECTA)

Mauricio - Siento que hago todo y no lo ve, solo porque no le di lo de la obra soy lo peor de todo el mundo. Sí me llega a molestar eso. Es verdad que no fuimos el viernes porque no me quería desvelar, o por lo que fuera, pero la he llevado miles de veces a las obras esas y no puede decir que no es cierto, y lo del celular no fue así. Yo estaba de espaldas viendo otra cosa, era imposible que la viera, y luego dice eso y claro que me molesta porque ella ya voló con su mente y dice que sí, pero nunca vamos a llegar a ningún acuerdo porque yo digo verde y tú dices blanco.

Fabiola - No puede ser así porque no lo hubiera podido ver. Además, cuando lo enfrente estaba mintiendo, tú lo sabes, eres psicóloga, la cara que pone cuando uno miente él la pone.

Daniela - ¿Tú sientes que conoces la cara de Mauricio cuando miente?

Fabiola - Él pone una cara de nerviosismo.

Daniela - ¿Sientes que solo puede ponerse nervioso porque está mintiendo? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, DESEQUILIBRAMIENTO)

Fabiola - Sí.

Daniela - ¿Es la única razón porque se puede poner nervioso? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, DESEQUILIBRAMIENTO, INTENSIDAD)

Fabiola – Sí.

Mauricio - Lo que pasó fue que llegó un mensaje de UnoNoticias que no me interesó y lo cerré. Eso fue lo que pasó.

En este momento, se observa que Mauricio y Fabiola ya están conectados con la secuencia sintomática. Asimismo, se observa en Fabiola una actitud acusadora e inflexible, en una postura de superioridad, por lo que es necesario restablecer la congruencia jerárquica. Por tanto, a lo largo de la sesión se fue rescatando la opinión o percepción de Mauricio invitándolo a hablar con la intención de que se muestre más involucrado.

Daniela - ¿Se dan cuenta de que esto parece un juicio donde están presentando evidencias y pareciera que creen que somos el jurado? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, CONFIRMAR LAS SOSPECHAS DE ACUSADOR MEDIANTE LA AUTODEFENSA, PREGUNTA REFLEXIVA QUE INTERRUMPE LA SECUENCIA SINTOMÁTICA) No existe una realidad absoluta, no podemos ver la realidad del otro si sólo nos centramos en la nuestra. Aquí no se trata de ganar para ver quién tiene la razón y de presentar las evidencias para que así sea. El lenguaje construye y nos estamos construyendo una realidad de nuestra pareja que es fea (INTENSIDAD, CONSTRUCCIONES).

Fabiola - Y cansada.

Daniela - ¿Y qué pasa cuando nos damos cuenta de que no se puede comprobar? Si nosotros les creemos a los dos y para nosotros los dos tienen razón y estamos en un juicio, ¿cuál es el veredicto? No se trata de eso entonces ¿no? Se trata de que nos demos cuenta de cómo nos estamos sintiendo y se lo digamos a nuestra pareja (CONFIRMAR LAS SOSPECHAS DE

ACUSADOR MEDIANTE LA AUTODEFENSA, INTENSIDAD, CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Ya se lo dije.

Daniela - Date cuenta de cómo se lo has dicho, con certeza de que te miente. Ya sin creer que es verdad (DESEQUILIBRAMIENTO, DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Sí, ya no le creo.

Daniela - Por eso es difícil llegar a acuerdos, estar en sintonía, estar en buen plan. Si no quitamos esta parte y esto es algo que habíamos ganado en sesiones pasadas, ¿qué pasó para que llegáramos a este punto donde los dos se ven tan molestos e inconformes? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE DETIENE LA SECUENCIA SINTOMÁTICA)

En este momento, la pareja comenzó a mostrarse más calmada lo cual dio oportunidad a indagar sobre lo que desencadenó la secuencia sintomática.

Fabiola - Siento que doy más de lo que debo de dar y eso me puse a pensar en estos días. Espero ser correspondida y no lo soy. No es que no haga nada Mauricio, sí hace cosas, pero no lo que yo espero. Si yo no se la hice de pedo para que saliera, ¿por qué él no se pone en buen plan y me lleva a mi obra?

Daniela - ¿Sentiste que rompió el buen plan en el que estaban? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIONES)

Fabiola - Sentí que ya no lo quiero a esperar, que no me voy a sentar a esperar que cambie. Eso ya no lo voy a hacer.

Daniela - ¿Eso ya se lo habías dicho?

Fabiola - No.

Daniela - ¿Cómo suena eso Mauricio? (PREGUNTA CIRCULAR, ENFOQUE)

Mauricio - Pues suena fuerte, duro, pero con lo que paso ayer me siento presionado, vigilado, como que no hay confianza.

Fabiola - Yo también siento que no hay confianza.

Daniela - ¿Para ti cómo fue lo del viernes Mauricio? Porque para Fabiola fue muy importante por ese espacio que quería como de salida sin los niños. (PREGUNTA CIRCULAR, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - No lo vi tan importante.

Daniela - Si hubieras sabido eso, ¿cambiaría en algo las cosas? (PREGUNTA REFLEXIVA DE CAMBIO INESPERADO DE CONTEXTO)

Mauricio - Pues sí.

Daniela - Ahora que los sabes ¿quieres decirle algo? (PREGUNTA REFLEXIVA CON UNA SUGERENCIA IMPLÍCITA)

Mauricio - Pues le ofrecí disculpas en su momento.

Fabiola - Pero porque yo te lo pedí.

Mauricio - Nada qué ver. Tú me dijiste que te las ofreciera la segunda vez, pero ya te las había ofrecido.

Daniela - ¿Por qué le ofreciste disculpas? (PREGUNTA LINEAL, ENFOQUE)

Mauricio - Porque vi que para ella fue importante, por todo el alboroto que hizo.

Daniela - Cuando tú no la llevaste ¿pensaste que era algo “equis”? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIONES)

Mauricio - Sí, porque hemos estado saliendo a todos lados.

Fabiola - Con los niños.

Mauricio - Pero la he llevado a donde ha pedido. Ya compramos la cama.

Fabiola - Pero ¿por qué compramos la cama? Porque estuve chinga y jode.

Daniela - ¡Muy bien! Funcionó tu joda. ¿Y ya se pasaron a su cuarto?
(DESEQUILIBRAMIENTO, ENFOQUE, FRONTERAS)

Fabiola – Ayer.

Daniela - ¿Cómo estuvo el cambio?

Ambos - No dormimos ayer.

Daniela – Bueno, ¡qué vamos a hacer! ¡Necesitamos hacer cambios! La última vez ¿qué les dije?, ¿que tenemos a dos qué viviendo en su casa? (DIRECTIVA DIRECTA)

Fabiola - No me acuerdo.

Daniela - ¡Claro que no se acuerdan porque no es bonito! ¡Ja, ja, ja! ¡A dos tercios! Entiendo que la confianza está fracturada y cuesta recuperarla, pero si quieren estar juntos y felices tenemos que encontrar la manera de componerla. Entonces ¿qué necesitamos para sentir que podemos confiar en el otro? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR) *Fabiola*, habías dicho que notabas que Mauricio estaba menos en su celular y eso te ayudaba, ¿cómo va eso? (ENFOQUE, DIRECTIVA DIRECTA)

Fabiola - Pues sé que tiene muchos grupos y no me molesta ya que este en su celular, pero sí me hace pensar cosas que reaccione guardando así su cel cuando yo me acerco o, que cuando estemos en el parque con los niños, un día diga que va a dejar su celular en el coche. Y lo del viernes sí me molestó porque sabía que iba a levantarse temprano para el futbol y eso sí me molesta porque lo dijo “aurita” y no lo entiendo. Yo cancelé una ida a un concierto porque él tiene vacaciones y él no da lo mismo. No es que tenga que ser como yo, pero no da lo mismo. Yo ya estoy hasta la madre y siento que él igual está hartito. Siento que si se quiere ir y hacer su vida, que se vaya. Yo quiero estar en paz. Siento que estoy tensa y me desquito con mis hijos. No quiero retroceder. No quiero volver a estar despierta a las 4 de la mañana, a eso no voy a

regresar, y no sé qué hacer para volver a tenerle confianza y no sé qué hacer para que él no se sienta vigilado.

Daniela - ¿La semana pasada te sentías así? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Fabiola – No.

Daniela - ¿Cuándo comenzaste a sentirte así? (PREGUNTA CIRCULAR, ENFOQUE)

Fabiola - El sábado cuando fui a casa de mi mamá. Ella me notó tensa y yo igual me noté así. Igual ya me siento fastidiada de sentir que lo estoy esperando y llamando. Ya no quiero y ni quiero que él se harté de que yo este así. Más que hasta me presiono por hacer las cosas para él, pero ya no lo voy a hacer. Voy a estar más tranquila sin correr, más “relax”. Me imagino que él también y que pase lo que tenga que pasar.

Este comentario de Fabiola se interpreta como un mensaje de desinterés por el proceso terapéutico y como una amenaza de abandonar el trabajo por la relación. Igual se entendió como resultado de una escalada simétrica con la intención de “someter” a Mauricio, es decir, llegar a un acuerdo mediante la oposición. Así, se anticipa una respuesta simétrica en Mauricio donde también abandone el trabajo por mejorar la relación. Por tanto, esta parte de la sesión estuvo dirigida detener la escalada simétrica y restablecer la congruencia jerárquica. Para ello, Daniela alternó la alianza con cada uno de los miembros de la pareja y formó una coalición en contra del otro.

Daniela - ¿Tú cómo te sientes Mauricio? (PREGUNTA CIRCULAR, ENFOQUE)

Mauricio - Pues estoy escuchando nada más. No esperaba eso, pero no sé. Es la decisión que ya tomé y qué más puedo hacer.

Daniela - ¿Estás en ese mismo canal o sientes cosas diferentes? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Mauricio - Ayer si sentí que todo lo que habíamos estado mejorando por nada se echó a perder.

Daniela - ¿Y eso cómo te hace sentir? (PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio – Mal.

Daniela - ¿Qué significa “mal” para ti? (PREGUNTA LINEAL, INTENSIDAD)

Mauricio - Triste, decepcionado, no sé.

Daniela - ¿Te imaginabas que así se sentía Fabiola? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR, INTENSIDAD)

Mauricio – No.

Daniela - ¿Te sorprendió escucharla? (INTENSIDAD)

Mauricio – Sí.

Daniela - Se ve más que sorpresa en tus ojos (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO).

Mauricio - Pues triste, pero qué más puedo hacer.

Daniela - ¿Pues qué más? ¿Qué crees que has intentado? (INTENSIDAD, LADOS FUERTES, PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR)

Mauricio - Muchas cosas.

Daniela - ¿Como qué?

Mauricio - Hacer cosas por ella. Siempre he sido así, pero creo que ahora abrió sus ojos y vio que soy así.

Daniela - En lo que ella dijo ¿tú escuchaste que no le gusta cómo eres tú? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN, ENFOQUE, INTENSIDAD)

Mauricio - No, solo escuche celular.

Daniela - Es que lo que dijiste me sonó a “siempre he sido así, pero hasta ‘aurita’ se dio cuenta de que así soy y no le gusto”.

Mauricio – Sí.

Daniela - ¿Eso entiendes? ¿Que no le gustas cómo eres? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN, INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - Sí, eso siento.

Daniela - ¿Qué no le gusta de quien tú eres?

Mauricio - Como soy, como la trato, como quiere que la trate y siempre me lo ha dicho. Tú sí me amas, pero no me mas como yo quisiera que me ames. Siempre me lo ha dicho.

Daniela - ¿Y te ha dicho como quisiera que la ames? (PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Mauricio – No.

Daniela - ¿No te ha dicho que cosas quiere que hagas por ella? (INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio – No.

Daniela - Como llevarla a la obra, cosas como de ese estilo... ¿Ella te las dice? (INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - Casi siempre pide cosas así.

Daniela - ¿Es pedilona con esas cosas? (ENFOQUE, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio – Sí.

Daniela - ¿Por eso te sentiste molesto de que reaccionara de esa manera? (PREGUNTA REFLEXIVA CONSUGERENCIA IMPLÍCITA)

Mauricio - Molesto no, sorprendido sí, porque le dije que sí la iba a llevar y no lo cumplí.

Daniela - ¿Tú sí sientes que la amas de la forma en la que ella te pide cuando complaces esas cosas? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR, ENFOQUE, INTENSIDAD)

Mauricio - Eso sí, porque sí la he llevado, pero no sé.

Daniela - Cuando ella te dice que no la amas como ella quiere, ¿te ha dicho a qué se refiere? (PREGUNTA CIRCULAR, INTENSIDAD)

Mauricio - No.

Daniela - ¿Se lo has preguntado? (INTENSIDAD)

Mauricio - No. (Se dirige a Fabiola) ¿Por qué me ves así?

Fabiola - Quiero que me digas por qué soy pedilona (riéndose).

Mauricio - No lo quiero decir porque luego me vas a empezar a decir cosas.

Fabiola - Dilo, dilo, a eso venimos.

Mauricio - Ajá, sí. ¡Mejor no digo nada!

Fabiola - Que diga las cosas que pido y si sí se cumple.

Daniela - ¿No lo quieres contestar porque sientes que se va a convertir en guerra? (ENFOQUE, DESEQUILIBRAMIENTO, PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Mauricio - Sí.

Daniela - Fabiola, ¿lo estás preguntando en son de guerra? (INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Fabiola - No, es solo que no siento que soy pedilona y quiero saber por qué lo dice él. No sé a qué se refiere.

Daniela - No siento que lo dijo en mal plan eso de pedir. De hecho, lo de pedilona lo dije yo (CONNOTACIÓN POSITIVA, DIRECTIVA DIRECTA, DESEQUILIBRAMIENTO).

Fabiola - No, no siento que fue en mal plan, solo no sé a qué se refiere. Sí, por ejemplo, estamos acostumbrados a comprarnos cosas. Yo no me puedo quejar. A Mauricio le gusta que yo me compre ropa y yo trato de consentirlo en fechas importantes, aunque él me consiente todo el año. A él le gusta que yo le escoja la ropa. No sé si se refiere a eso o a que yo le pido que tengamos relaciones...

Mauricio - Nada que ver.

Fabiola - ...Y me manda a la chingada. No sé si a eso se refiere porque cuando le pido eso, me dice que soy exagerada, “como que tú no te cansas” y cosas así y a veces me da el batazo cañón, pero eso no es el tema de conversación, eso ya lo superé.

Mauricio - Siento que pides bolsas, ropa, zapatos en general.

Fabiola - No, yo dije que sí me compras.

Daniela - Mauricio, ¿tú a veces sientes miedo de decir cosas por cómo va a reaccionar Fabiola? (REDEFINICIÓN, PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN, DESEQUILIBRAMIENTO, INTENSIDAD)

Mauricio – Sí.

Daniela - ¿Muchas veces? (INTENSIDAD)

Mauricio – Sí.

Daniela - ¿Eso lo has hablado con ella? (PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - No, pero no por miedo, solo por evitar conflictos.

Daniela - ¿No puedes platicar con ella? (PREGUNTA CIRCULAR, DESEQUILIBRAMIENTO, INTENSIDAD, COMPLEMENTARIEDAD)

Mauricio - Lo de hablar siempre he sido así, yo casi no hablo, eso siempre lo ha sabido y no sé por qué se sorprende.

Daniela - Pero ¿sí hay cosas que quieres decir y te las callas? (INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO, PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN, COMPLEMENTARIEDAD)

Mauricio - Al momento de decisiones o cosas así, como veo que ya está el conflicto pues mejor, ajá, evito decir cosas, como cuando estábamos en el parque. Si le hubiera dicho que viera mi celular me hubiera dicho “anda a chingar a tu madre” o algo así, me iba a decir que no. Ella dijo que no le dije que lo viera, pero fue por eso, porque lo ha hecho muchas veces con otras cosas, la conozco, iba a ser peor el conflicto, por eso mejor solo le dije que “tan bien que estábamos para que por una pendejada estemos peleando” y agarré y me callé, jugué y me divertí con mis hijos.

Fabiola - Guardé el celular...

Mauricio - ...Y ella ahí haciendo corajes. Tenía el celular mientras jugaba con mis hijos y ella encabronada porque estaba usando el celular y yo estaba mandando fotos al grupo de familia y seguía molesta y diciendo que con quién estaba hablando.

Daniela - ¿Tú crees que es fácil estar con alguien que casi no habla y llegar a acuerdos con alguien que casi no habla? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, COMPLEMENTARIEDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - Puede ser, porque tenemos 15 años así, pero ya se cansó, ya se hartó.

Daniela - No creo. Yo creo que ya llegaron a un punto en el que los dos sienten que se conocen muy bien y eso es un gran problema que muchas veces nos pasa a los que llevamos mucho tiempo juntos, que nos pasamos de confiados en lo mucho que creemos que conocemos a nuestra pareja, pero no tomamos en cuenta que cambiamos (REDEFINICIÓN, CONSTRUCCIONES, COMPLEMENTARIEDAD). Díganme algo ¿cuántos años tenían cuando se conocieron? (ENFOQUE, PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio – 20.

Daniela - ¿Y son los mismos que cuando tenían 20 años? (INTENSIDAD)

Ambos – No.

Daniela - ¿Y que cuando tenían 25? (INTENSIDAD)

Ambos – No.

Daniela - ¿Y que cuando tenían 30? (INTENSIDAD)

Ambos – No.

Daniela - ¿Están de acuerdo con que han cambiado a lo largo del tiempo? (INTENSIDAD, PREGUNTA ESTRATÉGICA, CONSTRUCCIONES)

Fabiola - Sí. Yo la verdad, no es por presumir, pero siento que he mejorado, de la de los 20 años a lo de “aurita” he mejorado.

Daniela - Pero definitivamente no eres la misma persona, ¿no? (INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO, CONSTRUCCIONES)

Fabiola - ¡Ah, no!

Daniela - ¿Y él es la misma persona? (INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO, CONSTRUCCIONES)

Fabiola – No.

Daniela - ¿Fabiola es la misma persona? (INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO, CONSTRUCCIONES)

Mauricio – No.

Daniela - ¿Tú eres la misma persona? (INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO, CONSTRUCCIONES)

Mauricio – No.

Daniela - Es irreal, no podemos ser los mismos. Entonces no llevamos 15 años de conocernos, llevamos el tiempo de las personas que son “aurita” y vamos cambiando REDEFINICIÓN, CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD). ¿Y se preguntan esas cosas que van cambiando o solo ven y se dan cuenta que ya no le gusta la cebolla y ya no se la pongo, pero no se lo pregunto? “Lo entiendo por las cosas que hace, pero no lo hablamos”. (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN, INTENSIDAD, COMPLEMENTARIEDAD)

Fabiola - Yo sí le digo todo, no me callo nada, le pregunto todo, en la intimidad, en la comida en todo.

Daniela - ¿Y tú Mauricio?

Mauricio - Yo no tanto.

Daniela - ¿Está siendo difícil este proceso de venir a terapia, de hablar? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Mauricio - Un poco al principio, pero “aurita” siento que no y hay cosas que sí me molestan, a veces por cosas que dice ella.

Fabiola - O sea, ¿te vas molesto?

Mauricio - A veces.

Daniela - Y es normal, porque estamos tocando temas que no se tocan y también es normal porque estamos hablando y es algo a lo que no estás tan acostumbrado. Veo cómo te hago preguntas y, por tu cara, creo que son cosas que no habías pensado antes, no se si no las sabes o sí las sabes, pero solo no las quieres compartir (CONSTRUCCIONES, PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIONES, REDEFINICIÓN, DIRECTIVA DIRECTA).

Mauricio - las dos cosas, porque soy reservado.

Daniela - Parece que no hablas mucho hacia adentro. No te lo digo para que lo tengas que compartir, pero tal vez sería bueno que vieras un poco más hacia ahí, para ti mismo, para que aprendas a conocerte (DIRECTIVA DIRECTA) y volviendo a la situación de la confianza, hoy habíamos dicho que íbamos a hablar de comunicación y que creo que es una parte importante para trabajar pero creo que la confianza es una parte más importante. No sé ¿cómo lo ves tú? (Dirigiéndose a Manuel) (ENFOQUE)

Manuel - Sí, pero yo los veo relacionados (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES). Esa desconfianza creo que ha surgido porque no ha habido una buena comunicación y se ha ido alimentando de la manera en la que se comunican. Ya les comentamos que la comunicación no solo es hablar sino cómo nos comportamos y creo que ha sido como una bola de nieve que ha ido creciendo y me da la impresión, no sé si sea así, que sintieron que en algún momento la relación perdió el equilibrio y como que uno comenzó a tener más poder del otro; como que ambos sintieron que la relación comenzó a ser injusta para cada quien y creo que eso ha alimentado frustración y resentimiento. Sé que suenan como cosas horribles, pero son cosas que pueden surgir. ¿Qué me hace pensar esto? La primera sesión cuando comenzamos a hablar de cómo percibían el problema, tú Fabiola dijiste uno y le pusiste una fecha, pero cuando Mauricio nos contó, él dijo que para él había empezado más atrás y que desde ahí comenzó a crecer algo (CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN, ENFOQUE)

Daniela - Que se pudo haber acrecentado con el problema que dice Fabiola, pero que ya estaba desde antes.

Manuel - Esto no es como para decir que te lo estuvo ocultando Mauricio, Fabiola (REDEFINICIÓN)

Fabiola - Ajá, sí.

Manuel - A lo mejor no le prestaste atención Mauricio, porque en ese momento no era tan importante, pero luego comenzaron a surgir nuevas situaciones en la relación donde las estrategias que habían empleado para manejar la relación comenzó a verse insuficiente; ya no bastaba eso y por eso no daba el resultado que esperaban y eso generaba frustración y ¿qué probablemente pasaba? Se frustraban un momento y luego se calmaban, pero eso no significa que no haya dejado una marca o una huella y con cada nueva frustración surgía una nueva huella, aunque son de diferentes situaciones, surgía la misma frustración, pero acrecentada por las frustraciones anteriores y algo que también les preguntamos en su momento, es si se ofrecían disculpas y mencionaron que muy pocas veces lo hacen. Eso quiere decir que muchas de las heridas que tienen no se han sanado, no porque no quieran, sino porque mutuamente no le han prestado atención a sus heridas, ni a las suyas ni a las del otro. Algo que hemos observado de ustedes es que las cosas que hacen con el otro también las hacen con ustedes mismos y como les dijimos la sesión pasada, se fijan mucho en el otro, pero no en sí mismos y con eso no me refiero a que sean egoístas o centrados en ustedes, pero no se reconocen las cosas buenas que ustedes mismos hacen ni en que pueden estar sabotando su relación o a ustedes mismos. Eso pasa porque no estamos acostumbrados a hacerlo. Eso también influye en que no pidan perdón, porque a lo mejor no comprenden qué sucede o no les parece y, porque si se trata de eso, cada uno siente que también tiene cosas en las que lo han lastimado que no se han reparado (ENFOQUE, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD, CONSTRUCCIONES). Esto que sucedió este fin de semana no creo que sea un retroceso. Sin duda frustró mucho, porque comenzaron a sentirse bien y, al ver que las cosas estaban bien, se siente más el golpe, porque ya estábamos desarrollado la confianza y cuando pasan estas cosas sorprenden, asustan, preocupan, por lo que puede significar. Como con el mandar a los niños a dormir a su cuarto, eso puede significar muchas cosas para ellos, pero no quiere decir que esté mal, porque como

pareja podemos empezar por las cosas físicas. Dentro de la estructura familiar, primero está la pareja, luego son papás y luego van los hijos. No es que no sean importantes los hijos... (CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD, FRONTERAS, DIRECTIVA DIRECTA)

Daniela - ...Pero no van en medio.

Manuel - Van acompañando a los papás y a la pareja que son sus papás y para formar esta pareja es importante hacer un filtro de las cosas que cada uno surgió para tomar lo que más nos guste y formar lo nuevo. Y en cuestión de familias, primero está la familia que ustedes formaron y la familia de donde provienen pasa a segundo lugar. Entonces primero van ustedes como esposos, luego sus hijos y después la familia de origen. No se trata de olvidar lo que han hecho por nosotros ni ser malagradecidos, pero la persona con la que elegí pasar mi vida es mi pareja; yo nací en esta familia, pero parte de la vida y ser adultos independientes es hacer yo mi camino y en ese camino elijo a una pareja para que me acompañe y eso inevitablemente lleva a que la familia de origen quede en segundo lugar y hay que organizar esto para que todos podamos convivir. Y hay que fortalecer a la pareja, como un solo núcleo, que se relacione la pareja con los hijos, la pareja con las familias de origen de cada uno (CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD, FRONTERAS, DIRECTIVA DIRECTA)

Daniela - Y no por formar ese núcleo desaparecemos y solo podemos existir junto con el otro. Yo sigo siendo yo, pero este es mi lugar principal y formo una identidad de pareja y para eso se necesita confianza, porque ¿cómo voy a formar una identidad con alguien en quien no confío? (CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD, FRONTERAS, DIRECTIVA DIRECTA)

Fabiola – Claro.

Manuel - Y que justamente en cuestión de la identidad, algo que siento que está pasando en la relación es que esta frustración que está viviendo como ustedes; como pareja los está haciendo pensar cosas de cada uno. Por ejemplo, el que Fabiola se sienta molesta conmigo, además de que me puede hacer sentir molesto o frustrado, ¿qué dice de mí?, ¿Qué me hace pensar de mí?, ¿Soy entonces mal esposo? ¿Estoy haciendo las cosas mal? Y también puede pasar con Fabiola, y si construimos nuestra identidad basados en eso pues claro que vamos a pensar que somos la peor escoria del mundo (CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD)

Daniela - Y creo que eso que dices nos puede hacer sentir un poco locos porque si pienso que soy mala esposa y luego digo no, pero si sí hago esto y lo otro. Y es como una lucha de lo que siento que estoy dando y lo que veo que está reflejando la persona que está conmigo porque siente que es lo que le estoy dando y es o no me explico o no me entiende. Y puedo sentir que el esfuerzo que doy no es reconocido por la otra persona y eso lastima (CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD).

Manuel – Exacto. Y si yo me defino como alguien menos o menos valorado obviamente las cosas que suceda las voy a interpretar de esa manera y el que pasen cosas como esta hace que se nos reafirme esta identidad, esto no solo surge de nuestra pareja sino de cómo nos formamos desde antes y así me desenvuelvo por lo que he visto y he aprendido (CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD). Generalmente no es común que hagamos estas reflexiones de quien soy o como soy, no sé si es algo que han pensado ustedes.

Daniela – “Cómo me describo yo”, “cómo creo que me describiría mi pareja”, “cómo me ve mi familia y los demás...”

Manuel - ¿Y esto por qué te lo menciono en particular a ti Mauricio?, No porque tú seas el que esté haciendo las cosas mal, sino porque has mencionado que eres el más reservado y por lo que hemos hablado de cómo te ven y cómo te tratan en tu familia de origen y que me da la

impresión que puede ser que no estés del todo a gusto con la manera en que te ven y que lo has llevado porque eres una persona que dice “para que voy a pelear, prefiero estar tranquilo” y que es algo muy bueno, pero sin duda se forma una manera de ser y que con las exigencias de una relación de pareja nos enfrentamos a nuevos retos donde tal vez no funcione y que igual y te hace pensar que Fabiola te ve de la misma manera que ellos y que en los grupos de amigos, probablemente nos sintamos más aceptados porque la relación es diferente, porque tenemos menos compromisos con ellos y que esto lo relaciono con lo que hemos platicado con que esta relación puede haber hecho que se diera que tú sintieras que los problemas comenzaran desde antes para ti y no es que estés mal, es que lo consideras importante por ello (CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD, COMPLEMENTARIEDAD). En función a esto, parte de construir otra vez la confianza puede hacerse a través de la comunicación y de cómo nos relacionamos. Podemos hacer algunos cambios o ajustes que no van a ser permanentes sino solo mientras evoluciones la forma en la que se relacionan ya con confianza otros sí serán permanentes. Si hay esta incomodidad es porque ya no está funcionando la forma en la que nos relacionamos y hay que evolucionar y parte de eso es hablar de lo que nos ha herido para dejarlo atrás y que también es parte de construir la confianza porque me da más ánimos para volver a confiar y que esto se los digo porque el pedir perdón no es algo habitual en ustedes (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD). Y que como ya habíamos hablado hay relaciones simétricas y complementarias, y en la simétrica cada quien quiere que se oiga más lo que dice porque siente que esta dispareja la relación. Lo hemos visto en lo que platicamos la sesión pasada; si no se remodela la cocina y no quiero pues entonces quiero lo de las tortugas, y en tu caso Mauricio, con lo de revisar tu celular y lo de la camioneta, aunque no haya nada, solo porque ella quiere revisarlo, no quieres que lo revise. Y esto es para que se sientan a la par en la

relación porque han sentido que el otro está más arriba de ustedes y al hacer esto terminan compitiendo entre ustedes para estar a la par y el otro hace lo mismo (CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD, COMPLEMENTARIEDAD).

Daniela - Y haciendo eso nunca vamos a llegar a estar a la par.

Manuel - Y que se puede haber dado por cosas de nuestra personalidad o que se generaron en la relación. Es decir, puede ser una responsabilidad compartida o una responsabilidad única. Las dos cosas influyen, algunas más en medida de cada una (COMPLEMENTARIEDAD).

Daniela - Y que aunque sean cosas que ya traían o se hayan dado, en un inicio no se les daba importancia e incluso era emocionante, hasta que llegan decisiones como la de la boda: de día o de noche. Y que antes era padre porque sentían que el otro era la horma de su zapato, pero que pasa cuando llevamos 15 años en este baile, pues parece desde fuera que es muy agotador (CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD). Pero ustedes que están adentro, ¿suena a algo que estén viviendo?

Fabiola – Sí.

Manuel - Y para ti Mauricio, tal vez no lo habías pensado, pero ahora que lo escuchas, ¿Cómo suena para ti? (PREGUNTA LINEAL)

Mauricio – Igualito.

Manuel - ¿Y por qué lo menciono? Porque recuerdo que tú mencionaste Mauricio que, a comparación de tus hermanos, digamos que en las tareas trazadas que hay que cumplir tu andar no fue tan ortodoxo, en la escuela que estuviste, en la prepa libre y luego esperaste para estudiar la carrera, que no es lo común o lo esperado y que no tiene nada de malo, pero a veces al interior de nuestra familia no siempre es bien visto, y nos puede hacer sentir comparados y no apreciados, ya sea por nosotros mismos o porque en nuestras familias lo hacen evidente (CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD, REDEFINICIÓN).

Daniela - Y que también puede ser una manera de mandar un mensaje: “¿tú quieres que sea así? Pues no voy a ser así” para mostrarnos diferentes y que sí es algo de personalidad. Probablemente a ti Fabiola te ha pasado lo mismo: nadie en casa tuvo una carrera, pues yo sí. Y que esto trae cosas positivas porque se han superado y han aprendido a ser diferentes, pero aplicándolo a la relación de pareja no esta tan padre meter esta competencia (REDEFINICIÓN, COMPLEMENTARIEDAD). ¿Porque en una relación de pareja hay que ganar? ¿Cuál es el premio? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE ORIENTADA AL FUTURO)

Mauricio - El poder.

Manuel - Exactamente, quien manda y quien obedece. ¿Y por qué te lo digo en particular a ti Mauricio?, porque a veces te preguntamos y no sabes la respuesta y lo aclaro para que no se interprete de otra manera, porque yo en tu lugar podría pensar que es por otra cosa y por eso trato de ser claro y explícito. Y que esa es la palabra: poder. Porque implica que nadie me va a molestar, que nadie me va a cuestionar, que yo tengo mi lugar (ENFOQUE, INTENSIDAD, CONSTRUCCIONES).

Daniela - Y que hay muchas maneras de demostrar el poder, y muchas veces pensamos que el poderoso es quien está dando órdenes, pero muchas veces el más poderoso es el que esta calladito porque al final no hace las cosas. Ustedes dos son muy poderosos y ese es el problema, porque si hubiera un sumiso no habría ninguna discusión (ENFOQUE, COMPLEMENTARIEDAD, DESEQUILIBRAMIENTO, CONSTRUCCIONES).

Mauricio - 12 años fue así.

Daniela - ¿Y te revelaste?

Mauricio – Sí.

Daniela - Pues se notó, ¿no?

Fabiola - Yo pienso que no.

Mauricio - 12 años ella mandaba y era conflictiva.

Fabiola - Era porque eso ya lo cambié, por eso dije que cambie para bien.

Mauricio - Era lo que ella decía se hacía.

Daniela - ¿Y tú, con tal de que no hubiera problema, hacías lo que ella quería? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, COMPLEMENTARIEDAD, CONNOTACIÓN POSITIVA)

Mauricio – Sí.

Daniela - ¿Y eso hace 3 años cambió? (PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Algo así, en un porcentaje.

Fabiola - Yo creo que fue cuando nos casamos, yo lo acepto, si esta situación se hubiera presentado hace 10 años, yo muerta de la risa hubiera dicho: “papasito, sale bye”, ni discusión, tranquilamente y sin ningún problema. Te digo, he cambiado bien a lo que debe de ser, me volví mas responsable, hacer cosas que a él le gustan, ceder, empecé a ceder, yo no cedía, deje de tener amigos, deje de salir, de tomar, porque entendí que no era para mí y que con dos hijos ya no está bien y fue gracias a él, todo eso gracias a él y siempre se lo he dicho, tú me haces ser mejor persona.

Daniela - ¿Entonces la molestia es que se está convirtiendo en lo que tú eras antes? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN, ENFOQUE)

Fabiola - No, no me llega (se ríe).

Daniela - ¿Pero como que lo que tú dejaste de hacer y ese esfuerzo que hiciste por dejarlo y sientes que él está haciendo esa parte ahora y que sientes qué ya no va con el papel que les toca jugar como papas? (PREGUNTA REFLEXIVA CON SUGERENCIA IMPLÍCITA, PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - Como papas no. Como pareja, yo siento que él me siente segura y que con un beso o un abrazo ya. Si yo correspondo, siente que ya lo solucionó. Siento que ya no me conoce, le falta. “Ya me habla, ya sonrío, ya pasó”.

Daniela - ¿Tú quieres que te enamore? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN, ENFOQUE)

Fabiola – No sé.

Daniela - Es lo que yo pienso cuando dices que te siente segura.

Fabiola - La verdad no sé.

Manuel - Y que de hecho, pausa. ¿Cómo cambiamos del momento de cambiar de los cambios que tuviste que hacer a cómo te estas sintiendo aurita?

Daniela - Es que cuando ella conto como era antes yo le pregunte si le molestaba que Mauricio se estuviera convirtiendo en lo que ella era antes.

Manuel - ¿Y por qué lo menciono? No es que no me importe lo que sientes Fabiola, pero parte de lo que vamos a estar haciendo en las sesiones es que Daniela y yo vamos a estar muy pendientes de que esta maldita competitividad, traviesa y maladrina no aparezca y cualquier indicio le diremos que no (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD, INTENTO DE LLEGAR A UN ACUERDO MEDIANTE LA OPOSICIÓN). Entiendo que estás muy molesta. A mí me gustaría que tomaras unos días para pensar si realmente vas a tomar esta postura que mencionas (DIRECTIVA DIRECTA). También se los digo para que no se lo tomen a mal o sientan que los estoy cuestionando porque cuando aparezca esa antigua forma de relacionarse lo voy a mencionar.

Daniela - Cuando salga la competencia lo va a señalar para que ustedes puedan ver cuando están siendo de esta manera simétrica y lo noten en su propia comunicación porque no es lo mismo que les contemos que pasa a que se los mostremos cuando esta ocurriendo.

Manuel - Y retomando esto Fabiola, en un principio dijiste que ya no ibas a hacer esto, pero yo creo que es porque estas molesta y te invitaría a pensar si es algo real o es algo motivado por el sentimiento del momento, especialmente si es una decisión definitiva (ENFOQUE, DIRECTIVA DIRECTA). Pero claro que cualquiera de los dos puede cambiar de opinión y eso no tendría nada de malo.

Daniela - Claro, el que vengan aquí no hace que sea obligación hacer cosas que no quieren hacer o que tengan que seguir juntos, nosotros no los vamos a obligar a hacer nada que no quieran, estamos aquí para acompañarlos a que se sientan bien.

Fabiola - Y justo es lo que yo quiero, sentirme bien, Con Mauricio o sin Mauricio. Yo quiero sentirme bien y eso ya lo pensé y es algo que ya quiero. Quiero estar en paz y no vivir como estamos viviendo ahora, ya me cansé y tampoco quiero esperarlo más, si se va al futbol yo veré a donde irme y buscaré actividades que tal vez necesite y que él se quede con los niños dos días a la semana como yo me quedo con ellos cuando va al “fut” y a ver qué pasa.

Daniela - Ten cuidado de que no caigas en esta situación simétrica; que no se vuelva competencia (INTENSIDAD, DIRECTIVA DIRECTA).

Manuel - Que realmente sea para tu bienestar, pensando en ti.

Daniela - Porque no tiene nada de malo cultivarnos, tener nuestro espacio aparte de nuestra pareja. Ahora, en esta nueva decisión que tomaste ¿de qué manera estas incluyendo a Mauricio? (PREGUNTA ESTRATÉGICA) Ya habíamos hablado en un inicio de que quieren estar juntos y estamos haciendo un esfuerzo para recuperar la relación. ¿Estamos en el mismo barco todavía?

Fabiola - No lo sé.

En este momento, se tomó esta respuesta de Fabiola como un Intento de solución de llegar a un acuerdo mediante la oposición. Es decir, como un acto de conseguir sumisión por parte de Mauricio; como una estrategia de Fabiola de hacer que Mauricio haga lo que ella ha pedido. Tampoco se descartó la posibilidad de que fuese una posibilidad real esta confusión. Por tanto, la siguiente sección se centró principalmente en escuchar a Fabiola con el objetivo de reducir la tensión y conseguir su colaboración, todo esto como parte de restablecer la congruencia jerárquica y detener esta escalada simétrica.

Daniela - Eso es algo importante, tampoco se vale estar jugando a meto un pie saco un pie; “me voy a casa de mi mamá 5 días para ver cómo me siento”, porque son cosas que lastiman a los niños y a la pareja. Se vale cambiar de opinión, pero hay que pensarlo bien (DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD, DESEQUILIBRAMIENTO, CONSTRUCCIONES).

Manuel - A eso me refería con lo de la competitividad, que se vale, pero que sea algo pensando en ti y no sea para generar algo en la relación.

Daniela - Y que algo que les podemos decir es que tomar una decisión con la cabeza caliente casi siempre nos lleva a arrepentirnos mucho de lo que hicimos, así que tómate tu tiempo; que ahora no sea algo definitivo, porque se siente que aun estas muy molesta por lo del viernes. Date tiempo de pensar en qué plan estas, que no significa que no te des tu espacio porque eso es otra cosa (DIRECTIVA DIRECTA).

Manuel - ¿Porque qué puede suceder Fabiola? Que esa decisión que tomaste de darte tu espacio, que es muy saludable, pero que no sabemos cómo nuestra pareja lo está tomando (COMPLEMENTARIEDAD). Esto que te preguntó Daniela de estar en el mismo barco, si fuera Mauricio me sentiría confundido y asustado por cómo se entiende de que la relación está en veremos. Parece que lo del viernes te movió como para reevaluar las cosas y sobre lo que

hemos estado trabajando. Nosotros no te conocemos antes de esto y no sabemos si es algo que comúnmente te pasa o te ha pasado antes, si es frecuente que cuando te molestes tengas estos pensamientos y cuando te calmes, se vayan.

Fabiola - Sí, yo soy impulsiva con eso, pero ya con nosotros dos yo sí pienso que se me está yendo la vida; no salgo, no estoy haciendo nada por mí, estoy dando el 100 y tal vez él piensa que igual está dando el 100, porque si me pongo en su lugar, y sí veo un cambio que no puedo negar, pero tal vez estoy confundida y no es lo que yo quiero, que el 100 que él da no es lo que yo quiero.

Daniela - Sí sería muy importante Fabiola que digas qué es lo que tú estás esperando que él haga porque hace rato, cuando le pregunté a Mauricio dijo que no sabía lo que tú le estabas pidiendo. Yo no sé si lo han hablado y él no ha entendido (DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - No, esto no lo hemos hablado.

Daniela - Sí sería algo muy importante que lo hicieran porque no es lo mismo lo que significa el 100 para cada uno y que eso no significa que no estamos haciendo cosas, pero que tal vez estamos haciendo cosas que pasan desapercibidas porque no son las que el otro espera o quiere y si no lo digo, nunca lo voy a sentir porque no estoy diciendo lo que yo quiero (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Es que con Mauricio ya se ha hablado de esto y le he pedido que haga cosas y que hagamos cosas juntos y en el momento me dice “sí, vamos a intentarlo” y nunca lo hace, ni siquiera una vez y ya estoy hasta la madre y harta y sí estoy muy molesta.

Daniela - Como que fue tu gota que derramó el vaso.

Fabiola - Yo creo que sí y también pienso en mis hijos y me pongo de mal humor con ellos, todo cae en ellos y no quiero, quiero estar bien. Y quiero estar bien al grado de que “si se tiene que ir, que se vaya”, pero yo quiero estar bien.

Daniela - Tú dijiste que ya estas notando un cambio en él y que no lo puedes negar (ENFOQUE).

Fabiola – Sí, sí.

Daniela - Tú crees que ahora que ya estas notando un cambio en él, si le vuelves a pedir la lista de cosas que esperas que haga, ¿crees que él las podría hacer? (PREGUNTA REFLEXIVA ORIENTADA AL FUTURO)

Fabiola - Es que ya no me interesa pedírselo, ya no se lo quiero pedir, ya no quiero esperar a que en la noche me abrace o que veamos la “tele” juntos.

Daniela - ¿No se lo quieres pedir porque él ya lo sabe y no porque no te interese que lo haga? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Fabiola - Ajá, ya no quiero dormirme pensando que se le olvidó, ya me da hueva.

Manuel - Y si estas cosas que le pediste las comienza a hacer ¿qué sucedería? (PREGUNTA REFLEXIVA ORIENTADA AL FUTURO)

Fabiola - No lo sé, no lo sé, porque nunca las ha hecho, no te lo podría decir.

Manuel – Bueno, es que como Daniela te mencionó, si no se las quieres decir porque ya las sabe y no porque no te gustaría que las hiciera, cuando dices esto suena como que sí te gustaría que las hiciera (INTENSIDAD).

Daniela - Pero suena a como que no se quiere decepcionar otra vez.

Fabiola – Exactamente.

Daniela - ¿Cuáles son? Porque siento que son cosas muy específicas.

Fabiola - Pues le he dicho que siento que no pasamos tiempo juntos solos, solo con los niños y con ellos estamos bien y es padrísimo, no me quejo, pero no estamos juntos como que todas las noches haya un beso de las buenas noches, como que le tengo que decir: ¿y mi beso? O ya le dije que me abrace un rato en la noche y me dice ¡Ajá! y no lo hace o le digo por ejemplo, el

día de mi cumple, bacilando “¿y mi regalo (refiriéndose a sexo)?” Y me dice “luego, luego, luego” y yo me siento una mierda. Luego pienso “como si él fuera el último hombre del mundo, ¿yo rogándole? ¡Qué me pasa!” Me empiezo a decir “¡reacciona!”

Daniela - Ya te sientes que le estás rogando.

Fabiola – Así es. Y luego él dice “no, estoy jugando, exageras, eres una exagerada”. Soy la exagerada y me empieza a decir “¿Y cuando te compré esto?, ¿Y cuando te compré lo otro?” Soy el peor esposo del mundo. Entonces ya no quiero regresar a lo mismo. No sé si vaya a cambiar de opinión, pero hoy te digo que ya no.

Daniela - ¿cuántas veces ya tuvieron esta conversación? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Un montón de veces, como unas 10 en los últimos 6 meses.

Manuel – O sea ¿después de que comenzaste a notar el cambio? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Fabiola - Ajá, yo quería como que repararlo.

Daniela - Entonces fácil se lo has dicho al menos una vez al mes.

Fabiola - Un poco más, como 2 veces al mes.

Daniela - Y de esas veces ¿cuántas sientes que te ha escuchado? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR, ENFOQUE)

Fabiola - Ninguna. O sea, sí nos peleamos y nos reconciliamos y me dice que sí las vamos a hacer, pero no las hace, no quiere; es que no quiere, lo veo, lo siento.

Daniela - Pero, ¿te das cuenta de cómo sí está haciendo un esfuerzo a partir de que vienen aquí? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, DESEQUILIBRAMIENTO, INTENSIDAD)

Fabiola - Sí, de hecho eso fue una buena señal para mí.

Daniela - ¿Y cómo eso contradice esta parte? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, DESEQUILIBRAMIENTO, INTENSIDAD)

Fabiola - Pero siento que no está viniendo para que rescatemos nuestra relación. Dice “vamos, pero porque tú quieres ir”, así lo siento. “Para darte gusto, para que veas que hago lo que dices”, no porque tenga ganas de venir. Él siente que no necesitamos venir, que la terapia no la necesitamos. Entonces “aurita” está cansado y ya se quiere ir, y antes de venir me dijo “¿por qué no cancelas? Estoy cansado”. Y para mí es muy importante venir porque siento que había estado funcionando y que sigue funcionando porque me hace pensar qué es lo que quiero, que no lo pensaba antes. Antes estaba un poco temerosa “y si se va ¿qué voy a hacer? ¿Qué le voy a decir a mis hijos? ¿Van a crecer sin papá?” Y ahora digo,” no son los primeros niños que van a crecer con padres separados; no pasa nada. Tengo dos manos y puedo trabajar” y todo esto lo he recibido de la terapia. Sí siento tristeza, pero siento que sería pasajera, siento que es algo que tengo que vivir, si es que pasa, pero lo voy a superar, estoy segurísima.

Daniela - ¿Pero a ti te gustaría que él sí pusiera de su parte? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Fabiola - No lo sé, “aurita” no lo sé.

Daniela - ¿Porque estás molesta? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Fabiola - No, bueno, sí sigo molesta y decepcionada, pero ahora estoy como que quiero vivir en paz, ya no quiero discutir ni regresar a pelearnos; si él decide cambiar y quiere quedarse en la casa y seguir, perfecto. Yo no quiero que hoy se vaya, no eso estoy diciendo, simplemente que si se da, si no podemos entendernos, si no nos comunicamos como bien decías, pues sí voy a sufrir y mis hijos igual, pero tal vez sea sano para los dos, porque de verdad siento que me estoy quedando loca, ya no quiero. Sí me dio mucho gusto que viniera, que lo intente aunque sea que está cansado y que no quiere venir, y aunque no quiere, lo hace. Tal vez sí lo hace porque quiere estar conmigo, tal vez, pero no viene como yo venía, con el pensar que

“vamos a solucionar y a rescatar las cosas” y siento que nos amamos, no siento que venga así. También por el compromiso de que su mamá viene los lunes y no quiere que le digan algo si no viene, más que nada es eso. No sé si vaya a cambiar de opinión, pero “aurita” lo único que quiero es estar tranquila y me imagino que él también está harto de cosas que yo hago. Aunque yo también trato de darlo todo, tal vez estoy fallando en algunas cosas. Pero las cosas que le pido son tan sencillas de hacer y no las hace. Siento que no me ve como su pareja, no quiere comprar la cama del cuarto, quiere que nos quedemos con los niños, dice que con ellos estamos bien. Me ve como la mamá de sus hijos, no como su pareja. No es “oye, vamos al cine como pareja”, es “vamos con los niños” y no tiene que ver con que sea reservado, porque ¿cómo organiza las salidas con sus amigos o los partidos de fútbol? Así como planea todo eso puede planear una salida conmigo y él me contesta, “tú dime y vamos” y yo quiero que salga de él un día, no que siempre salga de mí. Entonces ¿quién le está dando autoridad para que mande? ¿Quién? Ya no quiero eso, de verdad no.

Daniela - Siento que esto no está siendo como en otros momentos cuando te has molestado con él, que son arranques donde le mentas la madre.

Fabiola - Sí, siento que la terapia me ha ayudado a controlar eso un poquito. No le he mentado la madre desde que venimos, pero ganas no me han faltado. Ayer me dieron ganas de romperle la madre, te lo juro. Sin embargo pude controlarme y disimular. Siento que la terapia me ha ayudado a verlo de otra manera, “no se puede y ya, no quiere y ya, ¿qué voy a hacer?”

Daniela - De todas maneras te escuchamos, te comprendemos, entendemos lo que nos estás diciendo, pero te recordamos lo que te dijimos, da tiempo, deja que se asiente (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD). Entiendo que cuando las cosas son muy repetidas el tiempo no ayuda; si ves que pasa un tiempo y sigues sintiendo lo mismo, entonces lo platicamos de nuevo, pero si cambia, también hay que platicarlo. Así que da tiempo de que se asiente, pero te

agradecemos que nos digas cómo te sientes porque es algo muy importante y que bueno que logras encontrar tus emociones de una manera diferente ahora en ti (DIRECTIVA DIRECTA, ELOGIO).

Fabiola - La verdad es que sí trato de gritar menos, siento que me desquito con los niños y no lo había yo notado y no quiero hacerlo. Trato de ahora tomarlo de otra forma para que no estalle. Por ejemplo, todo esto él no lo sabía porque no se lo había dicho, porque ayer cenamos tranquilos, él piensa que estamos bien.

Manuel - No porque no reacciones o explotes significa que no te duele y mucho (REDEFINICIÓN).

Fabiola - Exacto, pero de manera diferente, no como antes que le hubiera hecho un escándalo y le hubiera pisoteado el celular porque sé que me estaba escondiendo algo. Diga lo que diga no me va a sacar de ahí porque sé lo que vi, y eso que dice de que me hubiera dado el celular, ¡jamás me hubiera dado el celular!, es lo último que hubiera hecho.

Daniela - Todo lo demás que dijiste estuvo perfecto, pero con esto último de nuevo estas cayendo en lo simétrico, no podemos saber cuál es la verdad (DIRECTIVA DIRECTA, ENFOQUE, INTENSIDAD). Entiendo que para ti es lo que estabas viviendo y es tu realidad, pero esa es la verdad para ti, pero para él no es la verdad y no vamos a entrar a una discusión de quien tiene la razón porque no vamos a llegar a nada. Y al final, si vamos a llegar a una lucha de poder, el que gana el poder ¿qué gana?

Fabiola - Pues sí.

Daniela - El que tenga la razón ¿qué gana? ¿Va a estar bien padre tener la razón de eso? ¿Te va a gustar tener la razón de lo del celular? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Fabiola - Puede ser.

Daniela - ¿Y para que te va a servir?

Fabiola - Solo para tener la razón.

Daniela - Yo creo que es algo que solo alimentaría este enojo y serviría para decir: “¿ya viste? Yo sí tenía la razón”. (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD)

Manuel - Y que miren Fabiola y Mauricio, en esta situación se pueden dar dos cosas al mismo tiempo (CONSTRUCCIONES). Sin duda, por un lado está el que puede ser que sí quieras seguir estando con Mauricio, pero no así. Se pueden dar las dos cosas, “sí quiero, pero no quiero”; “sí quiero si es diferente y no quiero si sigue estando así”. Y que me parece que estás dolida y no quieres seguirte lastimando más y quieres ponerle pausa a esta situación para que no te duela más porque estás ya cansada, pero sí puede suceder que, si se dan los cambios, sí querrías estar con él. Eso lo sabremos cuando le dolor baje un poco más y si no se da, no pasa nada. Y que tal vez tú sientas lo mismo Mauricio, “así como están las cosas, no” (COMPLEMENTARIEDAD, ENFOQUE). Y que esto es algo bueno porque motiva a hacer los cambios por uno mismo y eso puede generar cambios entre los dos, por el momento se vale que no pensemos en esto si no queremos ahora y no pasa nada (REDEFINICIÓN). Pero también pienso que... bueno igual y por el tiempo ya no lo hablamos.

Debido a que se acercaba el final de la sesión y se hizo una pausa, Daniela aprovechó la oportunidad para continuar con la sesión y dirigir la atención hacia Mauricio para explorar de una manera circular cómo había tomado todo lo que había dicho Fabiola, formar una alianza con él y equilibrar la sesión, la cual había sido dominada principalmente por el enfado de Fabiola.

Daniela - Sí, a mí me da pendiente que está su suegra. Creo que es una cuestión muy importante y que quisiéramos dedicarle tiempo a esto, pero también creo que es un momento muy cercano a la situación como para poder hablar muy en serio de lo que pasó, porque los

sentimientos están muy fuertes. Pero también me interesa escuchar a Mauricio porque, si no había escuchado esto, pues es como un balde de agua fría, me imagino, y no me gustaría que te fueras así. ¿Cómo te sientes Mauricio? ¿Qué estás pensando? (ENFOQUE, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - Pues sí me siento sorprendido, triste y asustado. Realmente lo que siento es que su molestia es por lo de ayer, no por lo del viernes. Siento que ella está decepcionada y molesta por lo que ella sintió ayer, todo esto es por eso. Pero pues hay que darle tiempo para arreglar las cosas.

Daniela - Y con lo que escuchaste que ella quería que hicieras ¿cómo te sentiste? De todas las veces que te lo pidió y no lo has hecho (PREGUNTA CIRCULAR).

Mauricio - Eso sí tiene razón.

Daniela - ¿Y eso cómo te hace sentir? (INTENSIDAD)

Mauricio - Pues mal. Lo que pasa es que yo siento que puedo decir algo, pero pueden ser excusas, a veces se da, a veces no se da, o sea no sé.

Daniela - ¿Es algo que te cuesta trabajo? (INTENSIDAD, ENFOQUE)

Mauricio - Yo creo que sí. O sea, no es que no quiera, pero no sé, a lo mejor no se da. Como lo de anoche que no le di beso de buenas noches, porque cuando llegue a la cama ya se había volteado y dormido y ella se molesta mucho si la despiertan.

Fabiola - No es verdad.

Mauricio - Lo siento, así fueron las cosas.

Manuel - O sea, ¿por eso hiciste lo que hiciste? (ENFOQUE, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - Sí, normalmente no me acuesto con ella a abrazarla, pero sí le doy beso de buenas noches porque le doy las buenas noches a los 3, no siempre, pero la mayoría de las veces; no me acuesto a abrazarla, eso sí, pero en el día sí nos acostamos y nos abrazamos.

Daniela - ¿Tú te imaginabas que estas cosas que ella te pidió y no se daban tenían un impacto a este nivel? (PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio – No.

Daniela - ¿Y ahora que lo sabes? (PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Yo siento que es por lo de ayer, todo lo que está pasando es por lo de ayer. Porque después de que hemos venido a la terapia, no nos hemos abrazado, pero sí besado de las buenas noches y no lo había vuelto a mencionar.

Manuel - Pero Mauricio, para ti, el que mencionas que es por lo de ayer, ¿qué significa? (ENFOQUE, INTENSIDAD)

Mauricio - No sé, lo que dice ella de que yo sabiendo que ella venía guarde el celular y el que los dos digamos cosas diferentes por eso siento que esta así.

Manuel - Ok, pero el que este así por lo de ayer ¿a ti que te genera? ¿Qué te hace pensar? (ENFOQUE, INTENSIDAD)

Mauricio - O sea, ayer yo sí me molesté por lo la actitud que tomó y por lo bien que hemos tratado de estar, como que a mí sí me molestó.

Manuel - Pero por lo que mencionas Mauricio, me hace pensar que no fue algo tan importante y que piensas que ella otra vez está exagerando.

Mauricio – Yo, ajá, no lo vi como algo importante, ahora sí lo veo por lo que está diciendo. Vi que se molestó, pero lo vi como un pleito y ya.

Manuel – Ah, ok.

Daniela - No había entendido la magnitud, hasta ahora.

Manuel - Ok, y para ti ¿la principal razón de que dices que es lo de ayer es que eso detonó todo? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Mauricio - Yo digo que sí.

Manuel – Ah, ok. Pero ya sea que solo sea esta o las dos, independientemente de eso, creo que lo importante es ver que cualquiera que sea el motivo esto es importante y que ahora ya te quedo clara la magnitud (REDEFINICIÓN). En ese caso, ya sea para que lo pienses en el transcurso de la semana, mencionaste “no sé qué hacer”. Yo te invitaría a que, si piensas que a lo mejor esto no está perdido y los esfuerzos valen la pena, yo te invitaría a que lo intentaras, si quieres estar con Fabiola. En este momento ella no lo está pidiendo ni lo está esperando, pero creo que haciendo un lado lo que Fabiola quiere, piensa y siente y pensando en ti y lo que tú quieres y deseas, si tú deseas estar con tu esposa, yo te invitaría a que hicieras un intento más (ENFOQUE, DIRECTIVA DIRECTA).

Daniela - Y todo lo que consideraras que fuera posible (DIRECTIVA DIRECTA), porque creo que un error que cometemos las parejas es, que cuando escuchamos que el otro está en una postura así, pensamos “ya valió”. Entonces nos ponemos en una postura de resignación, pero no pensamos en lo que nosotros queremos y si yo quiero estar con alguien, pues voy a luchar para estar con esa persona y creo que aunque ella está en ese plan de no querer, hazlo por ti (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA). Porque si tú no quieres perder esta familia ni perder este matrimonio, hazlo por ti. No pienses en ella y hazlo porque tú no quieres perder eso (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD), porque ella está en todo su derecho de pensar lo que quiera pensar y de sentir lo que quiera sentir, pero ¿qué sientes tú? Porque si tú no estabas en este plan y no estabas pensando en esto, me imagino que ti tenías una idea diferente de cómo eran las cosas y, por tu cara, creo que no se te hace muy agradable como toda esta la situación y no podemos quedarnos viendo que pase la vida. Por la manera en la que hablas de tus hijos y tu familia, parece que son cosas muy importantes para ti y que valoras mucho. Y si ya te dijeron que se está yendo el tren, pero es algo que tú quieres, pues corre. Es un consejo (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD).

Manuel - Hay dos opciones: o puedes intentar correr a alcanzarlo o decir “¡ay! ya para q”é”. Puedes tomar cualquiera de las dos opciones, creo que ninguna está mal, ningún está bien, ninguna te hace mejor persona o peor persona (CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD).

Daniela - En realidad te lo decimos por las cosas que hemos escuchado de ti y porque es lo que nos parece que tú quieres.

Manuel - Exacto, tus metas tus las puedes alcanzar, lo que tú quieras tú lo puedes conseguir; no se da por magia; tú tienes todas las capacidades para alcanzarlo y si en este caso, el que escuches esto, no significa que ya no puedas hacer nada al respecto, para nada. Hay muchas cosas que están en tus manos y puedes hacerlas si decides qué es lo que quieres hacer. Es por lo que mencionabas de que “no sé qué hacer” y que sonaba a que no podías hacer nada al respecto, pues no, sí puedes (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA).

Daniela - Porque igual, a veces sentimos cuando estamos de este lado que hay que respetar que ella está en un proceso de que no sabe lo que quiere, “no quiero ser entrometido, no quiero que ella piense que la estoy obligando a que se quede”. Esas son cosas que ella puede pensar, pero eso es problema de ella, pero tú haz lo que tú sientas que necesitas hacer por ti y por tu familia. Si sientes que es algo por lo que vale la pena luchar, este es el momento porque escuchaste con nosotros lo que ella piensa (DIRECTIVA DIRECTA) y creo que fue algo duro de escuchar y por lo mismo creo que te puede dejar paralizado y que si te quedas así, las cosas no se van a dar como quieres. Pero piensa bien que es lo que quieres tú (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD). Tampoco se trata de que la tengas que ir a perseguirla, ni que esa sea tu meta ni que te tengas que quedar en esa situación si no es lo que tú quieres (CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD). Te lo digo de esta manera porque generalmente tú no haces estas preguntas hacia adentro, pero que en tu discurso suena como que esto es lo que tú quieres, o al menos es lo que yo he interpretado, y por eso te lo digo. Entonces, si a ti te

interesa, ella ya te dijo cuáles son las cosas y están fáciles, así que éntrale por allá, ve cómo funciona, y si no funciona, que no quede de ti (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD).

Fabiola – Exacto.

Daniela - Ella ya sabrá, ella está en otro proceso, pero que tú no sientas el día de mañana que, si esto toma otra dirección, tú no hiciste lo que tenías que hacer, porque te va a pesar y no te vas a sentir bien (INTENSIDAD).

Mauricio - Es que Daniela, siento que todo lo que haga, ella le pone un “pero”. Todo lo que he tratado de hacer y de cambiar ella me dice: “Ajá, pero eso lo hiciste solo porque no sé qué, o porque estabas pensando esto, o porque yo te obligué”, así lo dice. No siente que yo haga las cosas porque yo quise sino porque ella me estuvo chingando. Como la cama, yo quería comprarla, pero ella dijo que solo porque me estaba chingando.

Fabiola - Entonces ¿por qué lo hiciste?

Mauricio - Porque me estabas chingando.

Fabiola - Entonces tengo razón.

Manuel - No, él dijo que porque él quería (DESEQUILIBRAMIENTO).

En este momento Daniela desvió la conversación hacia Fabiola con el objetivo de restablecer la congruencia jerárquica, ya que Fabiola se mostró nuevamente en una postura simétrica y cerrada.
--

Daniela - Fabiola quiero que hagas una pausa y veas la cara de Mauricio. ¿Viste la cara cuando estaba diciendo eso? (ENFOQUE, DESEQUILIBRAMIENTO)

Fabiola - Sí, son las caras que hace todo el tiempo cuando habla conmigo, me pone caras

Daniela - ¿Caras de qué?

Fabiola - Como de que no le importa.

Daniela - No a eso me refiero, la cara que puso cuando dijo que le pones “un pero” a todas las cosas que hace. ¿Esa cara la viste?

Fabiola – No.

Daniela - No creo que tenga dotes actorales como para repetir la cara, pero yo vi que Mauricio iba a llorar. Imagínate, para una persona privada qué esfuerzo que debe ser venir a algo que no le interesa tanto, donde lo van a estar jodiendo, no solo una sino dos más, donde se está abriendo, donde tú misma has visto que ha habido un cambio y que a pesar del cambio, él sienta que eso no es suficiente para ti (REDEFINICIÓN, ENFOQUE INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO).

Fabiola - Sí, yo te acabo de decir que no estoy diciendo que él no está dando el 100, pero tal vez no es el 100 que yo necesito. Yo reconocí que ha cambiado y lo acepto y nos ha ayudado a mantenernos bien.

Daniela - Y no estoy diciendo que no lo aceptes, pero no te estás poniendo en su lugar. ¿Te das cuenta de por qué es diferente aceptar que ponerse en el lugar del otro? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, INTENSIDAD)

Fabiola - ¿A qué te refieres con ponerme en su lugar?

Daniela - Ponte en el lugar de Mauricio de qué significa para él dar el 100 en las cosas que ha estado haciendo (DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - No siento que sea demasiado, no siento que le ha pesado hacerlo.

Daniela - Entonces no sientes que está dando el 100, ¿no?

Fabiola - No siento que está dando el 100 para que cumpla conmigo.

Daniela - Pero no, a ver, una cosa es tu 100 y otra cosa es el 100 que él puede dar. ¿Él está dando el 100 que él puede dar? Tú lo conoces, ¿estás viendo que se está esforzando de verdad o nos está viendo la cara? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE SUGERENCIA IMPLÍCITA)

Fabiola - Mmmm, en algunas cosas sí.

Daniela - ¿Qué calificación le pones? (PREGUNTA CIRCULAR, PREGUNTA DE ESCALA)

Fabiola - Bueno, vamos a ponerle 80.

Daniela - Ok, ¿cuánto se esforzaba antes de venir? (PREGUNTA CIRCULAR, PREGUNTA DE ESCALA)

Fabiola - Cero.

Daniela - Ok, pasamos de 0 a 80. No es el 100.

Fabiola - No.

Daniela - Ok, nos falta un 20. Es una situación realista, no es algo malo, a mí me suena a una cantidad real buena de un esfuerzo. Tal vez él no había entendido el peligro en que estaba su matrimonio, porque por la cara que puso creo que Mauricio para nada se imaginaba esto, ¿o me equivoco? (REDEFINICIÓN)

Mauricio - No.

Daniela - ¿Esto cambia las cosas para el esfuerzo que sientes que tienes que dar en la relación? (PREGUNTA REFLEXIVA CON SUGERENCIA IMPLÍCITA)

Mauricio - Sí me siento un poco como frustrado y molesto.

Daniela - Sí me imagino. ¿Tú cuánto esfuerzo sientes que estás dando Mauricio? Dentro de tu 100, de manera honesta.

Mauricio - El 80 igual.

Daniela - ¿Y te parecía que un 80 era suficiente para lo que estaba pasando?

Mauricio - Sí.

Daniela - ¿Y tú cuánto estabas dando Fabiola?

Fabiola - El 100.

Daniela - ¿Tú sentías que ella estaba dando el 100?

Mauricio - El 90.

Daniela - ¿Y esto es lo que te hacía sentir dispareja? ¿Que tú sí sentías que le estabas metiendo todo y el no? (COMPLEMENTARIEDAD, PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Fabiola - Sí, una vez más. A lo que voy...

En este momento se retoman elementos de la sesión anterior con el objetivo de detener la escalada simétrica y la actitud de Fabiola. Se busca formar una coalición en contra de ella para restablecer la congruencia y generar apertura hacia las evidencias positivas.

Manuel - Pero saben qué, pausa. Creo que también es importante pensar en que eso es cómo se estaban sintiendo y a lo que se refería Daniela de ponerse en el lugar del otro es ser autocríticos. Porque por ejemplo, la sesión pasada hablábamos de que cosas tú Mauricio le habías pedido a Fabiola que hiciera en la casa y no sé qué tanto lo comenzó a cumplir o no y que, pues así al igual que en la sesión pasada, nos dimos cuenta de que son cosas pequeñas, pero sí son muy importantes. Entonces no sé si en tu caso Fabiola las comenzaste a hacer y si eso significa dar el 100 y el no hacerlas es dar el 100 (ENFOQUE).

Fabiola - No.

Manuel - Esto ¿por qué te lo menciono? Porque podemos sentir que damos el 100, pero por eso es importante ser autocríticos y escuchar al otro, porque aparentemente estabas dando el 100, pero si hubiera sido así, esas cosas ya las habrías hecho. Y esto no es regaño, es solo que a veces la competitividad y el enojo que estamos sintiendo nos ciega y nos hace ponernos en una postura donde ignoramos cosas que se están dando (INTENSIDAD).

Fabiola - Pero ya no se sigue dando, o sea esta semana no pasó nada de eso.

Manuel - Ok, ¿porque no hubo oportunidades para que se diera o porque tú no permitiste que se dieran oportunidades? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN, INTENSIDAD)

Fabiola - Creo que no se dieron oportunidades.

Daniela - ¿Pero lo tuviste pendiente?

Fabiola – Sí.

Daniela - Y que miren, yo no quiero que esto se convierta en yo estoy dando el 80 y yo estoy dando el 100, en otra competencia, porque no es el objetivo de lo que estaba buscando, sino que nos aprendiéramos a poner en el lugar del otro. Fabiola, ¿tú cuánto estabas dando en la relación antes de venir? (PREGUNTA DE ESCALA)

Fabiola - El 100.

Daniela - Entonces, no cambiaste ¿y el cuánto cambio? Aunque parece ilógico, pero a veces cuando ya llevamos mucho tiempo esforzándonos el ver a la otra persona que se esfuerza, pero no llega a lo que esperábamos, molesta peor que cuando no hacía nada. Y puede ser porque pensamos: “pensé que cuando te esforzaras ibas a llegar hasta acá”, pero perdemos de vista ese 80 (REDEFINICIÓN, INTENSIDAD, CONSTRUCCIONES). Ya solo estamos a 20 de llegar a donde queríamos llegar, ya no estamos a 10. ¿Por qué te digo esto? Porque para Mauricio las cosas no son tan diferentes de cuando comenzó a venir si ve a su pareja, sí has cambiado cosas, pero también te estabas esforzando antes de venir. No es como que no estuvieras haciendo nada antes, para él tal vez el cambio no es algo que pueda ver tan fácil y además él no está pendiente de esas cosas. Tú lo dijiste hace rato, tú eres la que tiene esto en la lupa, en la mira y eres la que ve como se mueve todo y también miras hacia adentro y eso hace que puedas ver cómo impacta lo que está pasando con él y que eso es algo que él no hace. Entonces el que tú hagas ciertas cosas puede molestarle, pero no va a llegar a esas

conclusiones como la que tú nos dijiste hoy (REDEFINICIÓN, INTENSIDAD). ¿No sé si me estoy dando a entender?

Fabiola - Creo que sí.

Daniela - ¿Por qué te digo esto? Entiendo que es frustrante este proceso de querer ver a nuestra pareja crecer a un ritmo para que ya nos alcance, como que “ya te espere mucho y ya no quiero seguir esperando”. Pero, ¿cuánto tiempo llevan viniendo? (BÚSQUEDA DE LA EXCEPCIÓN)

Fabiola – Poco.

Daniela - 5 sesiones y ya mejoramos un 80, ya está dando un esfuerzo de 80, podríamos ver un 0 y vemos un 80 y no ha dejado de venir y aunque no se han dado las otras cosas, no las habíamos platicado acá y yo sé que tienes esta reserva de que tu corazón esta frágil por las decepciones porque no las vas a soportar, pero no las hemos platicado, no has dado chance de ver cómo van a ser las cosas estando en este ambiente. Vamos a dar una oportunidad de ver cómo funciona esto (DIRECTIVA DIRECTA). Hasta ahora ha funcionado bien, tuvimos una mala semana con dos peleas que te dieron feo, pero vamos a dar chance, las cosas estaban bien hasta la semana pasada, tú estabas contenta hasta la semana pasada y también piensa qué te dice de ti que de una semana a otra semana llegues con una decisión tan radical; siente qué tanto está movido por esto y qué tanto le estás dando chance de que entre a este proceso de cambio. Él no está acostumbrado a hacer nada de las cosas que estamos haciendo aquí y lo estás viendo (REDEFINICIÓN, CONNOTACIÓN POSITIVA, DESEQUILIBRAMIENTO). Bueno, ¿cuántas veces ha hablado desde que estamos acá para empezar? ¿No? Y no te estoy regañando, pero hemos conocido mucho más de Fabiola que de Mauricio (INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO). Hay que dar chance de conocerlo a él para ver qué es lo que hay

que mover y estamos moviendo cosas y ya es ganancia que esté hablando, eso es una diferencia (DESEQUILIBRAMIENTO).

Manuel - Y también ustedes mencionaron algo de que tú dejaste de tomar. Durante el tiempo que se dio esto, ¿no sé qué tanto tú Mauricio te sentiste como ahora se está sintiendo Fabiola? No sé ¿por qué se originó ese cambio? ¿Por qué dejaste de tomar? (PREGUNTA CIRCULAR, ENFOQUE)

Fabiola - Lo que pasa es que cuando nos conocimos y empezamos a salir, obviamente salíamos y tomábamos y yo tomaba más que él, eso no quiere decir que en todas las fiestas yo me emborrachara.

Mauricio - Tomaba más, pero aguantaba más.

Fabiola - Ajá, puede ser. Pero sí me gustaba la fiesta, pero no me caía muy bien el alcohol, me volvía impertinente.

Mauricio – Agresiva.

Fabiola - Muchas ocasiones él me decía al día siguiente “Oye, ¿sabes que hiciste esto?” Y la cruda moral es terrible.

Daniela - ¿Te acordabas?

Fabiola - En algunas ocasiones no y entonces como que empecé a medirme; tomar, pero no emborracharme y así fui haciendo hasta que dejé de tomar. Ya casada y con los niños no era lo mismo, me daba hueva. Pero, o sea, yo cambié por él, porque a él no le gustaba, porque él no es nada agresivo, ni pleitista, ni insultaba. Puede decir groserías, pero a mí jamás me ha dicho nada y yo le he dicho “chinga tu madre” y lo he hasta golpeado, la verdad, y empecé a notar que a él no le gustaba y pensé que estaba mal y comencé a pararme y no tomar, y lo dejé de hacer para que los dos estemos bien, porque también lo hice por mí y por los niños y Mauricio

no era de tomar mucho, “aurita” sí toma, pero de antes no, y dije “yo por qué me voy a emborrachar si él no toma” entonces cambié muchas cosas.

Manuel - Y tal vez es un problema que Mauricio no hable y no te dijera estas cosas y que tú lo tuvieras que descubrir por tu cuenta e imaginar que estaba pensado Mauricio y que estos cambios tú los hiciste. ¿Qué piensas de todo lo que pasó Mauricio contigo cuando te comportabas de esa manera y que por eso decidiste cambiar?

Fabiola – Horrible. Me daba mucha vergüenza, pensaba que pobre que tuvo que soportar esas cosas y sí sentía que me quería o no se hubiera quedado ahí y sentía vergüenza de que le diera pena de las cosas que hacía su novia.

Manuel - Esto ¿por qué lo pregunto? Qué bueno que digas que aprecias este esfuerzo que hizo porque desgasta el no decir cosas cuando hacías eso y contenerse también son muestras de amor y a lo mejor el que ahora pase esto y que tú reacciones así puede ser que se sienta injusto que le pidas que cambie en tan poco tiempo cuando él te espera mucho más (ENFOQUE, DESEQUILIBRAMIENTO, REDEFINICIÓN, ELOGIO, LADOS FUERTES). Tal vez siente que no es justo o duro o doloroso, porque tal vez piensa: “¡bueno, pero si somos amigos y nos tenemos paciencia!”. Y que esto no significa que hay que soportar lo que sea, pero son argumentos para tu enojo y también valorar su esfuerzo y lo digo porque es importante pensarlo y no olvidarlo y nos ayuda a ponernos en el lugar del otro y eso ayuda a que nos tengamos paciencia. Quería que lo dijeras para que Mauricio lo escuchara y tal vez Mauricio tú ni lo piensas, pero sí surte efecto (INTENSIDAD, COMPLEMENTARIEDAD, CONSTRUCCIONES). Yo veo como las cosas que pasan surten efecto en ti, pero tú no piensas en el efecto que generó, no piensas en lo que sucedió ni en las implicaciones que tiene; tú prefieres llevar las cosas en paz. Lo quise sacar a colación porque puede estar influyendo en cómo te estás sintiendo ahora y que eso no motive a que hagas cosas y pienses en ello, como

influye en ti y qué te dice de ti y veas como reacciones o como te mueves y también quería que lo dijera Fabiola porque es bonito escuchar eso (ENFOQUE, INTENSIDAD, CONSTRUCCIONES).

Mauricio - No mencionó cuando limpie su vómito y cosas así, es algo bonito igual que nadie ha hecho (carcajadas).

Fabiola se carcajea.

Manuel - Pero bueno, también veo que ahora le ha bajado a la forma en la que se expresa y ahora ya no ha llegado a hablarte como te hablaba antes que tú mencionaste en las primeras sesiones que era algo que te molestaba desde el inicio y que era algo que tampoco decías, no sé si por paciencia o temor, pero estuviste viviendo esta situación y que sí a lo mejor lo hiciste solo porque así se dio esta situación, creo que es importante que también lo reconozcas como algo bueno que hiciste y que también es bonito escuchar que te tomaron en cuenta y que hicieron el cambio por ti y para ti, y el que ella este tan pendiente de todas las cosas tiene su lado malo, pero también su lado buen que es este: está pendiente de tus cosas incluso aunque no lo digas (CONNOTACIÓN POSITIVA, ENFOQUE, CONSTRUCCIONES). Y que si todo lo hacemos sin darnos cuenta es lógico que Fabiola piense que ella hace todo, aunque no es así y también puede ser que tú te sientas así y que igual te puede servir para reflexionar sobre lo que te gusta y no te gusta que tal vez lo has dicho muchas veces, pero no te han hecho caso y eso hace que pienses que ya no vale la pena hacerlo, pero te invitaría a que hicieras la reflexión de cómo te afectan las cosas porque el temperamento de Fabiola sí era algo que te estaba afectando desde un inicio y mucho y que si generaba un impacto en ti. Fabiola notó algo y lo hizo (COMPLEMENTARIEDAD, INTENSIDAD, REDEFINICIÓN).

Daniela - Y que le pones un reto, porque ella tiene que jugar a las adivinanzas. Es como vivir con un rompecabezas y es cansado también (ENFOQUE, COMPLEMENTARIEDAD).

Mauricio - Es que a veces siento que si yo digo que sí y ella dice que no, no llegamos a nada.

Manuel - Sin duda.

Daniela - Claro, pero tú quieres que ella no te investigue, pero no le dices nada y con eso fomentas que te investigue, porque ella te quiere y quiere saber de ti y que esa investigación ya se amplió a otras cosas que no te gustan, pero para las que sí te funcionan estas cómodo y no las mueves. Entonces hay que cambiar esa parte también para que cambie la relación y tú le comuniques a ella lo que quieres, porque si no, te atienes a que ella sea la investigadora de la familia y con lo que conlleva (REDEFINICIÓN, COMPLEMENTARIEDAD, ENFOQUE).

Manuel - Y que más que nada lo importante es comunicar cuando algo te está lastimando, como ahora hizo Fabiola (DIRECTIVA DIRECTA). Porque piensa cómo le pasa a los niños: cuando alguno llora eso hace que ellos vean que le dolió al otro y ya saben que no lo van a volver a hacer y eso hace Fabiola, pero tal vez tú Mauricio no lo has hecho, no comunicas lo que te ha lastimado como para que ella pueda ver el alto (CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD).

Daniela - Y que lo podemos completar con, “no me gusta esto y me gustaría que pudieras hacer esto”, como lo hizo Fabiola y lo ideal sería que lo cumpliéramos, no solo que se quedara en palabras. Porque eso ayuda a que nos sintamos escuchados y amados (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD). Pero bueno, ya nos alargamos mucho, pero sentimos que era necesario por las cosas que se abrieron hoy y no queríamos dejarlos así.

Manuel - Les agradecemos mucho que, aunque estaban molestos, tuvieron disposición y en tu caso particular Mauricio, te agradecemos porque sabemos que esto no te es fácil y hoy nos dijiste cómo te sentiste y agradecemos este esfuerzo porque sabemos que no se te hace nada fácil y que creo que dio un buen resultado porque conocimos cosas de ti que te pueden ayudar,

no solo en esta relación, sino en otras. Se vale poner límites (ENFOQUE, INTENSIDAD, ELOGIO).

Daniela - Y que mientras más sepamos de ti y más sepas de ti, mejor te vas a sentir. Eso es algo importante de crecimiento, no solo para tu pareja, en general para tu vida. Y a ti Fabiola una felicitación por las ganas que le estas poniendo a controlarte, porque se nota muchísimo, porque esto pudo haber sido una situación explosiva que se saliera de control y creo que la tomaste como toda una chingona (ELOGIO, ENFOQUE, INTENSIDAD).

Fabiola – Gracias.

Daniela - Y te felicito porque no es algo fácil por los sentimientos que implica, con más razón te felicito. Esto habla muy bien de ti y del esfuerzo que le estás poniendo, independientemente de la relación, para ti y contigo y que bueno que ya te diste cuenta de lo de tus hijos, porque es algo que es invaluable para tu relación con ellos el que lo logres detener.

Fabiola - Gracias, voy a llorar. Gracias a ustedes.

Manuel - Sin duda los dos se han esforzado mucho, hoy se dijeron cosas que sería bueno continuar y se ve cómo se esfuerzan un montón, y quiero que lo vea como una victoria porque una situación que pudo haber sido catastrófica hoy la lograron resolver (REDEFINICIÓN, ELOGIO, INTENSIDAD).

Daniela - Usaron todas las herramientas a su favor.

Manuel - Ustedes pusieron de su parte, por cada uno y por los dos. Tu Fabiola controlándote y tú Mauricio venciendo este miedo de hablar que en otros momentos te ha dejado callado, hoy cada uno venció a un enemigo el miedo y el enojo. Les agradecemos mucho el esfuerzo que le ponen, y ahí están las sugerencias para cada quien, piensen en ustedes y en sus metas personales por ustedes y porque sin duda tendrá buenos resultados para la relación (DIRECTIVA DIRECTA, ELOGIO).

Daniela - Aquí estamos para ayudarlos y para lo que necesiten.

Fabiola - Gracias a ustedes de verdad, a mí la verdad sí me ha servido muchísimo en todos los aspectos y les agradezco mucho.

Daniela - Un gusto poder ayudarlos.

Esta sesión se alargó más del tiempo regular debido a lo que comentó Fabiola en cuanto a la relación. Ambos llegaron muy molestos y con una actitud difícil por lo que principalmente la sesión estuvo dirigida a contener emocionalmente y prevenir un acting out futuro por cualquiera de los dos como resultado de una escalada simétrica. Para ello, durante la sesión se fueron haciendo coaliciones en contra de ambos miembros, se alternó la formación de alianzas con cada uno y restablecer la congruencia jerárquica, el cual se convirtió en el principal objetivo a resolver en esta sesión. Asimismo, cabe señalar que esta sesión fue un hito en el proceso terapéutico, ya que en las siguientes sesiones, la pareja se mostró más colaborativa y Fabiola, en particular, comenzó a ser más receptiva con la postura de Mauricio.

Sesión 06. Participantes: Mauricio, Fabiola, Daniela, Manuel.

La sesión comienza con Mauricio mencionando que ha estado muy ocupado en el trabajo y que ha estado muy cansado.

Daniela - Desde la última vez que nos vimos ¿lograron platicar algo? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - ¿Platicamos? Creo que no. Hemos estado muy bien estas últimas dos semanas. La última vez necesitaba desahogarme, me fui llorando todo el camino. Han pasado cositas normales, pero no hemos peleado, hemos sabido platicarlas, estamos aprendiendo a escucharnos. Ya en nuestro cuarto, en la nuestra cama, siento que Mauricio me escucha y hablamos, cuando estamos peleando, si él siente que está en él me dice “tranquila y

discúlpame. Me equivoqué” y de mi parte igual acepto mis errores y me calmo, con otra actitud que no tenía antes. Tocamos fondo los dos y pues recargamos pilas y esto no lo platicamos, pero después de cómo me puse la otra vez y del silencio, no lo dijimos, pero al día siguiente todo fue diferente y le echamos ganas.

Manuel - Al día siguiente ¿qué fue lo que notaron diferente? ¿Qué cambió? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL ENTREVISTADO EN OBSERVADOR, BÚSQUEDA DE LA EXCEPCIÓN)

Mauricio - La actitud de mejorar, de cambiar de lo que antes hacíamos mal.

Manuel - ¿La rutina fue la misma, pero no se sentía igual? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Fabiola - Sí la cambiamos un poco. Él ya me busca, me dice “ven te abrazo”; lo tiene muy pendiente.

Mauricio - Ella ya ve más su celular que yo.

Fabiola - Ha pasado que de algunas cosas que dije ese día, que estaba muy decepcionada y molesta; dije que quería un espacio para mí y eso sí lo platicamos, pero necesito un espacio para mí y lo he estado haciendo. He salido con mis amigas y él sale con los niños solo. Yo los dejo cenados y listos, pero sí lo veo a él preocupado y le pregunte si le molestaba que saliera.

Mauricio - Lo que pasa es que cuando yo salgo estoy pendiente de mi celular, pero ella sale y no ve el suyo.

Fabiola - Es que no estoy acostumbrada a salir. Hasta dejé mi celular en mi bolsa y ni lo vi. Además, llegue temprano.

Daniela - ¿Cómo te has sentido con este cambio? (PREGUNTA LINEAL, ENFOQUE)

Fabiola - Pues me cuesta, pero sí quiero seguirlo haciendo. Hemos estado muy bien, muy tranquilos.

Daniela - ¿Entonces esa última sesión fue como una descarga, una limpia? (PREGUNTA LINEAL, METÁFORA, REDEFINICIÓN)

Fabiola - Pues yo creo que sí. Esa vez lloré todo el camino a la casa. Me controlé antes de llegar para que no lo notara mi suegra, pero obvio lo vio; hasta dormí tranquila y dormimos juntos.

Daniela - ¿Cómo ha funcionado eso de dormir juntos? (BÚSQUEDA DE EXCEPCIÓN, ENFOQUE, PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Pues creo que eso ha sido de mucha ayuda porque vemos tele juntos, estamos un rato solos, sin los niños. Eso ha sido de mucha ayuda.

Daniela - ¿Qué ha sido tu favorito de estas dos semanas? (BÚSQUEDA DE EXCEPCIONES, ENFOQUE, PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Pues yo creo que me abrace.

Daniela - ¿Y para ti Mauricio? (PREGUNTA CIRCULAR, BÚSQUEDA DE EXCEPCIONES, ENFOQUE)

Mauricio - Igual que nos abracemos, pero igual que se emborrache.

Daniela - ¿Por qué fue tu favorito?

Mauricio - Porque la cuidé de que no se caiga cuando salimos con nuestros amigos.

Daniela - ¿Será una señal de que se está relajando? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, PREGUNTA REFLEXIVA CON UNA SUGERENCIA IMPLÍCITA)

Mauricio - Puede ser.

Fabiola - Hace años que no lo hacía, pero ese día le agarré el gusto y no sé, pero nos la pasamos bien.

Mauricio - Sí, estuvo muy divertido.

Fabiola - Nos ha ido bien.

Daniela - ¡Qué gusto verles contentos, durmiendo juntos y haciendo cosas que les divierten juntos! (ELOGIO) ¿Tú cómo has sentido dormir juntos? (Dirigiéndose a Mauricio) ¿Cómo sentiste soltar ese momento especial con tus niños? (PREGUNTA REFLEXIVA CON SUGERENCIA IMPLÍCITA)

Mauricio - Pues creo que más bien era por las molestias que nos iban a dar por no querer dormir sin nosotros.

Fabiola - Es que cuando tienen pesadillas no les basta conmigo, quieren a su papá.

Mauricio - Sí, nos han estado llamando para ir con ellos.

Daniela - ¿No ha estado tan pesado como creían?

Mauricio - No tanto como creímos.

Fabiola - Pero se van a acostumbrar.

Mauricio - Es que son muy miedosos.

Daniela - ¿han hecho cosas para que no tengan miedo? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Pues les explicamos nada más.

Manuel - ¿y cómo les explicaron el cambio de cuarto? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Pues el grande ya nos pedía que nos cambiáramos de cuarto y les dijimos que ya nos íbamos a nuestro cuarto, pero que si tenían miedo podían ir a vernos y los acompañábamos.

Daniela - Entonces ¿el miedo no es a partir de eso?

Fabiola - No.

Mauricio - Pero es culpa de ella porque les pone videos de cosas feas, de zombies.

Fabiola - Para que no tengan miedo.

Manuel - ¿Ustedes ya se habían dado cuenta de cómo son con sus hijos y de lo diferentes que son? (PREGUNTA ESTRATÉGICA) ¿Eso como los describiría? (PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Pues protector. Unos amigos dicen que yo soy la mamá y ella el papá; estoy más pendiente de ellos.

Fabiola - Él es más paciente. Ellos saben que mamá es a la que obedecen; como que están cambiados los papeles. Conmigo no hay chantajes; a papá sí le pueden hacer eso. Yo los dejo; él es más cuidadoso. Yo creo que porque son varones los trato así y juego luchitas con ellos y les doy y se ríen. A veces me paso y lloran y ellos me dan igual.

Daniela - Eres juguetona (DIRECTIVA DIRECTA, LADOS FUERTES, CONNOTACIÓN POSITIVA). ¿Tú eres juguetón Mauricio? (PREGUNTA LINEAL)

Mauricio - No, soy más de futbol.

Fabiola - A veces jugamos los 4.

Mauricio – Casi no.

Daniela - ¿Qué juegan? ¿Cómo son los equipos?

Mauricio - Fabián pide estar conmigo; casi solo futbol, pero todo acaba en pleito.

Daniela - ¿por qué terminan en pleito?

Mauricio - Fabián no sabe perder.

Fabiola - Pero es la edad.

Mauricio - Y si es “fut”, uno llora.

Fabiola - Y les encanta ir a la calle. El chico dice “¿quién quiere ir a ‘Lapa’? Que alce la mano”.

Manuel - ¿Sienten que su forma de ser se parece más a la de alguno de sus hijos? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - Yo me entiendo bien con los dos, pero sí notamos que Mauricio hijo es muy diferente a los 3. Es muy aplicado, le gustan las matemáticas, que le lean; pidió un telescopio; le gusta armar sus cosas, dibujar.

Mauricio - Todos los días hace dibujos.

Fabiola – Con detalles. Borra su letra porque no quiere que se pase y lo vuelve a hacer y es como diferente a nosotros. En cambio el chico, tiene mi carácter actual, no era aplicada, pero no repetía los años, era bien portada.

Mauricio - Pregunta cosas extrañas como “qué es el fin del mundo”, “por qué llega el Apocalipsis”, Cosas así.

Fabiola - Creo que hacemos mal a veces porque pregunta cosas y le digo ya basta. La mamá de Mauricio le contó que, cuando era chico, a todo decía que “más o menos” y él cuenta todo el tiempo esa historia. Siento que se da cuenta de muchas cosas que no ve ni escucha. Cuando no ha llegado su papá, dice “es de noche y no está papá ¿por qué?” Yo no le miento y le digo que salió con sus amigos, pero me dice cosas como que “te ves cansada, por qué lavas ropa y él sale” Yo le digo que él tiene derecho a divertirse y que a mí me tocó lavar, pero en las mañanas yo salgo a desayunar con mis amigas.

Daniela - Hacen muy bien en no mentirle (ELOGIO).

Fabiola – Sí. Al principio a Mauricio hijo no le gustaba que saliera Mauricio con sus amigos y lloraba mucho y se lo explicamos mucho hasta que lo entendió.

Mauricio - Igual le gustaba jugar con *Legos* y me pedía que le tomara fotos a todo lo que armaba.

Daniela - Suena a un niño muy inteligente (CONNOTACIÓN POSITIVA, REDEFINICIÓN).

Fabiola - Claro, tienen todo para serlo. Les compramos de todo. Mauricio y su familia les compran muchas cosas. Ellos juegan con sus juguetes y hablan; solo ven tele en la tarde un rato, pero ellos salen conmigo al patio y juegan con sus muñecos, juegan tierra. Pero sí siento que ya están en edad de ganarse las cosas porque Mauricio les da todo. ¿Qué pasó con lo de Santa?

Mauricio - Pues dijo que le iba a pedir a Santa una bici y que yo le regalara un telescopio. Le dije que no tenía mucho dinero y dijo que yo diera la mitad y su mamá la mitad.

Fabiola - Yo no soy de las que creo que deben tener tanta cosa. Adriana me critica porque en sus cumpleaños no dejo que abran todas las cajas de sus juguetes; abren los regalos, pero guardamos las cajas y se los vamos dando poco a poco; tienen muchas cosas. Ahora les dije que sacaran los que ya no usan para que los regalemos a los niños que no tienen y los sacaron sin problema. Fabián es el que es rebelde, pero ahora ya no hay groserías en la casa porque ya a Fabián le estaba trayendo problemas. En casa de mi mamá así crecimos y ahora ya no las uso porque Fabián se las llevó a la escuela y ese es un problema. Entonces dijimos: “nadie va a insultar en esta casa”. Estoy intentando no hacerlo, pero me da trabajo; de momento se me sale.

Daniela - Dentro de lo que estábamos trabajando antes, sobre los acuerdos, ¿qué ha pasado en las últimas dos semanas donde todo ha estado tan bien? ¿Con el “fut”, por ejemplo?

(PREGUNTA LINEAL, ENFOQUE)

Fabiola - Yo creo que sin decirlo o sin proponérselos, hemos llegado a acuerdos. Sin usar la palabra “acuerdo” lo hemos hecho; creo que lo hemos manejado bien. Por ejemplo, el sábado que salimos en grupo y que tome un poquito, yo le dije que no quería que se quedara hasta las 5 en el “fut” porque, en el equipo, las esposas, lo ven como el que lleva la nevera y el que “mal encamina” a que tomen los demás. Yo sé que no es verdad, pero no se queda. Desde que nos casamos el único acuerdo que habíamos tenido es que sábado y domingo nos íbamos a quedar juntos con los niños, viernes puede salir cada quien por su lado. Sin decir nada, él llegó temprano, y me dijo: “¿viste que llegué temprano?” Y yo le dije, “sí lo vi, muchas gracias”. Igual el viernes pasado tuvo la posada de su trabajo y llegó más o menos a la hora que acordamos y no hubo problema.

Daniela - ¿pero esta vez no fue un problema que no llegara a la hora exacta? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Es que jugando dijo que se iba a quitar tarde de la posada y yo le dije que como era su única posada llegara a la hora que quisiera, pero que ya no iba a ir a más. Yo pensé que me iba a tomar la palabra, pero no. Yo fui al cumpleaños de mi cuñada con los niños, y cuando llegué a la casa, al ratito llegó él. Eso la verdad me sorprendió porque me quedé con esa idea y no estaba molesta ni nada.

Mauricio - Igual me dijiste que si me quedaba tarde, no me quedara hasta tarde el sábado en el fútbol.

Daniela - ¿cómo sentiste ese acuerdo? (PREGUNTA LINEAL, ENFOQUE)

Mauricio - Me pareció bien. Sí me quedé un ratito; solo comí ceviche y no tomé.

Fabiola - También he notado que, no sé si me da pena o no sé, pero cuando me avisa de algo me manda fotos de lo que está haciendo. Me da mucha risa que lo haga. Lo hizo cuando ya empezamos a venir a terapia porque me está diciendo la verdad, pero yo sí le creo. No me desagrada, pero me da pena que lo haga; está de más, pero de verdad le creo.

Daniela - Pero ¿aunque no es necesario agradeces ese gesto? (PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Fabiola - Claro, igual el que llegara temprano de la posada y por eso le dije “gracias”. La verdad ahora sí creo que los dos estamos “poniendo el 100”.

Daniela - Entonces cuando estamos en sintonía ni siquiera hay necesidad de hablar de estas cosas ¿no? (PREGUNTA REFLEXIVA CON SUGERENCIA IMPLÍCITA)

Fabiola – No.

Manuel - ¿Así es como ustedes decían que antes no hacían acuerdos pero se daban estas cosas? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Fabiola - Lo que pasa es que antes Mauricio casi no salía y no jugaba tampoco tanto, ni tampoco veía un equipo.

Mauricio - Antes no jugaba tanto tiempo. Solo jugaba en un equipo por casa de su mamá y mientras ella iba a su casa.

Manuel – Mauricio, a mí me llama la atención y observe dos cosas. No sé si tú las has notado igual, sobre tu forma de ser, y si lo fuese, cómo la describirías. Yo escuché lo que decía Fabiola de cómo tratas a los niños y estás atento de ellos, de lo que les gusta y sobre las cosas que quieres comprarles, juguetes y demás. Y con el equipo de “fut”, tú eres el que lleva la nevera. Se ve ese gesto atento, ¿no? Y siento que esto habla de cómo es la persona que hace este tipo de cosas. No sé si lo habías considerado como algo que te describa o como de tu forma de ser (REDEFINICIÓN, CONNOTACIÓN POSITIVA, ENFOQUE, DESEQUILIBRAMIENTO, LADOS FUERTES).

Mauricio - Yo creo que sí ¿no? (Voltea a ver a Fabiola y ella se ríe)

Fabiola – No sé, es a ti.

Manuel - ¿Tú cómo describirías esta forma de ser? O sea, ¿tú por qué lo haces o qué es lo que sientes que quieres mostrar, o qué es lo que habla de ti? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR, ENFOQUE)

Mauricio – Uay, no sé. Yo creo que de mi papá lo aprendí porque mi papá es así, como que muy servicial y un tiempo con mi papá trabajamos de meseros y como que desde eso vi la actitud de mi papá y estuve muy pegado a él y como que de ahí vi cómo actuar; de ahí lo aprendí. En mi trabajo igual soy así. Me dieron un reconocimiento por mi buena actitud y por ser servicial.

Manuel – ¿Lo consideras como una virtud tuya? (PREGUNTA REFLEXIVA CON SUGERENCIA IMPLÍCITA, INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio – Sí.

Manuel - ¿Es algo que te guste de ti? (INTENSIDAD)

Mauricio – Sí.

Manuel - ¿qué crees que dice de ti o como te describe esto? No sé, ¿cómo le llamarías a esta característica? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR, INTENSIDAD)

Mauricio – “Servicial”. Me gusta servir mucho a la gente y en mi trabajo pasa mucho eso. Nadie quiere atender a las personas y yo sí las atiende, aunque sea fuera de horas; aunque a veces eso molesta a los demás porque los hago trabajar cuando no quieren. Pero me gusta ser servicial.

Manuel - ¿Tú por qué crees que es importante? ¿Qué tratas de decir o expresar o qué es lo que te motiva a hacer esto? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR, INTENSIDAD)

Mauricio - Tratar de cambiar el mundo. Con una persona que trate de actuar así, y los demás vayan actuando así, eso va a cambiar muchas cosas.

Manuel - Me imagino que se siente bien; procuras ser servicial y atento porque a ti te gustaría que te trataran así (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, LADOS FUERTES, REDEFINICIÓN). ¿Consideras eso como una de tus mejores virtudes o características? (PREGUNTA REFLEXIVA CON SUGERENCIA IMPLÍCITA, INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - Sí, todos mis trabajos han sido de servir a la gente.

Manuel - ¿Sabes? No sé si ustedes consideren lo mismo, o tú Mauricio lo consideres igual, pero yo creo que esto habla del cariño que le pones a todo y la importancia que le das a las

cosas; “te das” a través de eso (DIRECTIVA DIRECTA, REDEFINICIÓN, CONNOTACIÓN POSITIVA, LADOS FUERTES, METÁFORA).

Mauricio - Claro, no solo para mejorar al mundo lo hago sino para sobresalir también.

Daniela - Perdón, ¿los puedo interrumpir? Mau, ¿cómo llevas ese valor tan bonito a tu matrimonio? (PREGUNTA REFLEXIVA CON SUGERENCIA IMPLÍCITA)

Mauricio - Tratar de enseñarles eso a mi esposa y a mis hijos. A veces tengo problemas con ella porque es muy desesperada y trata mal a la gente.

Fabiola - Es muy bondadoso con las propinas, exageradamente bondadoso. A veces nos peleábamos porque, ahora ya no lo hago, pero antes le preguntaba cuanto iba a dejar y me molestaba que dejara mucho y él me decía el porqué de tanto.

Mauricio - La última que recuerdo es cuando le dijiste cosas a la chava de Costco, de que era muy lenta y yo te dije que te callaras y me dijiste que no te esté callando delante de la gente.

Fabiola - Es verdad.

Manuel - Pero eso me habla de cómo tú Mauricio eres muy sensible ante las cosas de los demás (REDEFINICIÓN, CONNOTACIÓN POSITIVA, LADOS FUERTES, ENFOQUE). Igual me suena a otra característica que, espero no me tomes a mal, porque para mí es algo muy bueno, pero me habla de esa delicadeza hasta cierto punto (REDEFINICIÓN, CONNOTACIÓN POSITIVA, LADOS FUERTES).

Fabiola se ríe.

Manuel – (Con un tono de voz más serio) Sé que desde cierto punto de vista no asociamos hombre con delicado, no se asocia como algo masculino (CONSTRUCCIONES, DESEQUILIBRAMIENTO)

Fabiola - Te voy a decir algo, sí es Mauricio así, pero no con todo mundo. Sí se pone en lugar de los demás, pero no de todos. Por ejemplo, se molesta conmigo porque corro a darle dinero al basurero porque siento que él sí lo necesita y eso a él le molesta.

Daniela - Aquí quiero poner una pausa. ¿Se dan cuenta de que ambos son sensibles solo con cosas que han vivido? (PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Ambos - También, sí, claro.

Manuel - Pero bueno, yo dije lo de delicado no como burla, sino al contrario. Por eso lo dije como una virtud, porque casualmente a los hombres se nos enseña a ser rudos, pero en otros aspectos se espera que no seamos rudos y como que hay veces en las que sí es bueno ser rudo, pero otras en las que no es bueno ser rudo y generalmente a las mujeres sí se les enseña a hacer ambas cosas y a los hombres no. Entonces, hasta cierto punto, un hombre que tenga esta virtud, es un hombre más completo. Yo por eso la considero una muy buena característica (CONSTRUCCIONES, LADOS FUERTES, ELOGIO, ENFOQUE, INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO). Y qué bueno, yo lo preguntaba o relacionaba por la manera en la que ustedes hablan, y cómo puede ser que consideren las cosas que dicen y hacen y te lo pregunté a ti Mauricio porque muchas veces es Fabiola quien responde y queríamos saber cómo tú lo ves y cómo lo sientes. Recordé el ejemplo de cuando estabas chico y contestabas “maso” y lo que puede representar esa respuesta y cómo con ese “más o menos” no hay el decir o pedir (DESEQUILIBRAMIENTO, METÁFORA).

Daniela - Tal vez ni siquiera el aprender a pensar en qué es lo que sientes porque hemos notado eso cuando platicamos contigo. Muchas veces no has pensado en las cosas que te preguntamos (DIRECTIVA DIRECTA, ENFOQUE).

Fabiola - ¿ustedes lo consideran una persona cerrada?

Daniela - ¿cerrada en qué sentido?

Fabiola - ¿como que le cuesta trabajo decir lo que siente?

Manuel - Lo hemos conocido en este contexto y yo lo que he podido observar es que es una persona sensible que espera un trato igual de sensible y, si alguien tiene un trato rudo, grosero o agresivo, eso no te invita a hablar (DESEQUILIBRAMIENTO, CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA, REDEFINICIÓN)

Daniela - Estoy de acuerdo, y también creo que él puede cerrarse con facilidad y tal vez no está tan acostumbrado a mirar hacia adentro.

Fabiola - ¿le da flojera o solo dice que no?

Daniela - No creo que le dé flojera, sino que está muy centrado en los sentimientos de los demás más que en los suyos (REDEFINICIÓN, CONNOTACIÓN POSITIVA, LADOS FUERTES)

Fabiola – Ah, ok. Porque pasó una situación con su mamá que sí lo platicamos. Su mamá estaba preocupada porque mal entendió las cosas. Mauricio hijo estaba cansado y ya se puso de malas.

Mauricio - El día anterior es cuando habíamos ido al “Arbolito Coca-Cola” y él ya estaba fastidiado y dijo que se quería ir a la casa a cenar. Le dije que “aurita’ nos íbamos, pero que su hermanito se iba a subir al ‘brincolín’ primero y luego nos íbamos” y le dije que se acostara en un lugar.

Fabiola - Y yo salí ese día. Me fui al cine y tanto los niños como nosotros estábamos bien. Eso fue el viernes y el sábado fuimos con mi suegra porque ella cuidó a los niños para que saliéramos y Mauricio hijo le dijo que ayer lo había dejado solo su papá y mi suegra le preguntó: “¿dónde estaba tu mamá?” Y él le dijo: “salió con sus amigas” y para la familia de Mauricio eso fue algo muy raro porque yo nunca hago eso; para ellos es extraño y pensaban que algo estaba pasando entre nosotros.

Mauricio - Es que ahí había una resbaladilla grandísima y querían subirse y le dije que no podía subirme con los dos. Yo me estaba cagando de miedo, pero los vi muy seguros así que les dije “vamos”. Nos subimos los tres y le pregunté a Mauricio si se iba a tirar solo y me dijo que no, que conmigo. Entonces le dije que me esperara arriba para que me tirara con Arturo y luego subía para tirarme con él y había un señor ahí, no se quedaba solo.

Fabiola - Sí me preocupa un poco dejárselos. Sé que los va a cuidar porque es su papá, pero sí le pregunté dónde los había dejado porque me preocupa. No los puedo soltar tan fácil, soy muy loca en ese aspecto de que se roben a mi hijo y al día siguiente mi suegra me reclamó con lágrimas en los ojos que “dónde estaba”, que “qué tal si se roban a su nieto porque Mauricio no puede quedarse solo con ellos porque es muy distraído desde chico y que tal si se roban a sus nietos”. Yo le decía que estábamos bien y ella dijo que si no nos estaba funcionando la terapia que cambiáramos de terapeutas; tal vez no son los correctos, y yo le dije que no, que estábamos bien y me dijo: “entonces por qué te fuiste a otro lado y no con ellos. Además mi pobre nieto no quería hacer nada” y le dije que porque estaba cansado porque no durmió. Ella dijo que lo conoce y que ve en sus ojos que le pasa algo y que seguro pelean delante de ellos, y el drama y ella no dejaba de llorar y sí le tuve que decir que sí nos fue mal la última vez y le conté que yo creía que toqué fondo, pero que veo que Mauricio le está poniendo ganas y que yo igual. No me creía y le tuve que contar un poco más. Me dijo que iba a sentar a Mauricio para hablarle y decirle que sus nietos están primero que todo y le dije que si con eso iba a estar más tranquila y me dijo que sí, así que le dije a Mauricio que viniera. ¿Yo que haría si fuera mi mamá?

Mauricio - A mí me llega a molestar esa parte. Yo creo que por eso contesto así.

Fabiola - ¿Yo que haría si fuera mi mamá? La tranquilizo primero, explicándole que todo está bien y que el niño estaba cansado.

Mauricio - Es lo que le dije.

Fabiola - No, no eso le dijiste. Le dijiste “ya mamá, cálmate, ya estuvo, no tienes de que preocuparte, se acabó la conversación, no hay nada que hablar de eso”.

Mauricio - Sí, pero le dije que el niño estaba cansado y siempre hace eso cuando está cansado y ella seguía y por eso le dije que ya no habláramos de eso.

Fabiola – Sí, pero no la deja tranquila (se dirigía a nosotros.)

Manuel - Pero pues no es su responsabilidad Fabiola (DESEQUILIBRAMIENTO, FRONTERAS).

Fabiola - Sí, yo sé que no es su responsabilidad, pero es su mamá ¿Me entiendes?

Mauricio - Pero si le dije “estamos bien, en el niño es normal y él ha estado súper bien, nosotros no peleamos delante de ellos, conmigo estuvo bien, solo que ya se cansó” y siempre nos ha hecho eso; por eso siempre que vamos a salir le decimos que duerma, pero cuando no le da la gana no duerme. Y ella me seguía diciendo “es que tú, cuida a tu familia, cuida a tu mujer” y ya me harta y ya.

Fabiola - Pero yo siento que esa no es forma. Claro, es su mamá, y yo estoy aprendiendo a decir “es tu mamá, es tu papá, es tu hermano”, pero todavía lo voy aprendiendo; me da un poco de cosa porque la ves llorando y sí me da pena. La verdad es que sí está muy preocupada, no es de metiche. ¿Mal entendió las cosas? Sí, estoy con Mauricio en eso. Sí mal entendió las cosas. El niño estaba cansado y yo le dije “si nos divertimos ayer, salimos a divertirnos y yo tomé, y le conté todo” y ella seguía diciendo que le estaba ocultando algo; me decía “Fabiola, esta es tu casa y siempre va a ser tu casa y yo soy tu familia” y así como de apoyo y le tuve que decir que sí nos fue mal en la terapia y le volví a explicar todo y ella me dijo “¿y por qué saliste?” Y le dije que yo decidí que iba a comenzar a dedicarme tiempo para mí y ella empezó

a decir desesperada: “¿y los niños? ¿Se van a quedar solos con Mauricio? ¿Y si se los roban?”

Y yo le dije que no les iba a pasar nada, Mauricio tiene que aprender a andar con ellos.

Mauricio - Yo sé andar con ellos.

Fabiola - Tiene que aprender a andar con ellos, pero los niños están acostumbrados a que tú estés con ellos.

Manuel - En ese caso Fabiola, poniéndote en el lugar de Mauricio, ¿cómo te sentirías de que tu mamá te dijera eso? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, DESEQUILIBRAMIENTO, FRONTERAS, ENFOQUE).

Fabiola - ¡Ay! ¡Yo no soportaría ver a mi mama así!

Manuel - No Fabiola, no solo llorando ¿qué está diciendo ella de Mauricio? (PREGUNTA CIRCULAR, PREGUNTA ESTRATÉGICA, DESEQUILIBRAMIENTO, FRONTERAS, INTENSIDAD, ENFOQUE)

Daniela - ¿Cuál es el mensaje quitando el llanto? (PREGUNTA LINEAL, INTENSIDAD)

Manuel - Fíjate en lo que está diciendo: “¿cómo los vas a dejar con él?”, “¿Cómo los va a cuidar él?” (DIRECTIVA DIRECTA, DESEQUILIBRAMIENTO, INTENSIDAD, ENFOQUE, FRONTERAS)

Fabiola - Es que sí es medio confiado, no es que no sepa cuidar a los niños.

Manuel - Mira Fabiola, no estamos hablando de si es verdad o no es verdad. ¿Cómo tú te sentirías con ese mensaje? ¿Cómo crees que Mauricio pudo haberse sentido con ese mensaje? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, INTENSIDAD, ENFOQUE, DESEQUILIBRAMIENTO, FRONTERAS)

Fabiola - ¿Que es irresponsable?

Daniela - Que no puede cuidar a sus hijos, que no pueden estar solos con él, que no es una persona digna de confianza... (INTENSIDAD)

Manuel - ...Que es un mal padre... (INTENSIDAD)

Daniela - Que ni su mama puede confiar en él, atacado...

Fabiola - ¿Así te sentiste?

Mauricio - O sea, molesto porque me hostigan con eso y me llega a cansar.

Manuel - Me imagino que, por lo mismo, para no sentirse de esa manera, “mejor no te hago caso”.

Mauricio - Con lo que me hostiga igual es con que deje de tomar, que estoy tomando mucho. Cada vez que salgo cree que quedo “astropedo”. No sabe cómo llego, no sabe nada, pero dice “deja de tomar”.

Daniela - Como que ya tiene una idea de cómo es Mauricio y que ya no hay oportunidad de que se cambie (REDEFINICIÓN, DIRECTIVA DIRECTA, DESEQUILIBRAMIENTO, FRONTRERAS).

Mauricio - Así estoy.

Daniela - Mauricio es el irresponsable, abandonador de hijos, que mientras ya se los robaron porque él está borracho... Bueno, yo no conozco a ese Mauricio, a mí nunca me ha tocado verlo (DIRECTIVA DIRECTA, DESEQUILIBRAMIENTO, FRONTRERAS).

Fabiola - Sí, claro. Estoy de acuerdo con ustedes en eso.

Daniela - Pero también entiendo tu punto Fabiola. Ahora, acá hay que tener algo muy claro... Bueno, no una cosa, muchas cosas: 1) tomar las cosas de quien viene. La mamá de Mauricio es una señora muy linda, pero tiene una ansiedad del tamaño del universo, es muy ansiosa y también sobreprotectora (DIRECTIVA DIRECTA, DESEQUILIBRAMIENTO, CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD).

Mauricio - Así es y siempre ha sido así mi mamá.

Daniela - ¿Cómo reaccionó cuando dijiste que no ibas a poder cuidar a tu sobrina Fabiola?
“¿Qué nos estás haciendo?” Casi una traición a la familia (INTENSIDAD).

Mauricio - Sí, es que a mi mamá si le cuentas que tu esposo te pegó o algo así, mi mamá no va a dormir por seis semanas aunque te conozca de solo un día, que porque “pobre, te están pegando”. Imagínate como se sintió con nosotros.

Fabiola - Y así se sintieron cuando Mauricio no fue al “cumple” de Adriana y a mí me toca estar en la silla del juicio porque es a mí a la que se lo dicen.

Daniela - Y ahí se ve cómo ya te pusieron un papel muy importante: tú eres la “domadora” de Mauricio (DIRECTIVA DIRECTA, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD, FRONTERAS) ¿Te das cuenta de que es el papel que juegas en esa familia? (PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Fabiola - No me siento como “domadora” de Mauricio, me siento como que soy la pendeja de Mauricio; así me siento. “Eres una pendeja porque tú te dejas, porque tú no le dices, porque...”

Mauricio - Pero esos son Fabián y Adriana.

Daniela - Por eso Fabiola, la pendeja implica que lo puedes domar, pero no lo estás haciendo (INTENSIDAD, REDEFINICIÓN). De entrada, bajita la mano, ya le atribuyen a Mauricio que es un borracho, que no se preocupa por ustedes sus hermanos y su mamá, no en ese plan, pero dice “pobrecito, es muy distraído, al pobre se le pasan los tragos” (INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO, FRONTERAS, REDEFINICIÓN).

Manuel - ¡Y vean qué descripción hoy tuvimos de Mauricio! “Yo aprendí de mi papá a ser atento y servicial” ¡Y hasta le van a dar un reconocimiento por eso! En el ambiente laboral lo describen así ¿y cómo lo describen en el ambiente familiar? (INTENSIDAD, ENFOQUE, DESEQUILIBRAMIENTO, REDEFINICIÓN, PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Mauricio - Y con los niños me he quedado muchas veces, no es primera vez que me quedo con ellos.

Daniela - ¿Y por qué termina Mauricio eligiendo otros compromisos a los compromisos de su familia? Yo no quisiera ir con mi familia si me vieran de esa manera y me trataran de esa manera (REDEFINICIÓN, INTENSIDAD, ENFOQUE, FRONTERAS)

Mauricio - Lo del cumpleaños de mi hermana se ha dado porque cae el día de la posada de mi trabajo.

Fabiola - Lo que pasó con Adriana es que el año pasado su posada también fue el día del “cumple” de ella, pero ¿qué hace la familia de él? Se celebra el día del cumple, pero el domingo los papás vuelven a celebrarlos, eso es de ley. El año pasado fue la primera vez que faltó al cumple de Adriana. Yo le dije que fuera un rato a su posada y que llegara a las 10 para la cena con la familia. Su mamá lo escuchó y dijo “¿y por qué? Si es la fiesta de su trabajo. Además, el domingo la vamos a volver a festejar, que la vea el domingo” y yo le dije que estaba bien y que yo me iría con mi mamá porque hace la fiesta del 12 de diciembre y me dijo que no, que yo sí tenía que ir con los niños a cumplir, que los niños tenían que estar ahí porque era su tía. Cuando yo lo hablé con Adriana, ella le reclamó a su mamá y le dijo que “quién era ella para decidir si quería que su hermano estuviera con ella o no” y desde eso ya no lo obligo. Si a su mamá no le importa que pase el cumpleaños con su hermana, ¿crees que a mí me va a importar? Tampoco. Yo no iba a ir, pero Mauricio hijo está súper pegado con Adriana y me pidieron que fuéramos un ratito y cuando llegamos todos me preguntaron: “¿Y Mauricio?” Los suegros, los tíos, los primos y yo toda incómoda y, sonriendo falsamente, decía que estaba en su posada y Adriana me dijo que a ella le molestaba la situación porque ella separa el día del cumpleaños de todos para poder estar con ellos “porque creo que es importante para ellos porque para mí es importante que estén en mi ‘cumple’” y yo no le dije nada y Fabián dijo que él igual estaba muy ocupado y cansado, pero que para él igual es importante ir a un cumple familiar y tampoco le dije nada. Luego me preguntaron a qué hora terminaba lo de Mauricio y

les dije que a las 10 y dijeron que bien le daba tiempo de ir, pero que es Mauricio y ya lo conocen.

Daniela - Y a eso me refiero: “Queremos que Mauricio venga, entonces vamos a hablar mal de él”. ¿Se dan cuenta de la incongruencia? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, DESEQUILIBRAMIENTO, INTENSIDAD, FRONTERAS)

Manuel - Y que, de hecho, es “debe de venir Mauricio”.

Daniela - Ya nos desviamos un poco, pero quisiera regresar al punto de tu mamá porque es algo muy importante (DIRECTIVA DIRECTA, ENFOQUE). Quiero hablar varias cosas de esto: es obvio que hayamos tenido que abrir ciertas cosas con ella ya que ella cuida a los niños mientras ustedes están aquí y, por tanto, sabe que están aquí y de cierta manera se abre el secreto de que están yendo a terapia, pero por otro lado creo que en ustedes está decidir qué dicen y qué no dicen. Están en su derecho de no compartir nada que no quieran (FRONTERAS, ENFOQUE, INTENSIDAD, CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA). Los niños dicen muchas cosas y hay que saber cómo manejarlo.

Fabiola - Es que ella le cree a los niños, no nos cree y les cree a ellos.

Daniela - Pero es a lo que voy Fabiola, ¿qué les corresponde hacer a ustedes como hijo y nuera? Llévenla a consultar. No le podemos dar cuerda a eso porque solo hacemos que tenga más ansiedad; hay que atacar el problema (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD, FRONTRERAS).

Mauricio - Mi mamá ha sufrido mucho desde chica: ha perdido muchos bebés, ha sufrido con su familia...

Fabiola - Yo la quiero muchísimo y me da mucho coraje porque ella es una buena madre y me molesta cómo Adriana no es una hija agradecida, la trata con la punta del pie, como si fuera su sirvienta.

Mauricio - La diferencia es que si yo la trato así, sí habría pleito porque yo nunca he sido así.

Fabiola - Entonces mi suegra se desahoga conmigo de cómo la trata Adriana y le digo que está mal educada.

Mauricio - Cuando estábamos chicos, mi hermano y yo nunca le mal contestamos a mi mamá y si lo hacíamos, nos iba “como en feria”. Cuando ella crece, le contesta y le mentaba la madre a mi mamá y le decía un montón de cosas, y si nos metíamos si le pegaban muy feo, pero la verdad es que es bien grosera.

Daniela - A eso voy con lo de tu mamá. Aunque se ve que tiene un corazonsote, es un corazonsote que se le desborda. No podemos complacer a alguien que se está desbordando. Lo que hiciste Fabiola fue complacer a ese desborde. No podemos hacerlo porque nunca lo vamos a hacer (INTENSIDAD, FRONTERAS, CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - ¿y qué debemos hacer en ese momento?

Daniela - Decirle “no se preocupe, no está pasando nada” y no darle ninguna otra explicación, con mucho cariño y dulzura (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, LADOS FUERTES)

Fabiola - Es que me da mucha pena.

Manuel - Fabiola, ¿qué harías si uno de tus hijos hace eso? (PREGRUNTA REFLEXIVA DE CAMBIO INESPERADO DE CONTEXTO)

Fabiola - Lo brinco y paso de largo.

Mauricio - Porque están chantajeando.

Manuel - Y no me refiero a que tu mamá esté chantajeando, sino que así vive las emociones (REDEFINICIÓN, CONSTRUCCIONES).

Mauricio - Mi hermano sí le dice a mi mamá, “deja de chantajearme y se da la vuelta”.

Daniela - Y que no es la manera porque no está chantajeando. Lo que sí es que parece que necesita ayuda psicológica (DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Iba a terapia, pero no se sentía a gusto.

Mauricio - Tuvo depresión mucho tiempo y yo tenía miedo de que le pasara algo.

Manuel - Por eso es importante hablar de esto en la terapia de pareja, porque hay que poner límites (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD, FRONTERAS). No sé si recuerdan que en la última sesión hablamos sobre las jerarquías y sobre qué va primero: esposos, hijos, familia extensa (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA). Es complicado esto porque es la suegra y les “echa mucho la mano” con muchas cosas, pero hay que saber hasta dónde le damos entrada y a qué respondemos. Al hacer esto, está Fabiola jugando el papel de Mauricio, se perpetúa una imagen de Mauricio que no es real y que se hagan juicios desde fuera (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO, FRONTERAS).

Fabiola - Yo creo que igual es que estuvo Adriana ahí, porque me estuvo preguntando “dónde estaba” y que “si estaba bien”.

Mauricio - Porque yo mandé fotos de los niños y vieron que no estaba ella.

Daniela - ¡y qué lindo que las mandaras! No lo dejes de hacer por esto (ELOGIO, DIRECTIVA DIRECTA).

Mauricio - Pusieron: “¿Fabiola dónde está? No la veo.

Manuel - Veo que un tema recurrente en tu familia Mauricio es el miedo, el defenderte, la ansiedad, la preocupación y como es algo que desborda (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA).

Mauricio - Ese día me estaba diciendo que no quería que mis hijos se fueran de esa casa y yo le dije que la casa donde vivimos es de Fabiola y de mis hijos y que si llega a pasar algo entre nosotros, es bronca de nosotros y tú no puedes evitar eso.

Fabiola - Y eso la alteró más.

Daniela - Y ni se lo tendrían que decir, pero qué bueno que le dijeron que ese es problema de ustedes (ELOGIO, CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD, FRONTERAS).

Mauricio - Sí se lo dije y le dije que mis hijos iban a estar bien y que nunca los iba a abandonar.

Fabiola - siento que pasa mucho en la familia de Mauricio y no sé si lo ha notado, que él es como el diferente. Sus hermanos salen a comer juntos y no lo incluyen y eso ha hecho que Mauricio ponga su distancia con ellos y a mí esa parte me gusta porque ellos son muy criticones y Mauricio, no. Van hasta a misa juntos y nos juzgan por no ir, pero yo creo que no hay que ir con los niños a misa hasta que la puedan aguantar. Ahora yo estoy dejando que Mauricio hable con sus hermanos y cuando me preguntan algo digo, “espérenme, le voy a preguntar a Mauricio”.

Daniela - ¿cómo lo ha tomado la familia? ¿Han notado algo? (PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - No me han dicho nada, creo que lo están tomando bien.

Manuel - En este caso les anticipamos, y es para todo el proceso, cuando se comienzan a ver cambios, aunque sea para bien, se mueve la organización familiar, no solo de la pareja y sus hijos, sino con todos. En los demás puede generar muchas cosas, como preocupación de por qué se genera ese cambio, de que hay algo raro (CONSTRUCCIONES). Qué bueno que no ha habido nada, pero no sería raro que al notar esta distancia entre ellos y ustedes puede generar

que les pregunten. Como paso con la mama de Mauricio, que sospechaba algo (CONSTRUCCIONES).

Daniela - Porque eso que sentía era que ya no les estaban contando tantas cosas, que se están cerrando y eso no es nada malo (REDEFINICIÓN, CONSTRUCCIONES, FRONTERAS, INTENSIDAD, DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Cuando estábamos mal muy, pocas veces discutimos delante de ellos y nunca dejamos de cenar en familia como para que los niños sientan algo.

Mauricio - Me imagino que sí perciben algo, pero son cosas que se imaginan porque no ven nada.

Fabiola - Muy pocas veces hemos “gritoteado”, una vez si acaso lo han visto los niños. Creo que es algo que a los dos nos frena mucho.

Manuel - Pero ya para concluir, rescataría de la conversación que tuvimos hoy la importancia de la sincronización que hay entre ustedes, sobre los valores que hay que transmitir a los hijos y que se puede transportar a la pareja o a la familia en sí. Eso puede generar resultados con las familias extensas, pero el chiste es que ustedes estén felices y tengan límites. Tengan la confianza de que hay cosas que pueden no gustarle a los demás, pero que en realidad son buenas, tanto para ustedes como para ellos (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD). En cuestión de los hijos, hay mucho que han logrado conseguir y es maravilloso porque se puede trasladar a lo demás (ELOGIO). Otra cosa que podemos rescatar son los límites que han logrado poner con la familia de origen de Mauricio y que, en especial tu papá, que es de quien menos hemos hablado, parece ser muy respetuoso con ello y que es algo que has podido replicar tú (CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN, ELOGIO, FRONTERAS, INTENSIDAD). Es importante saber qué cosas traemos de nuestras familias para poder decidir con cuáles queremos quedarnos y con cuáles no y para notar cuando puede

ganarnos lo de afuera y podamos poner un alto. Y tengan la tranquilidad de que cuando los vean bien, van a estar tranquilos, porque, probablemente, cuando ha pasado antes es porque había un problema y ahora ya no es así (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA). Y ya para concluir quería rescatar que en esta búsqueda de algo semejante cada quien tiene su estilo y podemos aprovechar todo lo bueno de cada uno (REDEFINICIÓN, LADOS FUERTES, DIRECTIVA DIRECTA). Mauricio parece más bueno para poner límites a la gente y tener esa disciplina al interior y parece que Fabiola la tiene más para el exterior y que, haciendo un equilibrio entre esas dos virtudes, vamos a lograr algo maravilloso (ELOGIO, LADOS FUERTES, REDEFINICIÓN, INTENSIDAD, DIRECTIVA DIRECTA) y creo que lo que pasó hace dos semanas cambió cómo nos comportamos y nos sirvió para poner el límite de a donde llegar (REDEFINICIÓN).

Daniela - Hemos visto que ustedes son más de acción que de palabra (LADOS FUERTES).

Fabiola - Yo siento que yo soy la que dice y que Mauricio es el que más hace.

Daniela - Yo quería cerrar preguntándote Fabiola si respondimos a tu pregunta de si Mauricio es cerrado.

Fabiola - Sí, eso quería saber.

Daniela - Creo que aquí estamos formando un buen equipo, podemos pensar si quieren cambiar la idea que la familia de Mauricio tiene de él, porque lo pueden hacer si quieren. Como por ejemplo, con lo que paso con la suegra, el que hubieras dicho algo como “suegra, yo tengo plena confianza en que Mauricio los cuida bien. Es más, cuando salgo está en silencio mi celular” (DIRECTIVA DIRECTA).

Mauricio - Me acabo de acordar de algo, que cuando mi papá nos cuidaba siempre nos pasaba algo. Puede ser algo por ahí.

Fabiola - También creo que mi suegra lo agarró de que me ve llegar llorando y a los pocos días salgo con mis amigas, ya no le hablo por teléfono tanto, ve al niño cansado y eso es lo que a ella le afectó y yo creo que mi misma desesperación es la que hizo que le diera tantas explicaciones para ver si se calmaba.

Daniela - Fabiola, sabiendo esto que platicamos hoy, ¿Cómo lo hubieras hecho?
(PREGUNTA REFLEXIVA DE CAMBIO INESPERADO DE CONTEXTO)

Fabiola - Pues tal vez yo...

Manuel - Igual esto que dijiste Mauricio me hace pensar qué tanto la mamá de Mauricio vive reflejada en ustedes dos, qué tanto se ve ella en ti Fabiola (METÁFORA).

Mauricio - Como es mi papá nunca he sido. Mi papá llegaba borracho y nos dejaba ahí y se iba y yo jamás he hecho eso.

Fabiola - Mauricio para la familia es un excelente padre y cualquiera te lo puede decir, pero no están acostumbrados a que salga solo con los niños. Me imagino que todos saben que vamos a terapia. Nadie me lo pregunta, pero saben que vamos; sabían que habían problemas entre nosotros y todos estaban a mi favor 100%, ¿cuándo se van a dejar de estresar? Yo creo que cuando vayan viendo que nada pasa se van a calmar. Igual Adriana me dice muchas cosas de que Mauricio toma porque yo no hago nada, porque ella ya hubiera ido a perseguirlo y más.

Mauricio - y luego cuando ella empezó a salir con Enrique que no canta mal las rancheras.

Fabiola - Pero yo nunca le dije nada, “te lo dije”, ni nada así.

Daniela - Tú puedes marcar el límite diciéndole que tú no le dices nada de su esposo y que te gustaría que no te dijera nada del tuyo (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, FRONTERAS). Han tenido esa forma de vincularse hasta ahora, pero podemos encontrar una nueva que les funcione mejor, sin que el vínculo sea hablar de su hermano. Cuando abrimos información, damos pie a que los demás participen y no queremos eso y podemos platicar

cosas diferentes, como de los niños o de mí misma, e incluso podemos marcar el alto de temas de la relación de pareja para que ya no sea tema entre ustedes. El no ponernos límites nos deja expuestos, pero podemos decidir no hacerlo (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA, FRONTERAS).

Fabiola - Es que ella está acostumbrada a hacer las cosas como ella dice, pero tienes razón.

Manuel - En tu familia Fabiola son diferentes, y no es que haya una familia que este mejor que otra, solo que tenemos que poner límites diferentes con cada una (CONSTRUCCIONES, FRONTERAS, INTENSIDAD, DIRECTIVA DIRECTA).

Daniela - Y para que no se tome como agresión, podemos fomentar la relación, pero cambiar los temas de conversación. Invítala a salir, vayan con los niños, pero cuando estén platicando, dejemos fuera el tema de los esposos (DIRECTIVA DIRECTA, FRONTERAS, INTENSIDAD, CONSTRUCCIONES). ¿Cómo se sienten? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Bien, siento que vamos bien.

Mauricio - Sí, bien.

Manuel - Qué bueno que la sesión anterior sirvió para algo bueno.

Daniela - Y cualquier cosa, aunque no nos veamos, pueden comunicarse con nosotros.

Sesión 07. Participantes: Mauricio, Fabiola, Daniela, Manuel.

La sesión comienza hablándose de que Mauricio sigue muy cansado debido a que ha tenido mucho trabajo. Incluso pensaron en cancelar la sesión. Llegaron tarde porque la mamá de Mauricio llegó tarde a cuidar a los niños. No consiguieron niñera.

Daniela - cómo les fue en las fiestas?

Ambos- Muy bien (Cuentan cómo les fue).

Daniela - ¿Cómo se dividieron para celebrar?

Fabiola - Nos dividimos. Este año nos tocó Navidad con mi mamá y Año nuevo con mi suegra, y el 25 con la familia de Mau y el 1, con mi mamá. Lo hacemos desde un año antes de casarnos.

Mauricio - Desde un poco antes, porque antes yo iba a verla a la 1 de la mañana, pero se molestaba.

Fabiola - Porque no estaba ni aquí, ni ahí.

Daniela - Rebién entonces. ¿Y cómo les va en su cuarto? ¿Los han visitado mucho los niños?

(PREGUNTA CIRCULAR)

Ambos – (Se ríen) Pues algo, unas noches uno otras el otro.

Daniela - ¿Han platicado algo desde la última vez que nos vimos? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - No, porque hemos estado muy bien.

Daniela - ¿Platicaron de algo positivo? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - No, porque no ha pasado nada, pero ya platicamos más entre nosotros, de la serie que vemos, de las cosas que pasan en el trabajo o de lo que le pasa a alguien. Las cosas han ido bien, los dos estamos poniendo de nuestra parte. Mauricio se ha puesto mucho las pilas y ha funcionado. Los pequeños roses que tenemos los podemos solucionar y rápido. Antes tardábamos varios días con lo mismo. Ahora Mauricio se da cuenta de cuando la riega y yo igual y nos pedimos perdón, y el otro las acepta en buen plan, con buena actitud. Es más, ni recuerdo por qué cosas hemos peleado. Volvimos a ser amigos otra vez, estamos muy, muy bien.

Daniela - Y tú Mauricio ¿cómo lo has visto? (PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Pues igual. Yo siento que Fabiola se ha vuelto más tolerante. O sea, sí hemos peleado, creo que lo de su carácter nunca se le va a quitar, pero hemos estado muy tranquilos. Hemos estado respetando los horarios.

Fabiola - Sí, respetando horarios. Yo he tratado de entender eso y entiendo que quiera estar solo con sus amigos, pero con los límites. Me ha invitado a ir y aunque ahora está pendiente de mí y todo, como antes no estaba, yo prefiero que vaya solo para que disfrute esa parte. Solo le digo que me avise para que me duerma o que no tarde tanto y ha estado bien. Hasta el otro día que se atrasó porque no se dio cuenta de la hora, ni le dije nada porque no lo ha estado haciendo y dije “ahí muere”, no pasa nada.

Daniela - ¡Qué bueno que han logrado resolver esto! ¿Y cómo van con el tema de la mamá de Mauricio que hace ciertos comentarios que parece que se metiera en la relación? (PREGUNTA CIRCULAR, PREGUNTA ESTRATÉGICA, ENFOQUE, FRONTERAS) ¿Se ha dado alguna otra situación así como la de la resbaladilla cuando se fue Mauricio solo con los niños?

Fabiola - No se ha dado, pero tampoco hemos dejado que se dé porque no hemos ido tanto. Ya si vamos sábado no vamos domingo a comer. Dejamos un día del fin de semana para estar solos como familia con los niños. Hemos estado tratando de estar saliendo mucho juntos.

Manuel - ¿Los cuatro o los dos? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Pues los cuatro, pero también los dos.

Mauricio - Sí salimos solos igual, pero con amigos.

Fabiola - O sea, sin los niños.

Daniela - ¿Solos, solos no han salido? (PREGUNTA LINEAL)

Mauricio - Sí, fuimos al teatro.

Fabiola - Esa vez el me invito, ¡más bonito!

Manuel - ¿De lo de la última vez que platicamos? ¿La regional?

Fabiola - Sí y de sorpresa, porque yo ni sabía que estaban pasando esa obra.

Daniela - Oye, ¡qué padre! Todo ha estado muy bien entonces. ¿Qué sienten que faltaría para que se sintieran listos? (PREGUNTA LINEAL)

Mauricio - Creo que a ella le faltaría controlar un poco sus impulsos.

Daniela - ¿Y algo tuyo? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, COMPLEMENTARIEDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - Creo que ser más detallista.

Fabiola - Yo igual eso diría.

Daniela - ¿Y algo de pareja? (PREGUNTA LINEAL)

Mauricio - No se me ocurre nada.

Daniela - ¿Y para ti Fabiola?

Fabiola - Pues yo iba a decir lo mismo, que fuera mas detallista, que yo lo quiero como es. Al principio era detallista, pero yo le fui cerrando esa puerta porque yo no soy cursi y fui muy honesta y le dije que me daba codera que me comprara rosas o ramos y que prefería que me llevara a cenar. Le decía que me comprara chocolates en vez de rosas porque al menos me los iba a comer, entiendo que el que no sea detallista es mi culpa. A lo que me refiero de que sea detallista no es que me compre cosas, porque sí lo hace y deja que me compre cosas y que yo esté bien sin importar lo que cueste, si no a que me diga que me veo bien, o que me escriba en *Facebook* que me quiere, o que me lo diga, o que salgamos solos a cenar, o que vayamos solos al cine porque no vamos solos al cine hace 8 años o más.

Manuel - Lo que entiendo es que hablas de la iniciativa, hablas de tener detalles, pero como que la iniciativa se convierte en complacer y que eso se convierte en que ya no tenemos la iniciativa. Como cuando estamos enamorando y armamos y planeamos y queremos sorprender (DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - O consentir ¿no? Porque como ayer, que hace muchos días que él quería *hot cakes* y yo ponía pretextos para no hacerlos, y ayer yo estaba en pijamas y me dijo que quería, y de verdad no había huevos, y me cambie y fui a comprarlos porque él me dijo que yo le había dicho que los iba a hacer y que tenía muchas ganas y yo me cambié y fui a comprarlos para tener un detalle con él, y tenía ganas de un café, y cuando volví ya estaba mi café hecho y cuando lo vi ¡Sabes con qué ganas hice los hot cakes! No estaba tan bueno el café porque no me lo tomo tan cargado. No sabe cómo me gusta el café y qué locura que 7 años de casados no sepas cómo le gusta el café a tu esposa. El hecho de que me lo haga, aunque estaba malo, para mí fue el café más rico del mundo. Esos detalles que nunca habíamos tenido, además le puso azúcar normal y yo uso light, pero dije “bueno, me lo hizo”.

Mauricio - Te pregunte si con azúcar normal, y me dijo que sí. Es lo mismo que con el mesero.

Fabiola - Ay sí. Creo que te dije que “lo que sea”. Bueno, pero con el mesero te dije que aprendí mi lección.

Mauricio - Es que fuimos a almorzar y le hicieron un daiquirí o algo así con frutas y el mesero lo preparó y le preguntó qué le pareció y ella le dijo que bien, pero que muy dulce y yo le dije que no le diga eso “dile que muy rico porque él lo hizo. Va a creer que no te gustó, no debes decir eso”, porque él lo hizo en ese momento.

Fabiola - Es que el mesero me dijo que lo probara y que iba a estar rico, pero es que yo lo dije sinceramente, no con intención de ofenderlo, pero cuando ayer me pregunto del café yo le dije que estaba delicioso.

Mauricio - Yo le dije que no debe decir eso, porque tú cuando cocinas y me preguntas yo te digo que te quedo rico. Tal vez no está rico. Imagínate como se sintió el mesero, pobrecito.

Daniela - ¿Entonces sí le dijiste que estuvo delicioso el café?

Fabiola – Sí. Ahora estoy confesando. Además no estaba malo, solo cargado. Y ya cuando me preguntó, le dije que sí me gusto por la intención.

Daniela - Aprovechando el momento ¿cómo te gusta el café? (PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Fabiola - Media cucharada de café y un sobre de *Splenda*.

Daniela – Ahí está, Mauricio. Ya conoces la receta.

Fabiola - Y cuando hice los *hot cakes* parecían vómitos. Los últimos al menos me quedaron medio bonitos. De hecho me dijo que “este no está cocido” y le dije “toma uno de los vómitos, al menos estos están bien cocidos, ja, ja, ja” y nos reímos.

Daniela - Entonces ¿desde que no han venido se ha mantenido la actitud de que los dos han estado poniendo de su parte? (PREGUNTA LINEAL)

Ambos – Sí.

Daniela - ¿Ha habido alguna oportunidad de que se diera alguna pelea fuerte que no se haya dado? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR)

Mauricio - Pues es que antes ya peleábamos por lo que sea, por cosas mínimas.

Fabiola - Y no nos hablábamos hasta el día siguiente y volvíamos a pelear.

Daniela - ¿Entonces no es que no se hayan dado situaciones sino que están en otro plan? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Mauricio - Sí, porque de hecho peleas creo que ayer o antier peleamos.

Fabiola – Sí. Tú te molestaste porque te dije “wey”.

Mauricio - Tú te molestaste porque no te gusta que te diga las cosas.

Fabiola - Es que se me sale y yo soy así y toda la vida he sido así. El que me ponga límites, siento que no me deja ser yo. Por ejemplo, ayer veníamos en el coche y yo sin querer le dije

“wey”, y claro que estamos cuidando no hablar mal delante de los niños para que no insulten, pero yo siempre he hablado así.

Mauricio - (Interrumpe) A mí nunca me has hablado así.

Fabiola - Siempre he hablado así.

Mauricio - Hablas así, pero a mí nunca me has dicho así.

Fabiola - Te digo cosas peores.

Mauricio - Pero nunca me dices “wey”.

Fabiola - Pues no me había dado cuenta, pero se me salió y me dijo “te voy a pedir un favor”.

Mauricio - Yo te dije “no me digas ‘wey’” y tú me dijiste “yo te digo ‘wey’ cuando yo quiera” y te dije a “mi no me digas así” y me dijiste “pues entonces no te voy a hablar”.

Fabiola - Y yo le dije “pues que se acabe la relación porque no puede haber una relación si no hablamos”, pero yo ni estaba molesta, sólo estábamos peleando como “chiquitos” (lo contaba entre risas).

Mauricio - Pues que se acabe la relación.

Daniela - ¿Y qué hicieron los niños cuando lo oyeron? (PREGUNTA CIRCULAR)

Ambos - No escucharon nada.

Mauricio - Ellos igual estaban peleando, no nos estaban haciendo caso.

Daniela - ¿No escucharon nada? ¿No dijeron nada? ¿No preguntaron nada?

Fabiola - Pero sí estamos hablando fuerte, el grande nos dice “no peleen”.

Mauricio - Pero a veces solo estamos hablando, pero la voz de ella es muy fuerte.

Fabiola - (Interrumpe) Yo hablo muy fuerte.

Mauricio - Por eso piensa que estamos peleando.

Daniela - Es que con decir esto de “se acaba la relación” yo me pongo en el lugar de sus hijos y yo hubiera pensado “¿se van a divorciar mis papás? ¿Se acaba la relación? ¿Se va a ir mi

mamá de la casa? ¿Se va a ir mi papá de la casa?” Tal vez así se vivió en el asiento de atrás del coche (DIRECTIVA DIRECTA).

Ambos – (Con cara de sorprendidos) No lo pensamos.

Fabiola - No lo hicimos bien ¿verdad?

Daniela - Pues lo que para ustedes fue casi un juego, para ellos pudo ser real y confundirlos (DIRECTIVA DIRECTA, REDEFINICIÓN)

Mauricio - Yo no estaba jugando, yo estaba molesto.

Daniela - A lo que me refiero es que no estabas terminando la relación con Fabiola realmente en ese momento. No a que no te hubiera molestado el que te dijera “wey”.

Fabiola - Yo siento que cuando me para en lo que quiero decir me molesto. ¡Méntame la madre pero no me digas “cállate”! ¡Esa palabra no me la puedes decir! ¡No, no, no! ¡Me puedo encabronar! No me gusta, no puedo controlarlo y cállame ahora.

Daniela - ¿De qué otra manera te lo podría señalar Mauricio sin que lo tomaras como una agresión? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR, PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Mauricio - (Se ríe) De ninguna.

Fabiola - No sé. Acepto que estuve mal. Sé que hay cosas que hay que cambiar con los niños. Mauricio hijo mañana cumple 6 años y se da cuenta de muchas cosas y tenemos que cambiar. Con Fabián hay que tener cuidado de lo que decimos y hacemos porque repite lo que oye y lo que ve. Nosotros jugamos con pellizcones y él a veces lo quiere hacer en la calle porque ve que papá y mamá se están riendo. Luego ya lo conocen como “el que insulta” y por eso yo dije que ya iba a tratar de no insultar. Y ese día se me salió tan natural, y luego si lo estaba repitiendo, no por mí, sino por mi sobrino que igual lo dice mucho.

Daniela - ¿Pero cómo te lo puede decir? (INTENSIDAD)

Fabiola – “Oye, recuerda que los niños están aquí atrás”. No que él me ponga límites con él, que yo no le puedo hablar así a él.

Mauricio - ¿Por qué no? ¡Si no quiero!

Fabiola - Porque me conociste así. No puedes cambiarme. Es como que yo te diga que ya no te guste el futbol, no puedo hacer eso.

Daniela - ¿Pero que tendría de malo si a él no le gustara que le dijeras? (PREGUNTA ESTRATÉGICA, INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Fabiola - Pues no se hubiera casado conmigo. Yo así soy, lo voy a insultar, a veces le voy a decir “pelaná”. Si me enamoré de Mauricio es porque él dejó que sea como soy realmente y yo así soy.

Daniela - Pero ¿sientes que no te deja ser? (PREGUNTA LINEAL, INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO)

Fabiola - Pues es que cuando me pone límites... Si me dice que por los niños, está bien, que si ve que lo tratan así y lo van a repetir, pero si me dice que a estas alturas no quiere que lo trate así, no siento que este bien. Bueno yo no me siento bien, no sé.

Daniela - ¿Tú como lo ves Mauricio? (PREGUNTA CIRCULAR, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - (Se ríe) Es que a ella no le gusta que yo le diga algo o que yo le ponga límites como ella dice, no le gusta, pero ella si me puede poner límites.

Fabiola - ¿Por ejemplo?

Mauricio - No sé, no se me ocurre.

Fabiola insiste mucho y agresivamente.

Mauricio - (Cohibido) No se me ocurre ahora, pues no sé, de la ropa de los niños.

Fabiola - ¡Ah, bueno! Es que con lo de la ropa lo que pasa es que yo había vestido a los niños y él dijo que no le gustaba como los había vestido y yo quería aprovechar que había frío para que usaran sus *sweaters*, porque no ha habido frío y ya es el último año que les van a venir, y él dijo que no le gustaba como se veían y que mejor les pusiera una camisa de manga larga y la verdad es que sí me moleste, porque ¡coño! la camisa de manga larga se las puedo poner cualquier día en la noche; los *sweaters*, no, nunca, pero de todas maneras fui, saque otras camisas y los cambie. Pero sí la verdad es que de mala gana lo hice y se les queda viendo porque tampoco le gustó lo que les puse y los volví a cambiar y, ya que nos calmamos, los dos pudimos hablar del tema. Le dije que me daba pena porque esos *sweaters* los trajo su hermano de los viajes y siempre les trae ropa de su talla y a Mauricio hijo el próximo año ya no le van a venir y me da pena que su hermano crea que no usamos lo que les trae. Pero le quería decir que hay un porqué. No lo hago a lo pendejo y él igual tiene un porqué, me imagino.

Mauricio -Te lo dije.

Fabiola -Él dijo que esos *sweaters* necesitaban llevar abajo una camisa porque si no, se les veía la “sport” y no quería que se vieran mal y yo entendí su parte y creo que el entendió mi parte. Entonces por eso dice que no me gusta que me diga qué hacer, pero no es eso. De verdad no es eso. No me molesta que me diga las cosas. Tal vez por eso el interpreta esas cosas.

Daniela - ¿Era eso a lo que te referías Mauricio?

Mauricio - Sí, cosas así.

Daniela - ¿De qué manera podrías sentir que te toma más en cuenta Fabiola? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL INTERROGADO EN OBSERVADOR)

Mauricio - Es que sí me hace caso, pero tenemos que molestarnos para que me haga caso. Pero sí siento que si yo le digo algo, casi siempre es lo que ella... como que lo que ella diga.

Daniela - ¿En cosas de los niños o en general en la relación? (PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIÓN)

Mauricio - En general, yo creo. Como que no pensamos igual.

Manuel - Porque de hecho, yo lo que sentí Mauricio es que, más bien, ella sí te ha pedido cambios y cosas, y sí los has hecho y ella no los ha hecho, y que revisando en conversaciones anteriores encontramos cosas que le has pedido a Mauricio que cambie porque no son correctas o no te parecen. Pareciese que hay señalamientos de cosas que debería hacer diferente, especialmente en el lugar en que debía ponerte, y que cuando lo llegaras a necesitar iba a estar para ti, y que si llegara a haber una sesión donde tuviera que elegir te iba a escoger a ti, y que eso ayudaría a sentir segura la relación. Y en varias de las sesiones parecía que había esa inseguridad o preocupación de que no estuvieras en primer lugar y eso no ayudaba a que confiaras en él, y que no tenía que ser una mujer si no cosas como el futbol o sus amigos. Son cosas que le has pedido a Mauricio y él ha cambiado y que, en ese mismo sentido, no sé si tenga la misma jerarquía lo que Mauricio está diciendo; si es igual de importante a lo que tú le has estado pidiendo. Lo que te quería decir es que, en el tiempo que han estado aquí, sí hay evidencia de que le has pedido cosas a Mauricio, que haga cosas y la hecho, y ahora él parece pedirte un equivalente, que por lo que él ha dicho, te lo ha pedido desde hace años. Él dijo que siempre has sido así, pero que siempre te ha dicho que no le ha gustado que te comportes de esa manera y que para él es algo importante; que sí lo aguanta y lo lleva, pero que sí le importa. En la primera sesión que platicamos tú mencionaste que los problemas iniciaron en un momento y Mauricio dijo que fue en otro y dijo que fue desde el principio (ENFOQUE, INTENSIDAD, DESEQUILIBRAMIENTO). Sí dijiste que lo has cambiado, y que eso claro que ha ayudado (ELOGIO, COMPLEMENTARIEDAD), y tú mencionaste en una sesión que Mauricio te ayuda a ser mejor persona con las cosas que te dice, de modular tu forma de

hablar y de más, así como tú lo has hecho con él y que parece que ambos lo hacen con la misma intención y eso los ayudaría también a tener una mejor relación. Lo entiendo, a mí me pasaba eso, soy efusivo cuando quiero decir mi punto. Me costaba modular mi voz y mi tono y me molestaba que Daniela me lo dijera. Ella sentía que le gritaba, pero solo era mi voz, no era mi intención. Sin embargo, luego me di cuenta de que eso causaba un problema para decir las cosas, no me hacía caso, solo se molestaba y no llegaba el mensaje (CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD).

Daniela - O lloraba.

Mauricio - Para solucionar todo (se ríe).

Daniela - No, porque me asustaba. Es que no es por maldad, pero de verdad gritaba feo y me asustaba, pero luego entendí que así habla (DESEQUILIBRAMIENTO, CONSTRUCCIONES).

Mauricio - Habla fuerte.

Fabiola - Así me pasa. Quiero decir algo según yo bajo y se escucha y mi risa así es igual.

Mauricio - Fabián así habla.

Fabiola – Sí. Mi hijo así habla igual.

Mauricio - Estamos en el restaurante callados todos y empieza a hablar gritado.

Fabiola - Y él no. Mauricio es mucho más calmado, y si estoy hablando con él y quiero que se escuche un poco más mi voz. Mis hijos se acercan y nos dicen “no peleen”, y realmente no estamos peleando, y a veces cuando estamos discutiendo entre nosotros.

Mauricio - Pero no cosas de nosotros, un tema.

Fabiola - Ajá, algo que no es de nosotros. Se acercan y nos dicen que estamos gritando y yo les digo que no estoy gritando y de verdad no es mi intención.

Manuel - Que casualmente ¿Esto por qué lo menciono? (ENFOQUE, INTENSIDAD) Porque el objetivo es que haya mejor comunicación (DIRECTIVA DIRECTA), porque definitivamente en tu contexto Fabiola, esa forma de hablar no tiene ningún problema. En tu familia lo puedes hacer y no pasa nada, todos se entienden, pero el problema está cuando esa misma acción se ve diferente en otro contexto, como es el de ustedes dos (REDEFINICIÓN, CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA). Porque no sé Mauricio, tal vez en tu familia las cosas son diferentes y entiendo yo que a lo mejor son un poco más mesurados, o tal vez sí son así en tu familia y eso es algo que a ti no te gusta.

Mauricio - Solo yo soy el mesurado.

Fabiola - Sí, su hermano Fabián tiene una voz muy fuerte.

Manuel - No sé si eso influirá en que no te lleves tanto con tus hermanos, porque no te gusta como son.

Mauricio - Es diferente carácter.

Manuel - Pero el chiste es que cuando conviven ustedes dos, tenemos los dos lados, los dos polos (INTENSIDAD, DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD). Tú, Fabiola, con esa energía de decir las cosas y tú, Mauricio, con esa medida, templanza o hasta sigilo a la hora de decir los comentarios (LADOS FUERTES), cada quien con una intención. En tu caso, Fabiola, tal vez para decir las cosas con confianza y porque te apasionan, y quieres que quede claro y, Mauricio, tal vez con la intención de no ofender, (CONNOTACIÓN POSITIVA, REDEFINICIÓN, DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD) y muchas veces así lo hacemos porque es como nosotros lo podríamos interpretar.

Fabiola – Claro, y yo lo digo sinceramente porque creo que es lo correcto, ser sincero. No lo hago de maldad, como pasó con el mesero.

Mauricio - ¿Entonces por qué dijiste que te gusto el café?

Fabiola - Porque no quería lastimarte. Cuando paso lo del mesero, tú me dijiste que” como me sentiría yo si dijeran eso de mi comida” y lo entendí y aparte para que lo sigas haciendo.

Manuel - Eso habla justamente de formas para comunicar y formas para poder entenderse. Creo que, como dijo Daniela, el cómo podrían decirse las cosas para que no se sientan mal, creo que ese es un elemento muy importante, porque creo que sí no pueden permanecer igual solo para no hacerse sentir mal, porque hasta cierto punto, tampoco se trata que solo por el detalle uno esté aceptando cosas que no le gustan y viceversa. Uno quiere dar un buen detalle, pero tampoco se trata de apagarlo (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, ENFOQUE, INTENSIDAD).

Fabiola - Estoy de acuerdo con eso.

Manuel - Y creo que eso es algo de los dos, ese detalle de cómo podrían decirse las cosas sin que se tomen a mal para que se puedan seguir dando los detalles (DIRECTIVA DIRECTA). Es decir, Mauricio ¿cómo te podría decir Fabiola esta retroalimentación sin que lo tomes como para ya no hacer ningún detalle “porque me lo van a criticar” y que fuera “bueno, quiero darle un detalle, pero también quiero que le guste”? ¿Cómo te lo podría decir sin que lo tomes a mal y que la próxima vez cuando la quieras sorprender con un detalle sea doble paloma, por el detalle y porque le encantó? Y viceversa, Fabiola ¿De qué manera te puede decir este tipo de comentarios Mauricio para que no te lo tomes a mal y sientas que te está limitando y que no se trata de cambiarte, pero sí, a lo mejor, de cosas que serían para poder comunicarse mejor? (PREGUNTA REFLEXIVA DE SUGERENCIA IMPLÍCITA, ENFOQUE, INTENSIDAD)

Daniela - Y también hay cosas que ya decidieron que no quieren para sus hijos.

Fabiola - Sí, yo estoy de acuerdo con eso. Tal vez la forma en que me lo dijo muy serio y así. No quiero que me vuelva a hablar así con ese tono. Quiero que me lo diga como más relajado.

Mauricio - Solo te dije “por favor, ¿me puedes no decir así?” Y pudiste haber contestado “Ok”. Pero, o sea, no me molesta y no sentí que me ofendió ni nada. Pero la situación no era para... Nosotros nunca nos hablamos así. ¿Cuándo me has dicho “wey”?

Fabiola - Sí te he dicho “wey”.

Mauricio – Jamás.

Fabiola - Sí te he dicho “wey”, pero tal vez te lo tomaste muy a pecho porque estaban los niños ahí. Igual y sentiste que te lo iban a repetir.

Daniela - Pero a ver, en función de lo que ustedes quieren, que es que los niños no repitan estas palabras, mientras más evidente hagan que dijeron, esa palabra más la van a notar ¿no?

Fabiola – Sí.

Daniela - Pero que no vean que sus papas la están diciendo.

Fabiola – Exactamente. Porque “¿en dónde escuchaste esa palabra? En mi casa mi papá lo dice o mi mamá lo dice” pues, la verdad, en las juntas no es nada agradable que te digan que tu hijo insulta, es penoso.

Mauricio - Yo no insulto.

Fabiola - Es verdad, ni a mí me insulta, ni en la casa.

Mauricio - Con mis amigos sí insulto, pero poquito. Más “puerquezas” que insultos.

Fabiola - La verdad es que sí, no insulta.

Mauricio – Por ejemplo, en mi trabajo me llevo con dos compañeras que pura pendejada nos decimos.

Fabiola - La lepera soy yo, y siempre he sido así. Tienes razón en muchas cosas que dijiste y me cayó el 20, pero igual es una parte de mí que me deja ser yo por un momento porque con mis hijos a veces no puedo ser así y en casa de mi mamá no insultan ¡lo que le sigue! Mi mamá hace bromas fuertes, insulta. Cree que tiene 15 años.

Mauricio - Ni con Pedro, mi cuñado, insulto.

Fabiola - Y con mis hermanos yo me llevo como si fuera un hombre porque son 3 hombres antes que yo. No con todos, a los más grandes los respeto, pero con el que está más pegado a mí que nos llevamos año y meses.

Mauricio - Con el que me llevo yo.

Fabiola - Nos decimos de todo. Él casi no a mí, pero yo sí con él. Pero no sé, al empezar con Mauricio y que no me dijera nada como “no hables así”, “ese lenguaje no es para una señorita”, “no debes hablar así porque eres mujer”; al estar con él y dejar que sea como soy... He cambiado cosas. Yo jamás he insultado en su casa. Hasta ahora me he soltado un poco porque ellos ya insultan y de repente se me va delante de mi suegra y yo soy muy respetuosa con ella. Con las amigas es con quienes puedo ser yo, con mis amigas, y que ahora ya sé con quién y eso es gracias a él porque yo podría ser yo donde yo quiera. Sin embargo, con las del “fut” sí nos llevamos bien, pero no hemos pasado la raya del insulto y me sé comportar; con mis suegros me sé comportar. Con mis amigos hombres soy terrible y te la pasas tan bien... Y que no estoy diciendo que no está bien lo que me dijo porque sé que está mal; yo misma le dije que “no vamos a insultar”, pero la forma muy seria en que me dijo, eso me molesto.

Mauricio - ¿te regañó?

Fabiola - No sé, lo sentí como muy seco. Y sí pasa eso de que los niños nos corrigen. Nos dicen “insultaste”, “dijiste una mala palabra”.

Daniela - Pueden poner su tarrito de insultos (DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - ¿Te acuerdas que te dije? Yo de verdad que estoy tratando de no hacerlo porque yo hasta para regañarlos los insultaba, se me salía.

Daniela - Es eso Fabiola. No se trata de que dejes de ser tú ni nada; no esa es la idea, y que no es juzgar eso. Es solo que ya tomaste la decisión de que no quieres que tus hijos hablen de esta

manera en esta etapa de sus vidas porque les va a traer muchos problemas (REDEFINICIÓN, DIRECTIVA DIRECTA). Porque si de grandes quieren insultar, pues ya será su decisión. Pero como para los que somos mal hablados, nos puede ocurrir que se nos escape. Solo marca que es algo incorrecto, que quieres corregir y que no quieres que ellos hagan. Entonces cuando a cualquiera se nos escape pues metemos un peso (DIRECTIVA DIRECTA). Vamos a ayudarnos todos (LADOS FUERTES, DIRECTIVA DIRECTA), al que se le escape se lo decimos, no es algo que hay que esconder. Al contrario, no pasa nada, pero tampoco se trata de “ah, bueno. Pues que se me escapen los que se me tengan que escapar”, porque no funciona, y que se expliquen las consecuencias de cuando pasa fuera de casa y los problemas que les puede traer en la escuela, y tal vez explicar que “así hablan en casa de abuelita, pero nosotros no somos ellos y cada casa tiene sus reglas”.

Mauricio - Sí, cuando van a casa de ella regresan “insultones”.

Fabiola - Sí, sí. Eso nos ha causado un poquito de problemas.

Mauricio - Igual con actitudes con las que regresan.

Daniela - Porque copian, porque son niños (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES).

Fabiola – Sí. Tengo un sobrino de 8 años que es como su líder. Lo ven grande y lo siguen y pues mi sobrino creció ahí. Él habla con insultos y lo imitan y nos trae un poco de presión con la familia de Mauricio porque los niños comentan que lo vieron en mi casa o lo oyeron en mi casa y a veces dicen cosas, pero como ellos lo entendieron y no es lo que en realidad pasó, me cansa porque tengo que explicarle a la familia de Mauricio que no fue así y cómo pasó en verdad, y ellos me dicen que los cuide, que “no les vaya a pasar algo” y que “hay que vigilarlos”.

Daniela - Y que esto es lo que te decíamos la otra vez, de cómo manejarlo. Se los está diciendo un niño (DIRECTIVA DIRECTA, ENFOQUE, CONSTRUCCIONES, FRONTERAS).

Fabiola – Sí. Es que se lo toman muy serio y yo se lo dije a mi suegra el otro día.

Mauricio - Yo por una parte sí entiendo, pero también no le puedo decir que no vayan los niños porque es su familia.

Daniela - Hay que aprender cómo manejarlo. Los niños son esponjitas y a donde vayan, van a aprender muchas cosas, no los podemos limitar del contacto con su familia (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Es que al principio él me decía que yo no vaya, que mis hijos no se lleven con mis sobrinos.

Mauricio - No “no llevarlos”, pero supervisarlos un poquito más cuando estén con ellos.

Fabiola - No, pero al principio sí me decías que no los llevara y yo le explicaba que mi sobrino, cuando era más chico se comportaba de manera diferente. Ya está grande y ya los protege, ya no les hace maldad, porque de antes sí como que los fastidiaba y les hacía cosas que nos molestaban a los dos, pero yo le decía que a mi hermana la adoro y por qué le voy a quitar esa oportunidad a mis hijos de convivir con él, sea mi sobrino o quien sea. En la escuela hay un niño con el que compite Mauricio y él se desespera, porque ve que el niño saca 10 en todo y él lo quiere igual. Yo le digo que no tiene que competir porque él se saque 10. Que si quiere el 10 lo quiera por él. Fabián es todo lo contrario. Si le sale mal algo dice “puta madre” y, si lo corrige la maestra, él dice “¡pues me salió mal! Yo creo que lo oye de mí porque Mauricio no insulta, pero pues sí tenemos que cuidar igual lo de mi sobrino y les explico las cosas, que son groserías, por qué no lo pueden hacer en la escuela, que ellos tienen que hacer

lo que nosotros les digamos. Pero sí me causa estrés tener que dar explicaciones en otros lados, con mi suegra.

Daniela – Claro. Hay que explicarles qué se hace en casa de abuelita y qué cosas no se hacen en casa. Ellos no son tontos, saben dónde se puede y dónde no. Entonces expliquémosles las reglas, no hay que privarlos de espacio ni familias (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES).

Mauricio - Siento que a mis hijos sí hay que tratarlos demasiado porque son insultos muy subidos de tono.

Daniela - Claro. Tampoco se trata de que hagan todo lo que ven en las familias; hay que ponerles límites y cuidarlos, pero se los podemos explicar (DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - A mi cuñada y a mi suegra les preocupan muchas cosas. Hasta me mandaron un video donde hablaba de como los niños muchas veces tienen sus primeras experiencias sexuales con sus primos y yo la verdad sí me preocupo por eso y soy muy mierda con esas cosas, hasta con Mauricio. No dejo que los limpie ni los bañe mucho, no los dejo con nadie. La verdad es que mi mente vuela y ese lado lo cuido mucho y se lo tengo que explicar a la familia de Mauricio, pero tampoco puedo estar sentada todo el tiempo viendo que jueguen, no quiero que sean ñoños.

Daniela - ¿cómo es la dinámica en casa de tu mamá? (PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Ellos son libres ahí, corren, sacan juguetes, están en un “porch” sin reja, la calle es traficada... pero también ellos tienen que aprender. Mis sobrinos no cruzan y quiero que ellos lo aprendan, son libres en casa de mi suegra, igual. Yo tuve una infancia muy feliz y a su edad yo ya caminaba seis cuadras sola. No es que los vaya a dejar hacer eso porque son otros tiempos, pero quiero que sean libres.

Mauricio - Pero sí hay momentos donde los pierdes de vista.

Fabiola - Cuando desaparecen mando a alguien a vigilarlos o voy yo y también juegan fútbol y, si les dan “quemones”, pues órale; “si quieres jugar, aguántate”; les digo que no pasa nada. Pero yo soy así; con ellos juego lucha libre, se ríen, muy rara vez que lloren. No sé si estoy bien, si trato de cuidarlos, y no porque sea mi familia voy a pensar que no pasa nada. No sabemos. No puedo decir que mi familia es la mejor y que en mi casa no vaya a pasar, pero los vigilo. La mamá de Mauricio me decía mucho que yo cuidara a mis hijos cuando estaban ahí, pero cuando un día no quise dejar a los niños solos con mi suegro, se infartó y se lo dije porque me reclamó que mi suegro se ofendió y que “cómo me atrevía a pensar que él les haría algo si los quiere mucho” y yo le conteste: “¿sabe qué? El diablo no se duerme y no lo hago por mi suegro, lo hago con todos los hombres que conozco. Ni con mi hermano, el que más quiero, los dejo ir a dar una vuelta en el coche solos” y si mi suegro se ofendió, lo siento. Es la manera en la que yo protejo a mis hijos. Hasta con mi cuñado me daba un poco de trabajo. Mauricio lo sabe, no tenemos secretos, y me da pena porque lo está haciendo en buena onda, pero sí es algo que me preocupa. Pero ni con mis hermanos dejo.

Daniela - Me parece muy bien como marcaste un límite con ambas familias y fuiste congruente (ELOGIO).

Mauricio - Con eso de los niños estamos muy de acuerdo.

Fabiola - Sí, y yo pienso que es peligroso dejar la responsabilidad de un niño a otro niño, porque no sabes que ya vio. A mí no me gustaría que fuera como fue conmigo. Mi mamá era muy suelta. Yo andaba en mi vecindario y mi mamá no estaba pendiente y gracias a Dios no me pasó nada, pero no me hubiera gustado que pasara y a mí me daría un infarto si les pasara algo así a mis hijos. Yo me acuerdo que en la secundaria todavía tenía mentalidad de niña y nunca me dijeron que había partes que no me debían de tocar ni nada. Yo anduve solo en calzones hasta que tenía como 10 años. Yo a mis hijos sí les he explicado que nadie debe de

tocarlos, ni sus maestras, ni sus amigos, ni nada. Igual Mauricio les dice cosas como cuando sus compañeritos comparten con ellos. Es muy buen papá, ¡hasta me gustaría que fuera mi papá! Los abraza, los besa, los cuida, es un excelente papá; platica con ellos, les tiene mucha paciencia. Yo no soy así con ellos. Yo juego, nos reímos.

Daniela - Me suena a que se equilibran bien y son buen equipo (REDEFINICIÓN, CONNOTACIÓN POSITIVA).

Fabiola - Entonces no lo estamos haciendo tan mal.

Daniela - Claro que no, al contrario (ELOGIO). Creo que el gran problema con que llegaron ya está casi resuelto, porque en estas semanas pasaron cosas y no explotaron como hubiera sido antes.

Fabiola - Eso me hace sentir muy *relax*, porque siento que los dos ya sabemos que ponemos de nuestra parte.

Daniela - Te voy a preguntar lo mismo que le pregunte a él. Él dijo que le faltaba ser detallista ¿A ti que te falta? (PREGUNTA LINEAL, DIRECTIVA DIRECTA, ENFOQUE)

Fabiola - Me falta ser mucho más tolerante.

Daniela - ¿Y como pareja? (PREGUNTA LINEAL, ENFOQUE)

Fabiola - Tener un poco más de tiempo para los dos. Sí lo tenemos, pero quisiera que tengamos nuestro tiempo y no lo moviéramos.

Daniela - A mí me gustaría agregar unas cosas como pareja. Yo diría que nos hace falta trabajar un poco sobre la comunicación, porque hay muchas cosas que pasan, pero no se hablan (DIRECTIVA DIRECTA, ENFOQUE, CONSTRUCCIONES). También me gustaría que termináramos con el tema de las familias de origen y cómo se perciben las cosas para cada uno, como marcar límites (DIRECTIVA DIRECTA, ENFOQUE, CONSTRUCCIONES).

Nosotros vemos eso desde fuera, pero ¿ustedes lo perciben como necesidades? (PREGUNTA LINEAL)

Mauricio - No sé si sea algo alarmante como para hablar.

Fabiola - Estoy de acuerdo con Mauricio, pero a mí si ya me cuesta darle explicaciones a su familia de las cosas que pasan en casa de mi mamá y me da trabajo porque siento que me dicen que haga muchas cosas y no me gusta. Como Fabián que tiene una dermatitis y mi cuñada no me deja de decir que lo lleve al psicólogo, pero yo siento que yo lo he podido manejar con él.

Daniela - En realidad, nosotros vemos que son cosas que no son un problema ahora, pero que podrían convertirse en uno y por eso nos gustaría platicarlas (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD). En el caso de Fabián, tal vez le pasa como a ustedes, que no siempre saben manejar bien sus emociones. Si quieren podemos platicarlo aquí.

Manuel - Para el trabajo con los niños se trabaja con los papás, porque muchas veces los niños solo están siendo un síntoma de lo que ocurre en la familia. Podríamos hablar de esto aquí (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES).

Fabiola - Yo siento que es algo que él tiene que aprender a manejar, porque cuando le pongo su crema inmediatamente le deja de picar. Igual he hecho que lo distraigo para que no piense en eso.

Daniela - Eso ha estado muy bien (ELOGIO), pero también le serviría mucho el modelamiento del manejo de emociones.

Fabiola – Es cierto, porque sí se desespera como yo me desespero.

Manuel - Eso sería muy bueno, porque así le enseñamos como ustedes hacerlo para que ya no sienta que le pica (CONSTRUCCIONES). Oye Fabiola, solo para aclarar, no me quedo claro

que significa para ustedes que seas más tolerante ¿A qué te refieres? (PREGUNTA LINEAL, ENFOQUE)

Fabiola - Mmmm, no sé cómo explicarlo. Lo voy a decir con un ejemplo: como cuando yo estoy acostada y él quiere que apague la luz y yo lo hago, antes le hubiera dicho que “no, porque los dos estamos cansados y queremos dormir”, pero ya nos lo devolvemos porque igual si estamos acostados y le pido algo, él lo hace. Antes hubiera sido pleito y ahora, cuando ninguno quiere, hacemos “piedra, papel o tijera” y hasta risa nos da porque es emocionante ver quien gana. Igual, con la hora en la que llega soy más tolerante. Antes, si no llegaba a las dos en punto, me encabronaba. Ahora le digo que llegue como a las 2 para que ni el vuele cuando este viniendo, y ahora, cuando llega unos minutos después, no le digo nada y hasta veo que se sorprende.

Manuel - A ok, perfecto.

Daniela - Pues muy bien, que tengan linda semana.

Sesión 08. Participantes: Mauricio, Fabiola, Daniela y Manuel.

En esta sesión, comenzamos hablando de espaciar las sesiones porque habían estado bien las últimas semanas, se les habló de que fueran 3 sesiones más para terminar con los temas que se hablaron la sesión pasada.

Fabiola - Estamos bastante bien, ha servido que Mauricio ya no sale tanto y eso nos ha dejado tranquilos, y las veces que ha salido he estado tranquila. Él ahora cuando siente que la riega ya veo que se pone las pilas y trata de solucionarlo, no sé cómo lo vea el conmigo, pero siento que los dos. Siento que ya nos apoyamos, a veces siento que yo no lo pido de la mejor manera, pero aun así veo que lo hace. Me doy cuenta de que lo hago así y estoy tratando de cambiarlo,

pero sí noto muchísimo cambio. Sí hemos tenido nuestros “pleitesitos” y nuestros roses, pero lo podemos solucionar.

Daniela - ¿Tú como lo ves Mauricio? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio – Igual. Veo que hay momentos que nos salimos de la onda, pero volvemos a entrar rápido.

Fabiola - En el momento como que cada quien defiende su punto de vista, pero ya luego nos entendemos y nos escuchamos. Ya no es un pleito que nos dure toda la noche, se nos nota, ya nos dijeron que nos vemos bien y yo me siento más segura, más tranquila, siento que me quiere, que le importo. Ahora igual le doy espacio con su celular y no me da desconfianza porque no lo ha estado escondiendo, ni me da ganas de tocarlo ni revisarlo porque estoy tranquila. A veces se nos sale como antes.

Mauricio - Como lucha de poderes.

Daniela - Pero como que ahora cada uno sede ¿no? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA ESTRATÉGICA; BÚSQUEDA DE EXCEPCIONES)

Fabiola - Pues en algunas cosas se queda la plática así y no la resolvemos, pero ya no son pleitos, son opiniones diferentes, pero no resolvemos nada porque lo dejamos de hablar.

Después de revisar cómo se habían estado relacionando y observar que los pleitos habían estado disminuyendo, se concluyó que el objetivo 1 del programa de intervención: restablecer la congruencia jerárquica se había alcanzado. Por tanto, la sesión comenzó a enfocarse a completar los otros dos: fortalecer al subsistema de pareja a través del establecimiento de límites al interior y al exterior, así como desarrollar pautas diferentes de interacción que mantengan la congruencia jerárquica. De esta manera, la sesión comenzó a enfocarse en el objetivo 3.

Daniela - Entonces ¿la solución es dejar de hablar de los temas en los que no encontramos una opinión común? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Fabiola – Exacto.

Daniela - ¿Se acuerdan que dijeron que tenían una estrategia para resolver quién apagaba la luz cuando los dos ya estaban acostados y que esa era una diferencia de opiniones en la que no podían llegar a un acuerdo? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA ESTRATÉGICA)

¿Cómo llegaron a esa solución? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA REFLEXIVA QUE CONVIERTE AL ENTREVISTA EN OBSERVADOR; BÚSQUEDA DE EXCEPCIONES)

Fabiola - Siempre la hemos tenido.

Mauricio - Pero en el caso del tema que dejamos de hablar, el del terreno, pues doy mis opiniones, pero sé que no se van a hacer y no puedo ir a cuidar el terreno entre semana como ella quiere.

Daniela - Pero a lo que me refería es a que parece que en este tema nuestras opiniones son tan diferentes que no podemos llegar a un acuerdo y cada uno está viendo el punto de vista del otro como que no está tan bien lo que dice. Como que lo que yo digo es correcto y lo que dice el otro no (DIRECTIVA DIRECTA). A lo que voy es ¿cómo podrían llegar a una solución equivalente a la de “wan ken pon” que implementaron para lo de la luz? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Mauricio - A Fabiola se le ocurrió.

Fabiola - Es como legal porque el que pierde, se aguanta.

Mauricio - Pero con el terreno lo veo difícil porque cuando Fabiola rentó el terreno para un evento, le estaba diciendo a la gente que lo rentó que no pisen aquí que o vayan ahí y yo le dije que no puede hacer eso, que ya lo rentó y ya se chingó. Y eso que fue renta de un día,

imagínate cómo va a ser cuando vea lo que le hagan en un año. Ella no ve las consecuencias, es de hago esto y ya. Ella no se pone a pensar todo eso.

Daniela - ¿Por qué no lo venden entonces si sólo les trae problemas? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Mauricio - Pues a mí no me trae problemas.

Fabiola - (Riendo) Claro, porque no vas.

Daniela - Pues los dos hablan de eso como si fuera un amo a quien servir y que van cada muerte de un judío (DIRECTIVA DIRECTA, METÁFORA)

Manuel - ¿Qué pasaría si Fabiola nunca va a ver el terreno? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA REFLEXIVA ORIENTADA AL FUTURO)

Mauricio - Pues si veo que ella tiene tiempo de ir, le diría que vaya.

Manuel - Entonces ¿a ti te interesa que ella vaya? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA ESTRATÉGICA, COMPLEMENTARIEDAD)

Mauricio – Sí.

Fabiola - Yo siento que todo recae en mí y, cuando hicimos la casa, el plan era ir los dos. Yo quería que invirtiera en la casa en la que vivimos, pero Mauricio dijo que íbamos a ir ahí los fines de semana y yo me imaginé otra cosa.

<p>En este momento se observó cómo la ausencia de funciones claras en la relación obstaculizaba el mantenimiento de la congruencia jerárquica, desencadenado la secuencia sintomática. Por tanto, la sesión comenzó a enfocarse al cumplimiento del objetivo 2.</p>

Daniela - Siento que este es el problema de que no tengamos nuestras funciones claras en una relación. Entiendo, por lo que dijiste, que en el plan que hicieron en un inicio se dividieron las funciones de cierta manera (DIRECTIVA DIRECTA, ENFOQUE).

Manuel - Siento también que, cuando se da la lucha de poder, interpretan de mala manera lo que el otro dice (DIRECTIVA DIRECTA, COMPLEMENTARIEDAD). Me parece que son estrategias que podríamos preparar para cuando cerremos el proceso (DIRECTIVA DIRECTA). Podemos darle un significado diferente a lo que el otro hace, se llama Reestructurar. Eso nos ayuda a ponernos en una postura menos a la defensiva y que podamos llegar a un acuerdo (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN). Me da la impresión que Mauricio interpreta lo que dice Fabiola como más problemas y como que siempre pide cosas y que tú Fabiola estás interpretando lo que hace Mauricio como conchudo. Parece que no importa lo que haga el otro, ustedes ya decidieron que ese es el rol que tiene el otro en la pareja (CONSTRUCCIONES, COMPLEMENTARIEDAD, DIRECTIVA DIRECTA). Me gustaría devolverles que lo que ustedes hacen son intentos de cuidar la relación. Tú Fabiola cuidando lo que tú Mauricio has conseguido con tu trabajo, porque le daría mucha pena que se desperdicie y, por tanto, de cuidarte a ti. Y lo que está haciendo Mauricio, también es cuidarte a ti Fabiola, porque mencionó qué pasó cuando lo rentaron y creo que él no quiere que te estreses por algo así. Siento que eso les puede ayudar a pensar que el otro tiene buenas intenciones (CONNOTACIÓN POSITIVA, REDEFINICIÓN, CONSTRUCCIONES, LADOS FUERTES).

Fabiola - Sí, sí, sí. Esa parte que mencionas yo sí la reconozco, que me estresa esa situación, pero viendo el abandono me da mucha tristeza, y veo el lado de que al menos vamos a tener otro ingreso. Pero igual sólo quiero que tengamos un día para verlo, pero en realidad no es pleito, porque si fuera así yo no reaccionaría de esta forma, no me importaría lo que pasara con el terreno. Nada más siento que son roses. Y en cuanto a que ya lo tengo etiquetado con el papel de conchudo, no siento que sea con todo. Además siento con una parte que yo lo

acostumbré, porque las cosas que acordamos que él debe hacer a veces yo las hago para ahorrar tiempo

Manuel - Fabiola ¿sientes que Mauricio no reconoce lo que haces? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Fabiola - Creo que sí lo hace.

Manuel - ¿Por qué te pregunto esto? Porque está relacionado con lo que dijo Daniela de poner límites porque si no todo queda al aire y cada quien entiende cosas diferentes. Muchas veces no queremos poner reglas porque sentimos que es forzar lo que debería ser espontáneo (CONSTRUCCIONES, DIRECTIVA DIRECTA, CONSEGUIR LA SUMISIÓN A TRAVÉS DE LA LIBRE ACEPTACIÓN).

Fabiola - Yo sí siento eso.

Manuel - Y en esta función de pensar en positivo, puede ser que suene feo la palabra reglas, pero podemos cambiarla por pautas, guías o *tips* o como la fórmula para un matrimonio feliz o la fórmula para una convivencia satisfactoria (REDEFINICIÓN). Esa es la función de las reglas, hacer que las cosas funcionen bien y que cada quien sepa qué hacer y que igual puedan saber cuándo la están regando y pedir disculpas (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES)

Daniela - Y que igual quita la ansiedad de pensar “¿eso se lo debo decir o no? ¿A quién le corresponde? ¿Será que ya es mucho?” Porque las cosas ya están claras y ya sabemos qué podemos esperar y qué nos corresponde hacer (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD).

Fabiola - No sé, no me gustaría poner reglas. No me gustaría que “como a ti te toca la basura, yo la brinco”, no podría hacerlo.

Daniela - Eso podría ser parte de la regla, ya que no se trata de eso. Parece que Fabiola siente que Mauricio no hará más que el mínimo de las cosas que le toquen y ella no (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD).

Fabiola - Exacto, porque nos ha pasado con otras cosas. Como con el desayuno, que él lo compra y yo lavo los trastes, pero cuando es al revés no lo quiere hacer, lo termina haciendo, pero le tengo que insistir.

Mauricio - También tú lo hacías con la leche de los niños, me dejabas los vasos.

Manuel - Ustedes acaban de mencionar una regla, cuando uno hace una cosa, el otro hace otra (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD).

Mauricio - Eso dice ella, es lo que hemos hecho.

Manuel - Eso les mencionaba, estas pueden ser las reglas de las que hablamos Daniela y yo. El chiste es que establezcan una manera de convivencia (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD)

Fabiola - Ya que mencionas eso, creo que al principio teníamos ese tipo de acuerdos, pero cuando yo dejo de trabajar, siento que toda la responsabilidad de la casa recae en mí. Tal vez cuando dejo de trabajar, él entiende que eso es mi responsabilidad.

Manuel - ¿Tú eso entendiste Mauricio? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Tal vez inconscientemente, porque no fue algo que pensé, pero puede ser que yo sienta que ella está un poco relajada y puede hacer más cosas.

Manuel - De esto se trata el hablar de esto, para establecer límites.

Fabiola - Pero ¿cómo lo manejamos? No me queda claro ¿hablamos de todos los quehaceres de la casa?

Daniela - Pues no sólo es de cosas de la casa, también habías mencionado que querías que salieran más solos y pueden establecer, por ejemplo, que salgan cada 15 días solos. Porque a veces, con la rutina, es difícil que hagamos tiempo. Lo pueden hacer de la manera que más les acomode, puede ser escrito, si quieren, pero definitivo hay que platicarlo (DIRECTIVA DIRECTA, INTENSIDAD, CONSTRUCCIONES).

Manuel - Pero podemos ponerle otro nombre que no sea reglas para que de ganas de cumplirlo, puede llamarse “demostraciones de cariño”, para que así sí nos den ganas de hacerlo. Es como un manual de operaciones para hacer las cosas mejor (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN). Me gustaría devolverles porque es importante, porque me parece que no lo han conectado. Ustedes cuando llegaron eran una pareja que estaba junta pero como que muchas cosas quedaron en medio de ustedes, familia, deberes, niños, y demás y eso generaba mucho ruido entre ustedes. Con lo que ustedes han comenzado a hacer se han dado cosas que permiten que se acerquen. Y que esto igual nos ayuda a que veamos la manera en la que nos quiere el otro, porque a veces no se entiende lo que hago. Como lo que platicamos hoy de que cada uno quería cuidar al otro, pero no se daban cuenta. Creo que igual esto tiene que ver con la lucha de poder que ha habido, porque parece que ambos se sienten en desventaja y, por tanto, hacen esfuerzos para equilibrar la relación (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD)

Fabiola – Sí, tienes razón en eso que dices de que él hace cosas para que no me estrese y esto lo aprendí aquí. Él es más relajado y yo soy más de pleito. Pero de verdad, aquí entendí, que muchas de las cosas que él hace son para que yo no me meta en problemas que no me corresponden y que no me estrese.

Manuel - Qué bueno Fabiola que has entendido eso (ELOGIO). Continuando con eso de la lucha de poder, Daniela y yo platicamos que eso podía estarse ya no dando porque las cosas

han cambiado y ya no se siente tan desigual la relación. Y si yo les preguntara ¿quién debe mandar en la relación? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Fabiola - Los dos.

Mauricio – Ninguno.

En este momento, la conversación se dirige a reforzar el objetivo 1 del programa: restablecer la congruencia jerárquica y así conseguir la colaboración de la pareja en el establecimiento de límites.

Manuel - Ok, les devuelvo que, con las cosas que hemos observado, notamos que la relación parece que en el pasado ha sido de papá-hija, mamá-hijo. Y que eso hace que no estemos como pareja. Siento que Fabiola, tú puedes sentirte con menos poder que le debes a Mauricio porque él trabaja (DIRECTIVA DIRECTA, METÁFORA, COMPLEMENTARIEDAD)

Fabiola - Yo creo que eso sí es cierto.

Manuel - Y en el caso de Mauricio, creo que puede sentirse con menos poder por tantas órdenes que se le dan en la casa (DIRECTIVA DIRECTA, METÁFORA, COMPLEMENTARIEDAD).

Mauricio - Sí siento que ella manda.

Fabiola - Pero yo no quiero tener que decirle lo que tiene que hacer, quiero que él lo haga.

Manuel - Creo que justamente ese es el problema, no tienes por qué decirle lo que tiene que hacer porque eso ya te pone en una postura de poder y es lo que ocasiona lo que te comentaba antes (DIRECTIVA DIRECTA, INTENTO DE LLEGAR A UN ACUERDO MEDIANTE UNA OPOSICIÓN, COMPLEMENTARIEDAD).

Fabiola - Esta lucha de poder se tiene que acabar.

Manuel - Muchas veces pensamos que las pequeñas cosas no afectan, pero claro que afectan. No se trata de ver quién es culpable ni quién empezó, sino como se soluciona (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES).

Fabiola - Si no lo dijeras, no nos daríamos cuenta, pero tienes mucha razón. Parecemos chiquitos con las cosas que hacemos.

Daniela - Es el problema cuando ponemos el poder en medio, que hace que nos peleemos (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, METÁFORA, INTENSIDAD).

Mauricio - Yo no tengo problema con que Fabiola lleve la batuta, pero me molesta que a veces cuando yo quiero llevarla ella se cierra y se molesta.

Manuel - Y que el hacer estas cosas Fabiola, manda el mensaje de que no se quiere compartir el poder (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES).

Daniela - Y creo que muchas veces dices que quieres que te cuide, pero cuando lo hace te molestas (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, COMPLEMENTARIEDAD).

Manuel - Por eso es importante la distribución de funciones y que no tienen que ser las típicas cosas que hacen un hombre y una mujer (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES).

Les vamos a compartir como nosotros lo hacemos. Daniela es muy buena para cocinar, pero no es buena para limpiar, lavar, ni nada de eso, y yo sí. Por tanto, nos hemos dividido las tareas de tal manera en que cada uno hace las cosas que le salen mejor, sin importar si son de hombres o de mujeres (CONSTRUCCIONES, LADOS FUERTES).

Fabiola - Las cosas que no nos salen, cuando hubo dinero, le pagamos a alguien para que las haga.

Daniela - Eso está perfecto (ELOGIO).

Manuel - Lo que les queremos decir es que cualquier división que hagan y les funcione está bien.

Fabiola - No tenemos acuerdos de las cosas.

Manuel - Por eso queremos platicarlas con ustedes. Todas las parejas somos como piezas de rompecabezas que encajamos perfecto entre nosotros, pero no con los demás. Por tanto, lo que nos va a funcionar tiene que ser nuestro y por eso es importante platicarlo. Y que podríamos hablar de cada una de las cosas, pero creemos que es más importante que hablemos de cómo se llega a un acuerdo, para que no les demos un pescado, sino que les enseñemos a pescar (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, METÁFORA). Y ahora que las cosas están bien entre ustedes ya podemos platicar de todo esto y lo importante de saber por qué pasaba lo que pasaba es para que no lo repitamos en el futuro. A manera de síntesis, la manera en la que nos expresamos manda mensajes de los que tal vez no nos estamos dando cuenta, pero son importantes. Y nosotros participamos, también sin darnos cuenta, en que se mantengan cosas que no queremos que se den (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, COMPLEMENTARIEDAD). Y es muy valioso eso que han comenzado a hacer de pedirse perdón y que también hay que implementar el agradecimiento, porque son cosas muy importantes para estar al mismo nivel y en equilibrio (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, ELOGIO). Y que debemos saber que pedir perdón no es rebajarnos, no es señal de debilidad, al contrario es señal de fortaleza (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, REDEFINICIÓN). Estoy seguro de que ambos quieren demostrarse que se quieren y esta es una buena oportunidad para hacerlo (CONNOTACIÓN POSITIVA). Y una cosa más, creo que si cambiamos el quiero por el me gustaría, creo que las cosas pueden cambiar mucho (DIRECTIVA DIRECTA). Pero bueno, ya hablé un montón y espero que les haya servido lo que platicamos hoy. ¿Quieren cerrar con un comentario o algo más?

Ambos - No, estamos bien.

Fabiola - Les queremos pagar \$200 de ahora en adelante, porque la verdad si nos han ayudado mucho y, la verdad fue idea de Mauricio, porque hemos platicado que sí nos han ayudado mucho, la verdad se nos hace muy buen trabajo el que hacen y estamos muy contentos.

Daniela - Les agradecemos mucho, no hacía falta, pero apreciamos lo que nos dicen. Queremos que sepan que este trabajo no podría ser así si ustedes no estuvieran poniendo de su parte, así que a seguir con las cosas buenas (ELOGIO).

Manuel - Sí, muchas gracias.

Sesión 09. Participantes: Fabiola, Mauricio, Daniela, Manuel.

Daniela - ¿Pudieron platicar algo? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Pues hemos estado bien, pero no hemos platicado.

Daniela - ¿Pasó algo nuevo? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL)

Mauricio - No hemos peleado.

Daniela - ¿Y cosas buenas? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL; BÚSQUEDA DE EXCEPCIONES)

Fabiola - Un chorro.

Daniela - ¿Pudieron salir solos? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL; DIRECTIVA DIRECTA: REVISIÓN DE LA TAREA)

Fabiola - No hemos podido, pero sí hemos salido con los niños, pero ya lo planeamos.

Mauricio - Ya hasta escogimos la película.

Fabiola - Igual me hicieron una endodoncia y estuvo horrible, pero Mauricio me ayudó un montón en la casa y con los niños. Sentí mucho su apoyo y ya le di las gracias porque si lo aprecio mucho. De hecho no fue al futbol hasta ayer, se quedó a cuidarme.

Daniela - ¿Recuerdan en que nos quedamos la sesión pasada? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL)

Ambos- Uay, no. Sinceramente no.

Mauricio - De poner acuerdos ¿no?

Fabiola - Ya me estoy acordando.

Daniela - Para cerrar el proceso es que queríamos platicar con ustedes de este manual para que las cosas sigan así de bien entre ustedes (DIRECTIVA DIRECTA). ¿Por dónde quieren que empecemos? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA CIRCULAR)

De esta forma, la sesión se concentra en trabajar el objetivo 3 del programa: desarrollar pautas de comunicación y de relación que mantenga la congruencia jerárquica. Para ello, la sesión tiene como finalidad ayudarlos a establecer acuerdos en temas que han desencadenado la secuencia sintomática. Asimismo, estos acuerdos también están relacionados con el objetivo 2 del programa: fortalecer el subsistema de pareja estableciendo límites al interior.

Fabiola - Por los que tenemos, como el de cuando voy a comprar el desayuno él lava los trastes y cuando él va, yo los lavo. Eso pasa en el desayuno, pero en almuerzos y cenas, no. Y creo que igual aplicaría en la cena ¿no?

Mauricio - Pero yo también hago la leche de los niños.

Daniela - Pero no todo tiene que ser igual, podemos hacerlo de la forma que más nos acomode. Puede ser que tú hagas la cena y él se encargue de la leche (DIRECTIVA DIRECTA; LADOS FUERTES: ALTERNATIVAS DE INTERACCIÓN).

Mauricio - Está bien eso.

Fabiola - Te toca decir, yo ya dije uno. Di lo que haces en la casa.

Mauricio - Creo que no hago nada (riéndose).

Fabiola - La verdad, a mí no me pesa hacer las cosas, porque últimamente lo he visto muy cansado y llega y se duerme. Y la verdad es que a mí sí me da tiempo de hacer las cosas. Puedo hacer todo cuando lo veo así y me da pena verlo así y pedirle que haga algo. Lo único que me crea conflicto a mí es lo de las benditas tortugas, porque en eso no hay acuerdo, la verdad las acepté porque creí que se iban a morir pronto, pero Mauricio las ha cuidado mucho y les compra todo y han vivido. Pero no me gusta lavarlas y lo tengo que hacer porque a él no le gusta tocarlas, pero la verdad es que no me gusta hacerlo y lo peor es que si no lo hago apesta horrible la casa. Las veces que hemos platicado es pleito porque él no quiere lavarlas. Podemos organizarnos en cuatro días yo y tres él para que no lo sienta tan pesado.

Mauricio - Entonces les tienes que dar de comer todos los días, pero no se te puede olvidar.

Fabiola - Ok, se los doy. No siento que sea trabajo darles de comer, pero lavarlas sí. Cuando lo hemos intentado hablar se ha vuelto pleito.

Mauricio - Yo siento que si ella tiene la responsabilidad de darles de comer, no lo va a hacer porque se les va a olvidar.

Fabiola - Es verdad, pero siento que no es tan trabajoso lavarlas como darles de comer. A veces quiero regalarlas pero él me frena por los niños.

Daniela - ¿Qué tanto pueden ayudar los niños? (PREGUNTA CIRCULAR: ENTREVISTA CIRCULAR, PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Fabiola - Nada, me daría más trabajo que ellos hagan algo.

Daniela - Pregunto eso porque habían dicho que era para que los niños tuvieran responsabilidad y no veo que estén participando en nada (INTENSIDAD).

Fabiola - Es muy difícil que hagan algo de eso. ¿Quedamos en ese acuerdo entonces? Yo les doy de comer y tú las lavas.

Mauricio - El problema es que no voy a saber si les diste de comer o se te olvidó.

Fabiola - Tendrás que confiar en mí (se ríe).

Mauricio - Igual puede ser que cada quien una semana se haga cargo de todo, de darles de comer y lavarlas.

Fabiola - Uay no, no me gusta, es demasiado pesado.

Mauricio - Pero no vas a tener que lavarlas todos los días, sólo los días que lo haces.

Fabiola - (Se ríe) No lo vas a hacer.

Daniela - Sería bueno establecer que pasa si no se cumple el acuerdo (DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Tengo miedo de que no se va a hacer. Pero no se vale que si me tocan las tortugas dejemos que apesten todos los días, las lavo cada tercer día.

Daniela - Por eso sería bueno tener un calendario, porque como comentas que se te pasa darles de comer así lo puedes ver y lo mismo con lo del lavado, para que no se pase (DIRECTIVA DIRECTA, ENFOQUE).

Manuel - Por lo que entiendo, se van a lavar al menos dos veces a la semana.

Fabiola - Si te pasas de la comida no aguanta los tres días. Mejor cada tres días o cuando apeste.

Daniela - Entonces ya quedamos y ¿cuál sería la consecuencia si no se cumple? (DIRECTIVA DIRECTA)

Fabiola - No sé, pagas la cena (Se ríe).

Mauricio - No sé.

Fabiola - Bueno, si no se cumple le toca otra semana.

Mauricio - Bueno, pero tenemos un fallo.

Fabiola - Bueno, dos, porque uno cualquiera (Se ríe).

Mauricio - Pues muy bien.

Daniela - Entonces ya quedamos, pero podemos ser flexibles, por ejemplo no vamos a dejar de ir a un cumpleaños por lavar a las tortugas (DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Muy bien, pues yo ya dije dos, tú di una.

Mauricio - No sé qué.

Daniela - Pues otra de las cosas que habían dicho es el día de salida familiar.

Fabiola - Eso sí lo hacemos, pero ya no vamos domingo a casa de mi mamá. Hace mucho que no vamos. Antes íbamos sábados a comer con sus papás y a cenar con mi mamá, podríamos regresar a eso.

Daniela - ¿Cómo les gustaría que quedara eso? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Pues, si tenemos un compromiso, no ir. Pero si sólo vamos a ir a la plaza o a cenar, vamos a casa de mi mamá.

Daniela - ¿Cómo lo ves Mauricio? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Me parece.

Manuel - En ese caso, me gustaría meter mi cuchara, porque recuerdo que había un inconveniente de lo que pasaba con los niños. Aunque ya esté la división, podemos ponernos de acuerdo en cómo serán las cosas cuando estemos ahí (DIRECTIVA DIRECTA, ENFOQUE). Como el cambio que hiciste Fabiola en la familia de Mauricio, que ahora ya pones límites.

Fabiola - Y lo han notado. Ayer me enteré y que lo ven como culpa de la terapia. Ayer, una tía de Mauricio me contó que mi suegra le dijo que siente que ya no me involucro tanto, que no opino en las cosas, que volteo a ver a Mauricio para responder cualquier cosa y que eso la deja triste, que pensó que estaba haciendo algo malo ella y que ya hasta le dijo a mi suegro que no relajee conmigo, para que no me moleste. La tía le dijo que no era culpa de la terapia, sino que

son cosas que están cambiando y que no son malas, porque la tía es psicóloga. Han cambiado cosas, ya no me habla por teléfono, porque antes me hablaba cuatro veces a la semana y tampoco nos van a visitar. Eso sí fue antes de la terapia, antes iban mucho a la casa, pero creo que sintieron que la actitud de Mauricio era como de que no quería que estuvieran ahí.

Mauricio - Con mi papá así me llevo siempre, él igual me lo hace.

Fabiola - Pero sí lo sentía tu papá, porque me lo decía y yo sí le decía que “no le haga caso” y que “es un grosero su hijo, pero así es” y ya, y ellos dejaron de ir por eso. Pero siento que mi suegra ha sentido un cambio en mí que no le gusta, porque hasta nos dijo que tal vez nos está haciendo mal la terapia y que pensemos si queremos seguir viniendo.

En este momento, Daniela se concentra en brindar contención emocional a Fabiola, ya que se identifica la presión ejercida por parte de la mamá de Mauricio y la amenaza que esto podría representar para el alcance de los objetivos del programa. De esta forma, en este momento se comienza a trabajar en el objetivo 2: fortalecimiento del subsistema de pareja a través del establecimiento de límites con las familias de origen.

Daniela - Parte de lo que hemos hablado aquí es poner límites, pero eso no significa no relacionarse, sólo es cambiar la manera en la que nos relacionamos (DIRECTIVA DIRECTA). Si siento que se está alejando mi suegra y quiero que vayan, le marco y le digo que venga a cenar o a visitarnos; “abran la puerta”. Que estén de acuerdo ustedes dos, pero no tienen que dejar de verlos, porque no es el caso. Si quiero platicar con ella por teléfono, pues puedo llamarle yo (DIRECTIVA DIRECTA, LADOS FUERTES).

Mauricio - Yo creo que mis papás dejaron de ir porque a mi papá le da hueva ir a mi casa y no quiere llevar a mi mamá.

Fabiola - Pues tu tía dijo otra cosa.

Mauricio - Pero ya sabes cómo es mi tía

Manuel - ¿Tú cómo ves esto Mauricio? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA CIRCULAR; ENFOQUE, DESEQUILIBRAMIENTO)

Mauricio - A mi papá sí le molesta que yo lo trate así, pero él igual me trata así. Como que sí nos llevamos muy pesado él y yo. Mi mamá sí lo entiende porque ve como me trata mi papá.

Manuel - Y lo de la frecuencia de las visitas ¿cómo lo ves? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA CIRCULAR, PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Mauricio - Pues sí creo que le da hueva a mi papá.

Manuel - Esto lo pregunto porque sé Fabiola que para ti es importante cómo se pueda sentir tu suegra. Pero, cuando platicamos esto en un inicio, hablamos de cómo estaba afectando a su relación la manera en la que se relacionaban con la familia de Mauricio (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD, REDEFINICIÓN, FRONTERAS).

Mauricio - Mi mamá normalmente es muy exagerada y si se lo contó a mi tía, pues ella lo exagera el doble.

Fabiola - No siento que tu mamá exagere las cosas.

Mauricio - Sí es.

Daniela - Me parece que así las percibe porque es muy sensible (DIRECTIVA DIRECTA). Pero el chiste no era lastimar a tu suegra con estos límites...

Fabiola – Exacto.

Mauricio - El problema era que Fabiola tomaba las decisiones sin consultarme.

Manuel - Creo que igual pasaba que se hacía equipo ente Fabiola y la familia de Mauricio y terminaban hablando mal de Mauricio y eso es lo que queremos evitar (DIRECTIVA DIRECTA). Pero esto que está sintiendo tu suegra es algo normal que ocurre cuando estamos

moviendo las cosas, pero no quiere decir que sea algo malo (CONSTRUCCIONES, INTENSIDAD, FRONTERAS).

Daniela - Pero podemos explicarle que no es nada en contra de ella y que ustedes se sienten cómodos haciendo equipo.

Fabiola - Eso sí, creo que hay que explicarle. Es que pasan cosas igual con el hermano de Mauricio, porque hace ciertas cosas con mis hijos que no me gusta, a veces siento que los maltrata y eso no me gusta.

Daniela - ¿Cómo qué cosas han pasado? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - Como un día que iban a partir el pastel y les dije que se quiten, pero lo que me molestó fue el tono con el que lo dije, porque sentí que los agredió y sentí ganas de partírla la madre. Sólo les dije, oye no le grites. Pero les hablé muy feo y sé que así es con todos, pero no quiero que le hable así a mis hijos y estaba muy molesta pero no lo quise platicar en ese momento con Mauricio, para no molestarme más, pero en la noche sí se lo dije a Mauricio y le dije ¿qué pasaría si uno de mis hermanos le hablara así a los niños? Serías el primero en brincar. A mí tampoco me gustaría que lo hicieran.

En este momento se interrumpe la sesión, ya que Mauricio recibió una llamada de su trabajo y tuvieron que irse de improviso.
--

Sesión 10. Participantes: Fabiola, Mauricio, Daniela y Manuel.

Comenzaron diciendo que estaban bien y tranquilos, pero que Fabiola estaba un poco cansada.

Fabiola- Estoy un poco cansada porque los niños aún no se acostumbran a quedarse en su cuarto y van a buscarnos al cuarto. En la semana, como solo un día no pasa eso. Generalmente así es casi todos los días. A propósito, compramos una cama *queen* para que no quepan los dos niños con nosotros y no caigamos en eso. He leído como hacerlo pero siento que algo no estamos haciendo bien.

Daniela - ¿Qué crees que pueda no estar saliendo bien de lo que has leído? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL)

Fabiola - No sé, pero los días que les digo que no vayan a buscarme no van, a menos que tengan una pesadilla o quieran hacer “popó” o algo así y a veces igual, con tal de que se duerman, me quedo con ellos en su cama un rato, pero el libro dice que está mal, a veces lo hacemos y a veces no.

Daniela - El problema de que sea a veces es que ellos aprenden que al ir cierta cantidad de veces los van a atender, pero pueden hablar con ellos y explicarles cuáles son las reglas y por qué sí se vale ir. Por eso es importante ser constante. Los que tienen que ser firmes son ustedes, no ellos (DIRECTIVA DIRECTA; CONSTRUCCIONES CONSEJO ESPECIALIZADO).

Mauricio - Sí somos firmes.

Fabiola – No. Todos los días te has metido en la cama de ellos. Tienes que irte antes de que se duerman.

Mauricio - Pero sí les explico que solo me voy a quedar un ratito.

Daniela - Puede estar generando en ellos la necesidad de estar con uds. para poder dormirse.

Fabiola - Pues nada más ese problema tenemos.

En este momento, al observar que la problemática mencionada por Fabiola está más relacionada con cuestiones de paternidad, distinto al motivo de consulta, pregunta por la tarea asignada la sesión anterior.

Daniela - ¿Y cómo les fue con las tortugas? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL; DIRECTIVA DIRECTA: REVISIÓN DE LA TAREA)

Fabiola – Bien. La verdad es que sí hicimos la tarea. Nos da mucho trabajo porque nos estamos acostumbrados a tener reglas y a lo que cada uno debe hacer y se vuelve pleito y cada vez que tocábamos el tema decíamos que no íbamos a pelear, tampoco se nos ocurren las cosas que tiene que hacer cada uno. Empezamos hablando bien y terminamos peleando.

Mauricio - Yo creo que estamos bien en ese lado y no creo que sea necesario que tengamos reglas. Estos 7 años hemos vivido así, y yo estoy conforme, tú estás conforme (ella asiente).

Fabiola - Platicamos de que le haría su tanque afuera a las tortugas y no pasa de este año. Igual hablamos de que no ahorramos. Yo no sé cuánto ahorra él y el sí sabe cuánto ahorro yo, pero no es mucho. Eso hablamos.

Mauricio - De cuidar un poquito más el dinero.

Fabiola - Yo quiero que tengamos proyectos de los dos, de la casa y de cosas así y que los hablemos.

Daniela - ¿Y tú como lo ves Mauricio? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Muy bien. Me parece buena idea porque yo siempre le digo que no sabe cuánto cuesta la vida porque siento que sueña mucho.

Daniela - Para esa parte ¿Crees que funcione mejor que hablen abiertamente de dinero?
(ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL)

Mauricio - Por eso no tengo ningún problema. Lo que pasa es que mi entrada de dinero varía y no sé cuánto gano cada mes y pago todo y se lo he dicho, porque con el dinero ella dispone que tenemos siempre, como para los “XV años” de su sobrina que ella decidió que íbamos a pagar eso y no lo paga ella, lo pago yo.

Fabiola - Ahí es cuando siento que Mauricio aparta las cosas cuando dice “es que yo lo voy a pagar no ella”. Cuando son cosas de su casa...

Mauricio - Porque yo sé que lo tengo.

Fabiola - ¡Ves! A eso me refiero. Como para el cumple de su abuelita, le dije que llevemos música y él me dijo que estaba bien. Obvio yo lo estaba pensando por él. Pero si yo le digo eso, espero que él me diga si puede hacerlo o no porque no sé si tiene o no y no me molestaría que me dijera que no tiene. Cuando hago esas cosas, siento que las decidimos los dos, pero cuando es de mi lado siento “el cortón”.

Mauricio - Pero porque no me preguntas las cosas.

Fabiola - En eso tienes razón, la regué. Pero yo no puedo saber si él tiene o no tiene porque no me lo dice.

Daniela - Bueno, es que se puede hacer esto correctivo o preventivo, por eso les pregunto cómo quieren manejarlas (DIRECTIVA DIRECTA; INTENSIDAD). Porque si solo uno sabe cuánto dinero tienen y el otro ve que pagan cosas y no pasa nada, asume que tiene dinero. Puede ser que cada vez que vayamos a hacer un gasto lo consultamos o podríamos decir como el aproximado con el que se cuenta para ciertos gastos (DIRECTIVA DIRECTA; CONSTRUCCIONES: CONSEJO ESPECIALIZADO).

En este momento, la conversación se centra más en el manejo de las finanzas como parte de la técnica Enfoque y para establecer algún acuerdo con la intención de alcanzar el objetivo 2 del programa: fortalecer el subsistema de pareja por medio del establecimiento de límites.

Mauricio - Es que eso no lo puedo decir porque hoy puedo tener y mañana, ni un peso.

Daniela - ¿Y no tienes ahorro?

Mauricio – No.

Daniela - Eso lo hace más peligroso porque no puedes tomar de un lugar y luego reponer. Bueno, hay una entrada de dinero que sí tienes fija y lo que se sugiere en estos casos es que los gastos fijos salgan del sueldo fijo, todo lo necesario y los lujos que salgan del otro.

Mauricio - Si junto todos los gastos fijos, con mi sueldo no me da.

Daniela - También muy peligroso. Imagina que no ganes nada en un mes. ¿Qué haces? ¿Qué has hecho? ¿Te ha pasado? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL)

Mauricio - Pues lo que hago es pedirle a mi mamá que me aguante para pagar la casa y el coche porque a ella le descuentan de su tarjeta.

Daniela - ¿Eso no le afecta a tu mamá?

Mauricio – No. Sí nos puede esperar unos días.

Daniela - Bueno, ¿cómo programamos los gastos de tal manera que alcance el dinero? ¿Se pasan mucho los gastos fijos? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA LINEAL)

Mauricio – Sí.

Daniela - ¿Sabes el promedio de lo que ganas particular?

Mauricio - Como 10.

Daniela - ¿Y lo máximo?

Mauricio - Como 20.

Daniela - Entonces podemos ajustarnos a lo mínimo que ganas en un mes.

Mauricio - Pero sí varía.

Daniela - Entonces no es lo mínimo que ganas 10.

Mauricio – No.

Daniela - ¿Puede ser cero?

Mauricio - No, pero como 3.

Daniela – Ok. Para estas cosas vale la pena tener un registro y poder prevenir. Los entendemos porque a nosotros nos pasa lo mismo. La entrada que tenemos no es fija y tenemos que calcular nuestros pagos. Hay varias opciones: reducimos los gastos a lo fijo más dos, que es menos de lo mínimo, y nos ajustamos a eso y dejamos lo demás para lujos (CONSTRUCCIONES: CONSEJO ESPECIALIZADO; DIRECTIVA DIRECTA). Fabiola, veo que te estás mordiendo la lengua. ¿Qué quieres decir? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA CIRCULAR)

Fabiola - Es que sí no sé cuánto dinero tiene, pero veo que nos damos muchos lujos, pero también porque al niño no le gusta ahorrar y no va a ningún lugar en promoción y eso me hace entender que hay el dinero.

Mauricio - Es que sabe que no me gusta ir al cine normal.

Fabiola - Hay muchos ejemplos, pero no vale la pena entrar a eso. Pero, por ejemplo, él sabe dónde tengo el dinero, en qué banco y hasta le digo para qué quiere que lo usemos, porque quiero que lo usemos para los dos, pero cuando se trata de compartir esas cosas, siento que divide y que él decide porque él lo gana y es lo que a mí me gustaría cambiar. No estamos mal ni peleamos por eso, pero me gustaría que fuera diferente. Por ejemplo, el colchón salió de mi dinero y está bien, cuando no tiene él para mí, no hay problema. No me gusta que haga ese corte porque siento que es solo porque él lo gana, pero si le pagáramos a alguien por todo lo

que yo hago, sería un montón. Si me pagara por eso, sería millonaria, pero él no lo piensa y ha empezado a ser así y cuando él dice que no sé lo que cuesta, está loco. ¡Claro que sé lo que cuesta! Él es el primero al que “se le va el avión” y sale y ni ve precios cuando compra.

Daniela - ¿Tú que sientes Mauricio? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA CIRCULAR)

Mauricio - Pues siento que está molesta, pero te voy a dar dos ejemplos de esta semana. Le di dinero para su coche y lo usó para comprar lo de su dieta y le dije que le había dado ese dinero para el coche.

Fabiola - Es que yo al día siguiente iba a ir al “súper” y la gasolina no urgía. Él es muy cuadrado porque no le puedo decir que hice al revés las cosas, para él está mal. De todas maneras me iba a dar el dinero del “súper” cuando se lo pidiera y le avise y le dije cuanto fue.

Mauricio - ¿Pero y si no tengo para lo otro? Siempre hace lo mismo.

En este momento, se percibe que el tema del dinero está relacionado con una lucha por el poder, por lo que las intervenciones comienza a perseguir el objetivo 3: desarrollar pautas de comunicación que mantengan la congruencia jerárquica.

Daniela - ¿Funcionaria mejor si ella te dijera en que lo va a gastar antes de que lo haga? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA REFLEXIVA CON UNA SUGERENCIA EXPLÍCITA)

Mauricio - Yo creo que sí.

Fabiola - Pero si le dije que lo use para eso.

Daniela - Tú misma dijiste que él es cuadrado. Por eso es diferente que se lo digas cuando lo has hecho a cuando no lo has hecho aún (DIRECTIVA DIRECTA; LADOS FUERTES: ALTERNATIVAS DE INTERACCIÓN).

Fabiola - Hasta le doy las notas y todo.

Daniela - ¿Él te las pide o tú se las das? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIONES)

Fabiola - Yo se las doy porque siento que piensa que le robo.

Mauricio - Es que así es con la familia de ella. No les puedes decir nada de dinero porque enseguida piensan que desconfías de ellos.

Manuel - Pero entiendo que en tu caso es más por participar en la toma de decisiones, ¿no? (DIRECTIVA DIRECTA; ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIONES)

Mauricio - A mí me gusta saber en qué me gasté mi dinero.

Manuel - Pero por eso sería diferente que ella te lo diga antes ¿no? (DIRECTIVA DIRECTA; ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA REFLEXIVA QUE CLARIFICA DISTINCIONES)

Mauricio - Eso sí.

En este momento, al observar una dificultad para llegar a un acuerdo y con la intención de evitar la secuencia sintomática, se utiliza la técnica CAMBIO DE DIRECCIÓN y la conversación se enfoca a hablar de los logros obtenidos por ellos durante la semana y a felicitarlos por el cumplimiento de la asignación.

Manuel - A mí me pareció maravilloso que tuvieran esa oportunidad de platicar y que, aunque no hicieron las reglas, decidieron que no necesitaban tenerlas y el que no hayan traído lo que les dijimos es maravilloso, porque es como ustedes funcionan y es como pareja les va bien y la diferencia es que no la hicieron porque lo hablaron y decidieron cómo lo iban a hacer y están de acuerdo en ello y era de las cosas que queríamos lograr en función de la comunicación y también me parece muy padre cómo nos platicaron que, aunque hubieron estas discusiones, se les ve bien (REDEFINICIÓN, CONNOTACIÓN POSITIVA; LADOS FUERTES). Estos conflictos pequeños ya no afectan entre ustedes y se vio mucho cómo ahora estuviste mordiéndote la lengua y se ve el esfuerzo que estas poniendo (ELOGIO).

Fabiola - Yo creo que los dos estamos poniendo de nuestra parte, de tener detalles el uno con el otro, de platicar las cosas que no nos gustan, de consentir al otro cuando está molesto para que se le pase más rápido y lo he sentido mucho de él e imagino que él lo ha sentido de mí. Ahora ya pienso que es una pendejada, que no vale la pena y me acerco a él y platico y se ha dado en todas las cosas que nos molestaban. Veo que igual se ve en los niños porque se les ve más seguros y les va mejor en la escuela porque, aunque nosotros según teníamos cuidado, veo que ellos sí se daban cuenta. Lo noto en la forma de comer, han estado comiendo mejor y llegando contentos de la escuela, habían dejado de comer. Creo que sí se daban cuenta y yo no sé qué caras ponía o cómo me comportaba, pero creo que notan la diferencia, hay menos gritos y menos estrés.

Manuel - Esos son muy buenos indicadores de cómo esa mejoría en la comunicación está haciendo que estén mejor como pareja (DIRECTIVA DIRECTA; REDEFINICIÓN) y se ve que se esfuerzan porque ese núcleo de pareja este cuidado (CONNOTACIÓN POSITIVA, ELOGIO) y que con eso de las tortugas, creo que si no lo experimentaban no iban a llegar al acuerdo que llegaron ahora (CONNOTACIÓN POSITIVA).

Mauricio - Antes lo de las tortugas era jardín interno o no era nada, pero ahora es diferente.

Manuel - Y es eso, es una tercera opción, que no es la de Fabiola ni la de Mauricio, es la de los dos, pero si no se daban la oportunidad de hacerlo, no iban a poder llegar a esto (LADOS FUERTES: ALTERNATIVAS DE DIRECCIÓN, REDEFINICIÓN) y que siguiendo esta metodología de cómo hacer las cosas, nosotros, en la parte financiera creemos que tiene que ver con cómo están como pareja (DIRECTIVA DIRECTA; METÁFORA) porque en tu caso Mauricio, suena a que lo que Fabiola dice es lo que se tiene que hacer y ella hace las cosas sin preguntar y, a la vez, ese mensaje de “yo lo pago” da esa impresión de que no es de los dos y que hay que recordar que antes los dos eran proveedores, pero juntos decidieron que Fabiola se quedara a cuidar a los niños y que como ustedes buscan lograr estar unidos como pareja, ambas cosas no dan ese mensaje y lo que podrían hacer es platicar como quieren manejar los gastos (DIRECTIVA DIRECTA, REDEFINICIÓN).

Fabiola - La verdad, dentro de lo que hemos hablado, creo que estuvo mal lo que hice de decidir con mi sobrina, pero sí lo tomé en cuenta aunque no lo hablé con él, porque el “Luz y Sonido” cuesta 10 y yo le dije a mi hermana que la podíamos apoyar con 4, pero también él ha hecho que yo termine tomando las decisiones porque no me dice nada y cuando le pregunto, me dice “no sé, como tú veas” y eso me confunde y aunque ya lo hablamos, sí me ha dado trabajo porque ya me acostumbré a que sea así.

<p>En este momento, la conversación retoma la intención de establecer algún acuerdo en cuanto al manejo de las finanzas. Asimismo, se busca sensibilizar a la pareja de la importancia de establecer acuerdos en otros aspectos.</p>
--

Daniela - Igual y serviría clasificar qué cosas se deciden en conjunto y qué cosas podemos decidir solos, para que no haya problema (DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Igual y podría ser qué cantidad o qué situación.

Daniela - El chiste es tener acuerdos donde los dos nos sintamos tomados en cuenta porque me parece que es el mensaje que ambos están mandando (DIRECTIVA DIRECTA).

Fabiola - Pero igual hemos hecho otras cosas, como que mi cuñada me dijo que se estaba enfermado mucho la niña y me insinuó que se la cuidara, pero no le dije nada. Igual y si me lo hubiera preguntado, no hubiera sabido cómo decirle no. Igual y le hubiera dicho que lo consultaba con Mauricio. Yo por eso dejé de trabajar porque mi hijo se enfermaba mucho, pero sí me da pena con ella.

Daniela - Piensa cómo ustedes resolvieron cuando les paso eso. Tal vez te funcione mejor verlo como “un ayudarla a que crezca” (DIRECTIVA DIRECTA, REDEFINICIÓN, CONSTRUCCIONES: CONSEJO ESPECIALIZADO)

Fabiola - Sí, es que la han mal acostumbrado.

Mauricio - Siempre la han tratado así mis papás, como que le resuelven todo.

Fabiola - Igual el problema es que cuando le dices no a ella, ofendes también a mi suegra.

Daniela - ¿Y eso problema de quien es, Fabiola? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA ESTRATÉGICA)

Fabiola - Pues de ellas.

<p>En este momento, con la intención de cumplir con el segundo objetivo de Fortalecer el subsistema de pareja estableciendo límites con la familia extensa, se hace hincapié en que Fabiola evite formar alianzas con su suegra y su cuñada.</p>
--

Daniela - Hay que encontrar la manera de no participar en esto (DIRECTIVA DIRECTA).

Manuel - Eso no es ser mal hermano, ni mala cuñada, ni mala nuera (FRONTERAS: DISTANCIA PSICOLÓGICA, INTENSIDAD: REPETICIÓN DEL MENSAJE Y RESISTENCIA A LA PRESIÓN DE LA FAMILIA; CONSTRUCCIONES: VERDADES FAMILIARES).

Fabiola - Es que mi suegra sí lo toma a mal y hasta le dice que tiene celos de Adriana y que no la quiere y se pone a decir cosas así.

Mauricio - Yo ni le hago caso cuando dice esas cosas.

Fabiola - A mí sí me angustia que se sienta así.

El siguiente párrafo es ilustra la técnica INTENSIDAD: REPETICIÓN DEL MENSAJE.
--

Daniela - Es que se lo puedes decir Fabiola, pero es como con los niños, si a veces le digo que sí y a veces que no, siempre lo va a hacer (CONSTRUCCIONES: CONSEJO ESPECIALIZADO). No tenemos que participar en ese juego si no queremos (DIRECTIVA DIRECTA) y así como eres firme con tus hijos, puedes ser firme con ellas (LADOS FUERTES). Y que creo que lo importante Fabiola es que logres quitar esa culpa que sientes cuando no puedes o no quieres hacer esas cosas (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES: CONSEJO ESPECIALIZADO) y no es que dejemos de dar, es que demos porque queremos no porque tenemos qué (DIRECTIVA DIRECTA, CONSTRUCCIONES: CONSEJO ESPECIALIZADO).

Fabiola - A mí lo que me da mucho trabajo es mi suegra. Me parte el alma, pero ya entendí que no le hace bien a ella que yo lo haga aunque creo que lo hago por agradecimiento.

Daniela - ¿Qué otras formas hay para agradecer? (ENTREVISTA CIRCULAR: PREGUNTA REFLEXIVA CON SUGERENCIA IMPLÍCITA, PREGUNTA ESTRATÉGICA; LADOS FUERTES: ALTERNATIVAS DE INTERACCIÓN)

Fabiola - Pues siempre la he tratado bien.

Daniela - Entonces eres agradecida, no sientas que no lo eres (DIRECTIVA DIRECTA; REDEFINICIÓN). Pero bueno, se nos acaba el tiempo, pero volviendo a la parte de su economía, como les dijo Manuel, lleguen a sus propios acuerdos y platicuen sobre cómo quieren manejarlo, porque al final lo que les decimos aquí son solo sugerencias de cómo pueden manejarse las cosas (DIRECTIVA DIRECTA).

Manuel – Claro. Lo importante de las decisiones es que sean entre los dos y ahora hay que hacer cosas de manera en la que el otro se sienta considerado y ha habido ejemplos donde lo han hecho y con eso se logran cosas buenas porque como pareja nos quedamos más unidos y más sólidos (DIRECTIVA DIRECTA, ELOGIO, CONSTRUCCIONES: CONSEJO ESPECIALIZADO). Yo me quedé con las ganas de contarles la experiencia de una pareja que lleva muchos años juntos y de cómo han manejado sus finanzas, pero podemos dejarlo para la próxima sesión y de ahí ustedes pueden tomar ideas de cómo poder manejar sus propias finanzas. Pero, en teoría, la próxima sesión es la última y quisiéramos saber si para ustedes hace falta algo más.

Daniela - Pueden platicarlo y decidir si quieren que sea la última la siguiente porque, si necesitan algo más podemos platicarlo también.

Ambos - Pues lo platicamos y lo decidimos.

Capítulo 4. Evaluación de los Efectos

4.1 Resultado de la aplicación de instrumentos.

Como parte del proceso psicoterapéutico, se consideró importante no solo evaluar los resultados obtenidos por el programa de intervención, por medio de cambios en la conducta de Mauricio y Fabiola, y con ello confirmar que los objetivos de este programa se hayan cumplido, sino también conocer la percepción de la pareja sobre dos aspectos: los efectos del programa de intervención en sí, y los efectos de que todo el proceso psicoterapéutico se haya dado en una modalidad de coterapia. Para ello se diseñó un guión de entrevista semiestructurada con nueve preguntas abiertas (Ver Apéndice C), el cual se utilizó en la última sesión. A su vez, conocer dichas percepciones cumplió tres finalidades: como técnica de intervención psicoterapéutica para prevenir recaídas y mantener los cambios alcanzados, como retroalimentación para los coterapeutas sobre su desempeño profesional y como técnica de investigación para conocer los beneficios de la coterapia como forma de intervención, así como su influencia en los alcances de los objetivos. A continuación se presentan los resultados de la entrevista.

Sesión 11. Participantes: Mauricio, Fabiola, Daniela y Manuel.

La sesión comienza hablándose de cómo estuvieron las pasadas dos semanas y ellos comentan que han tenido muy buenas dos semanas.

Manuel - Pues como les comentamos la sesión pasada, si no ha pasado algo extraordinario desde la última sesión que consideraran urgente de tratar o no hubiese algo más en particular que ustedes desearan trabajar, esta sería la última sesión. Desde hace unas sesiones que nos estamos preparando para cerrar, por eso fuimos espaciando las sesiones, para hacer este cierre.

Solo queda pendiente la evaluación del proceso y hablar de los aprendizajes que tuvieron a lo largo de estas 11 sesiones y así rescatar las cosas que hay que tener pendientes para cuando haya un problema y puedan volver a aplicarlas cuando se necesite. Eso no está peleado con que volvieran en cualquier momento que lo necesiten, pero la idea es que se vayan hoy con nuevas habilidades para enfrentar las cosas y también queremos que nos ayuden a evaluar nuestro desempeño y el que hayamos sido dos personas. Dicho esto, ¿ha pasado algo en estos 15 días que quieran comentar?

Fabiola - Para nada, ni nos hemos peleado, hemos estado súper amorosos. Muy bien.

Daniela - ¿Se imaginaron que así iba a ser cuando terminaran con la terapia?

Fabiola – La verdad no. *Yo sinceramente pensé que solo íbamos a venir a terminar bien, para que no hubiera mucho pleito en la separación. Yo sentía que Mauricio no me quería y pensé que viniendo se iba a dar cuenta, porque él me decía que no, pero yo lo veía en sus actitudes. Igual era una persona muy cerrada, que no hablaba y eso me preocupaba mucho. Creí que nos iban a ayudar a terminar como amigos, pero no fue así, y me encanta que no lo haya sido. Pero, la verdad es que si vine muy mal. No sé él, pero yo sí.*

Manuel - Tu Mauricio, ¿tenías alguna idea de cuando Fabiola te dijo que vinieran?

Mauricio - *Al principio no quería. No soy muy afecto a hablar de mis problemas. Yo sí venía con intención de solucionar y que nos dijeran en que podíamos mejorar.*

Manuel - ¿Recuerdan, cuando iniciamos, cuáles eran las metas que querían alcanzar?

Fabiola - Yo no.

Mauricio - Ni yo.

Manuel - Esto es importante porque es lo inicial que uno dice, pero fueron saliendo otras cosas en el transcurso. Inicialmente, mencionaron que venían porque Fabiola notabas a Mauricio distante y que te ponía como “plato de segunda mesa” y que pasaba mucho tiempo en el

celular y tú, Mauricio, mencionaste que eso sí estaba pasando, pero que no sabías por qué sucedía y tú explicaste que eso (los problemas entre ustedes) comenzó mucho antes, no hace 6 meses como sentía Fabiola. Lo que dijeron que querían conseguir era solucionar las salidas de Mauricio, Fabiola, y la comunicación, Mauricio. Por tanto, como parte de la evaluación, nos gustaría saber a la fecha de hoy **¿qué cambios pueden observar, qué se daba antes y ahora no se da o qué cosas han comenzado a pasar?, ¿qué es diferente?**

Fabiola - Mira, Mauricio sigue metido en su celular, pero es diferente porque puedo voltear a ver y él no esconde su cel. Antes de venir, él dormía con el celular en los pies para que yo no lo tocara. Obviamente hubo un cambio en mí para que dejara de pasar eso. Yo le dejé de dar importancia al celular y no lo volví a tocar y respeté eso que él quería que no hiciera. Creo que ya no se siente presionado y yo ya me siento más segura. Ya no le tengo desconfianza, me he relajado de ese lado. En cuanto a sentirme plato de segunda mesa, yo sentía que antes a Mauricio no le importaba y que tenía otras cosas en primer lugar y que ahora ya no. *Yo siento que recuperé a mi esposo*. Si hablas del Mauricio de hace seis meses, es otro. Platicamos en la noche, jugamos y hacemos “desmadre” nosotros dos, tenemos planes a futuro, hablamos de los niños... otra cosa. Totalmente otra cosa. Él la verdad ha puesto mucho de su parte y me lo hace saber. A veces me escribe en el “Facebook” y me etiqueta, cosas así que ya no pasaban entre nosotros.

Manuel - Creo que eso que mencionaste Fabiola es muy importante, que a veces no es necesario cambiar la acción sino lo que representa, como pasó con el celular. Entiendo que con estas actitudes se recuperó la confianza y que eso permite que Mauricio ya use su celular sin esconderlo. Esto me parece una señal de unión o confianza y ¡qué lindo que digas “recuperar a tu esposo”! porque eso muestra mucho de los cambios que se dieron. **En tu caso Mauricio, ¿qué notas diferente?**

Mauricio - La confianza que ya siento de Fabiola. El carácter de ella, no tanto, pero ya le bajó, ya se controla demasiado. En esos pleitos que teníamos ya se controla, lo piensa antes de pelear. Sí todavía discutimos de algunas cosas, pero ahora ella admite cuando está mal algo que hizo, antes no lo hacía y ahora lo expresa. Como el otro día que estaba de malas, me dijo que la disculpara, que amaneció de mal humor y me pidió disculpas,

Fabiola - ¡Es que te transformas! Esa desconfianza transforma. Yo ya lo acosaba y lo perseguía y eso no me gustaba ser. Igual me siento bien y más tranquila de no ser así, yo sentía que me estaba volviendo loca y me estaba enfermado.

Daniela - Entonces, de alguna manera, ¿Mauricio igual recuperó a su esposa?

Fabiola - Yo creo que sí, porque ha pasado que llega del futbol y no me avisa que se iba a quedar y todavía entra un poco temeroso, pero, cuando me ve de buenas, se le pasa.

Manuel - Qué padre que hayan logrado vencer esa desconfianza. Esto no fue gratis. Ustedes hicieron muchas cosas para que esto se diera. No sé si lo notan y si pueden decir **qué cosas hicieron para que esta desconfianza dejara de entrar entre ustedes como pareja y cómo la logaron vencer.**

Mauricio – *Hablar.*

Fabiola - *Hablar* y poner de nuestra parte los dos, que los dos quisiéramos estar juntos. Creo que se fue dando desde la vez que terminé mal que creo que tocamos fondo y que fue “o terminamos o lo rescatamos ya bien” y a partir de eso comenzaron los cambios y sin decirnos nada cada quien pensó que había que ponerle ganas. Desde el día siguiente, comenzaron a cambiar las cosas y como que todo lo que yo había dicho que quería él lo comenzó a hacer conmigo, comenzó a ser más cariñoso, más amoroso, a preocuparse por mí y así lo sentí, como que todo lo empezó a tomar en cuenta. Yo también hice mi parte, pero sin hablar pensamos lo mismo, como siempre nos pasa.

Manuel - **Para ti Mauricio, ¿qué fue lo que hiciste para que se dieran esos logros?**

Mauricio - Muy parecido. Comenzamos a *hablar más*, nos dijimos las cosas que nos molestaban del otro y comenzó a mejorar todo.

Daniela - **¿Cómo es que esta vez sí se escucharon?** Porque se habían dicho estas cosas antes, pero no se hacían. **¿Qué hizo que esta vez sí se escucharan?**

Mauricio - *Yo creo que haber tocado fondo.*

Fabiola - Es que salíamos a comer y cada quien por su lado, como dos desconocidos. Eso me daba tristeza y me ponía a pensar que esto ya se “había ido a la chingada”. Solo salíamos para que los niños se divirtieran y nos sentábamos a esperar, él en su celular y yo viendo la televisión, y me molestaba la impotencia. Ahora salimos y estamos hablando y hablando y criticando y riéndonos, salimos a divertirnos y además llevamos a los niños y es demasiada la diferencia, ¡mucho, mucha, mucha!

Manuel - Eso es igual de los logros que han conseguido ¿no? Estar en pareja, estar relajados y entiendo que parte de las cosas que sienten que hicieron fue hablar, escuchar y, a partir del día que tocaron fondo, hicieron y estuvieron en disposición de hacer lo que pedía el otro, hicieron las cosas más fundamentales. **Mauricio, ¿qué tanto dirías que influyó el temperamento de Fabiola y que pidiera disculpas en lo que tú estás haciendo?**

Mauricio - *Mucho*, ella casi nunca se disculpaba ni admitía que tenía la culpa. *Ya no grita tanto y siento que tuvo mucho que ver.*

Manuel - Esto lo recalco porque quiero ser enfático en las cosas que funcionaron para que las puedan mantener. Y en función de esto, **¿qué aprendieron de ustedes como pareja?**

Fabiola - *A dialogar, escucharnos, respetarnos.*

Mauricio - *A valorarnos.*

Fabiola - *Valorar el tiempo que pasamos juntos, disfrutarnos.*

Manuel - Si vieran a una pareja como ustedes ¿qué dirían de cómo son ellos como pareja? ¿Cómo los describirían?

Fabiola - Creo que somos buenos amigos antes que nada. Yo soy la que dice todo lo que siento y a veces lo que él siente, porque lo conozco tan bien. Es padre porque siento que es como mi otra mitad. En verdad empezamos como amigos y yo era muy feliz con Mauricio porque toda la vida me hizo reír, nos disfrutamos mucho como novios, salíamos y disfrutábamos cada momento solos y no necesitábamos a nadie para ser felices, es lo que más me gustaba de Mauricio, además de que me hizo ver cosas de mí que estaban mal y me ayudó a corregirlas y sé que lo que siento con él no lo voy a sentir con nadie más. Antes que nada somos amigos y luego vino todo lo demás. Ambos somos buenos padres y nos preocupamos por nuestros hijos. Eso no cambió porque siempre fue un papá responsable y que se preocupa por ellos, es buen hermano. Yo igual. Es buen hijo y yo igual.

Mauricio - Yo creo que somos buena pareja. Cuando un amigo nos pidió que seamos compadres nos dijo que somos una pareja muy sólida y creo que eso reflejamos y eso que fue cuando no estábamos muy bien.

Daniela - Eso habla muy bien de ustedes, que hasta en los peores momentos dejan las cosas adentro del matrimonio.

Fabiola - Nunca hemos querido ser así. Prefiero que nos vayamos antes de que nos peleemos delante de nadie.

Daniela - Eso también habla de cómo no hablan mal del otro, porque eso también va generando una imagen en los demás y vernos en el reflejo de cómo nos ven nos ayuda a ver lo que sí funciona porque estaban haciendo cosas que estaban funcionando y las siguen haciendo.

Manuel - Y que, de hecho, creo que es importante que recalquemos esto porque, si no lo mencionaron como algo importante, sí lo es porque los amigos no se destruyen, se cuidan y

eso lo han hecho todo el tiempo y que son cosas que han ayudado a que se mantengan bien como pareja y que el amor que se tienen siempre fue mayor a cualquier problema que tuvieran. Y que ser amigos es algo muy importante porque no es una palabra que dicen a la ligera porque son amigos no solo para divertirse, sino para cuidarse también. Continuando con la evaluación del proceso, **¿qué creen que deben hacer para mantener los resultados y se mantenga lo que han obtenido?**

Mauricio - *Seguir comunicándonos*; antes de que se compliquen las cosas, hablarlas desde antes.

Fabiola - Creo que también no olvidarnos de que ser esposos y vivir juntos no es algo de flojera, sino que seguir llevando esa chispita de novios y que pasarnos a nuestro cuarto fue de lo mejor que hemos hecho, igual salir más solos. En que empezamos a venir, comenzamos a salir. Si está pasando algo, hablarlo y el otro escuchar y creo que eso nos ayudaría y nos está ayudando y quiero seguir así por mucho tiempo, por él, por mis hijos y por el bien de nuestra familia.

Manuel - Qué bueno que lo mencionan porque esto siempre es a futuro. Nunca está de más planear y anticipar y estas son las pautas, el manual de operaciones para un matrimonio exitoso. Y pensando a futuro **¿cuáles creen que son las amenazas a las que se pueden enfrentar en un futuro?**

Fabiola - Yo ya lo había pensado. Él es libre de hacer lo que quiera, pero he sentido que está tomando de más. Siento que eso me está dando miedito y si ya se lo platicué. No quiero que por mi culpa le pase eso, porque siento que si yo no le digo nada también es mi culpa. Como que ese podría ser nuestro pleito “aurita”, pero creo que él siente que estoy exagerando.

Mauricio - Yo siento que sí exagera.

Daniela - **¿Qué herramientas tienen ahora para solucionar este tipo de problemas?**

Fabiola - Yo lo que hice fue hablar con él y decirle mi preocupación, que siento que es por su salud.

*Manuel - Y que esto de la comunicación, que mencionan que ha funcionado, puede ayudarles a resolver esto cuando se presente y que ya lo están atendiendo ahora antes de que sea algo que en verdad preocupe. Y para concluir, quisiéramos preguntarles sobre lo que tiene que ver con nuestra forma de trabajar: **¿Cómo se sintieron al ser atendidos por dos personas, una pareja?***

Fabiola - Como en confianza, comprendida desde el principio. Al saber que eran pareja sentía que comprendían de lo que hablaba. También siento que Mauricio no se siente solo porque estás tú (refiriéndose a Manuel) y yo también siento lo mismo. Siento que me siento comprendida con Daniela, a ser comprendida. De que como pareja han pasado por problemas y eso no nos hacía sentirnos como extraterrestres, eso fue lo que me gustó.

*Manuel - **Tú, Fabiola, que ya habías tenido una experiencia con otra persona ¿Cómo lo viste?***

*Fabiola - No sé. Fue diferente porque hasta el tono de voz es como que relajado, neutro, el idioma que hablamos. *Que a mí de repente se me escapaba una mala palabra y a Daniela igual, eso fue padrísimo, como “¡wow!”*. Siento que estoy platicando con un amigo, pero que en verdad te entiende, me sentí escuchada y esa parte también me gusto, que me sentía como en casa a diferencia de con el psicólogo que fui antes. (Él) Tenía voz fuerte y sentía que me presionaba, no había un saludo cordial ni nada, a él no le pude decir que tenía problemas con mi esposo porque quería salir corriendo, no quiero hablar mal de él, pero siento que no me pudo ayudar y después de eso no quise ir con ningún psicólogo, pero después de platicar con una persona que vino con ustedes me hizo pensar que era buen momento para venir.*

*Manuel - **En tu caso Mauricio, ¿cómo sentiste venir aquí?***

Mauricio - Yo llegue muy desconfiado. No creía en psicólogos, pero el que fueran una pareja me hizo sentir en confianza de hablar de temas que casi no se hablaban. En ningún momento me sentí atacado o que se hiciera equipo de mujeres contra hombres. Siento que Daniela a veces me daba más la razón a mí y ayudaba a Fabiola a ver cómo podía hacer las cosas diferentes y eso generaba más confianza.

Manuel - ¿Ustedes creen que hubiera habido alguna diferencia de que solo fuera un terapeuta?

Ambos - Creo que sí.

Manuel - ¿Cuál creerían que sería?

Mauricio - Creo que la confianza de pensar de que solo los hombres entienden lo de hombres o mujeres de las mujeres.

Fabiola - Creo que yo no hubiera insultado, no me hubiera sentido en confianza.

Manuel - ¿Esto les ayudó a ustedes entonces?

Fabiola - Yo me sentí en confianza desde la primera vez y en las primeras sesiones esperaba ya el venir porque me sentí muy bien aquí.

Manuel - ¿Qué intervenciones recuerdan que hicimos cada uno y que fueron más importantes para ustedes?

Fabiola - Yo recuerdo mucho la primera vez que insulte y volteé a ver a Daniela y ella dijo que podía hablar como me sintiera cómoda y como vio que no insultaba, ella insultó y ya me sentí cómoda de seguir hablando como hablo. Igual recuerdo cuando yo decía algo y Mauricio decía lo contrario tú le decías “no, no eso quiso decir Fabiola”, como que me escuchabas y entendías lo que decía. Igual Daniela lo hizo en algunas ocasiones. Igual la retroalimentación que nos daban me encantaba porque nosotros no siento que veíamos el avance y cualquiera de los dos decía “ya se dieron cuenta que” y eso hacía que “me cayera el

20". Tú recordabas mucho lo que decíamos en otras sesiones, eres mucho de eso, y también me gusta mucho como empiezan que preguntan cómo nos hemos sentido y que se preocuparan por los niños. Eso también está padre.

Mauricio - Para mí, de lo más importante fue la retroalimentación, lo que nos ayudaba a ver cosas buenas o malas que hacíamos como pareja y que para mí fue muy importante y para la relación igual.

Manuel - A veces desde dentro no es tan fácil ver esas cosas.

Mauricio - Igual en que hablamos de lo de mi compadre, el cómo otros te ven te ayuda a ver cosas de ti y eso hacían ustedes.

Fabiola - Igual Daniela se fijaba mucho en nuestra expresión. Recuerdo que una ocasión dijo "¿ya viste la cara que tiene Mauricio?" y lo mostraba. Igual se fijaba en los sentimientos y decía "¿ya viste como se siente Fabiola?" En esa parte que al hablar no se ve mucho, pero ella nos ayudaba a eso. Son esas cosas que nos han encantado y nos ha funcionado, fue un éxito total. Estamos muy agradecidos con ustedes. Nos sentimos muy comprendidos los dos, y siempre me sentí como en casa. Igual me gustó que los dos estuvieran interesados en lo que decíamos que nos escucharan de verdad.

4.2 Cambios registrados

Para poder considerar que el programa de intervención fue exitoso, además de una percepción favorable por parte de los clientes, es importante evaluar que también se hayan cumplido los objetivos establecidos en un inicio y que estos, a su vez, hayan brindado solución al motivo o los motivos de consulta de los clientes, ya que el programa de intervención tiene como meta final darle solución al problema o los problemas que aquejen a la pareja.

Recordando, el presente programa de intervención persiguió tres objetivos principales:

1. Restablecer la congruencia jerárquica en la pareja.
2. Fortalecer el subsistema u holón de pareja conformado por Mauricio y Fabiola a través del establecimiento de límites hacia el exterior con la familia de origen de Mauricio y con sus hijos, así como al interior de la pareja a través de la construcción de una identidad como pareja, favoreciendo espacios de convivencia, diálogo e intimidad entre ellos.
3. Desarrollar pautas diferentes de comunicación e interacción a las utilizadas actualmente por la pareja, que fortalezcan el subsistema, salvaguarden el vínculo de pareja y mantengan la congruencia jerárquica.

Con el cumplimiento de estos objetivos, se esperaba resolver las quejas principales de los clientes con los cuales llegaron en la primera sesión. En el caso de Mauricio y Fabiola, ellos acuden a terapia porque:

- a) En los últimos seis meses, han comenzado a pelear cada vez más frecuentemente, por lo que perciben que su relación no se encuentra bien y han hablado de separación. Esto resulta ser su motivo de consulta.
- b) Por su parte, Fabiola menciona que Mauricio ha dejado de ser atento con ella, ha comenzado a salir con sus amigos con mayor frecuencia y sin ella, ha comenzado a ser más reservado con su celular, pasa más tiempo usándolo, lo mantiene con él y se muestra temeroso de que ella lo revise. Asimismo, siente una gran desconfianza hacia Mauricio, siente que le está mintiendo y con ello la aleja de él.
- c) Por otro lado, Mauricio explica que Fabiola, desde que la conoció y comienzan a tener una relación, tiene un carácter muy fuerte, siente que ella se molesta por cosas mínimas y que pelean por cosas pequeñas. También menciona que cuando ella se molesta es muy grosera, insulta y agrede a los demás, grita e inclusive se “desquita” con los niños,

por lo cual se ha guardado muchas cosas que no le ha dicho a ella de lo que siente, lo que opina, cómo piensa, etc. Mencionó un ejemplo de cuando una noche salió con sus amigos, después de jugar fútbol, y llegó 10 minutos después de la hora que había acordado con Fabiola, ya que ella lo espera, por lo que ella le cerró la puerta con llave y no lo dejó entrar por un rato.

De esta manera, como consecuencia del programa y durante su implementación se obtuvieron cambios en la forma de relacionarse de Mauricio y Fabiola así como en el significado o la interpretación que le atribuían a las acciones que cada uno realizaba, los cuales se mencionan a continuación.

En cuanto al motivo de consulta principal:

- Desde la segunda sesión, los pleitos comenzaron a disminuir gradualmente en frecuencia, así como en intensidad. A partir de la séptima sesión, comenzaron a reportar al inicio de cada sesión que estuvieron muy bien durante el lapso entre sesiones, que discutían poco o nada, “lo normal”, y en la última sesión mencionaron que en el lapso de tres semanas entre la penúltima y última sesión no se habían peleado.
- Pasaron de pelear e ignorarse durante horas o días, yéndose a dormir molestos o de salirse de la casa debido al enojo causado por la discusión a discutir sin pelear, enojándose por menos tiempo, minutos, y a retomar la comunicación, después de calmarse, hablándose de manera cordial “como si no hubiese pasado nada”, “a seguir normal”.
- Comenzaron a responsabilizarse de sus acciones, es decir, a aceptar cuando alguno rompía un acuerdo y comenzaron a ofrecerse disculpas cuando alguno lastimaba al

otro. Asimismo, se comenzaron a mostrar más dispuestos a aceptar sus errores durante las discusiones y a aceptar un punto de vista diferente al suyo.

- Lograron llegar a acuerdos en temas específicos. Por ejemplo, acordaron construir un estanque afuera de su casa para el problema de las tortugas y acordaron rotarse en las tareas de limpiarlas y darles de comer. También acordaron no establecer reglas de convivencia entre ellos, ya que nunca lo habían hecho y eso les había funcionado. Otro acuerdo al que lograron llegar fue al manejo del dinero y sobre el préstamo del mismo a los familiares.
- Encontraron estrategias para llegar a acuerdos y evitar pleitos. Mencionaron como estrategia para resolver un pleito o para llegar a un acuerdo, jugar “piedra, papel o tijera”. De igual forma, aprendieron a identificar cuándo una discusión comienza a convertirse en pleito, amenazando con aparecer de nueva cuenta la Secuencia de la conducta sintomática, deteniéndose antes de que esto suceda.
- Dejaron de hablar de separación y decidieron permanecer juntos. Fabiola lo describe como que “volvieron a ser amigos otra vez” y que tanto él como ella “recuperaron a su esposa y esposo”, respectivamente. Asimismo, recibieron retroalimentación de sus familiares y amigos de que “se ven muy bien”.

En cuanto al motivo expresado inicialmente por Fabiola se obtuvo que:

- Mauricio dejó de salir solo con un amigo suyo conocido por ser “mujeriego”, lo cual era motivo de conflicto entre ellos dos y dejaba intranquila a Fabiola.
- Mauricio comenzó a ser más atento con Fabiola y a sus necesidades, haciendo que se deje de sentir “como plato de segunda mesa”. Ella menciona que él ya “la busca”, le dice “ven te abrazo”; le ha dejado mensajes en *Facebook* o la etiqueta en

publicaciones, lo cual había dejado de suceder; no fue al fútbol en una ocasión para quedarse en la casa y cuidar de Fabiola, a quién le habían hecho una endodoncia, y ocuparse de los niños y de los deberes de la casa que generalmente Fabiola realiza; Mauricio llevó al teatro a Fabiola de manera espontánea, y le preparó café mientras ella hacía el desayuno porque sabe que le gusta.

- En cuanto al uso del celular por parte de Mauricio, Fabiola mencionó que disminuyó el uso un poco, pero que el principal cambio consistió en que él dejó de esconder su celular cuando ella volteaba a ver y o a la hora de dormir. Esto a ella le ha hecho sentir mucha confianza y se siente más tranquila, haciendo que ella deje de intentar revisar el celular y de darle importancia a esta conducta. Mencionó que dejó de molestarle que él lo use.
- Tanto Fabiola como Mauricio mencionaron que él ahora respeta más los horarios y llega a la hora en que acordaron.

Finalmente, en cuanto al motivo expresado por Mauricio, se obtuvo que:

- Fabiola comenzó a controlar más su temperamento, comenzó a contenerse de decir muchas cosas agresivas y de pelearse con él. Como ejemplo de esto ha mencionado que, en algunas ocasiones, él ha llegado un poco más tarde de la hora que había acordado, pero que al llegar a la casa, Fabiola lo ha recibido contenta sin mencionarle nada al respecto. Por su parte, ella mencionó que deliberadamente ha evitado hacer de esto un pleito ya que nota que han disminuidos los retrasos. De igual forma, ha mencionado que en varias ocasiones ha sentido deseos de “mentarle la madre” o “partirle la madre” (lo cual ha sucedido de manera literal), pero se ha contenido.

- Ha comenzado a reconocer cuando ella se equivoca o cuando hace algo que lastima a los demás y ha comenzado a ofrecerle disculpas a Mauricio por ello. Mauricio mencionó como ejemplo un día en el que Fabiola amaneció de mal humor y lo trató muy mal, pero que después ella se dio cuenta, le pidió perdón a él y le explicó que no se sentía bien.
- Evita insultar en la casa frente a los niños. Asimismo, se dio cuenta que se suele “desquitar” con los niños y ha evitado hacerlo desde entonces.
- Mauricio menciona que ella ya grita menos.

Ahora bien, en cuanto a los objetivos del programa de intervención establecidos por los terapeutas, se puede confirmar el cumplimiento de los mismos a través de los cambios registrados en Mauricio y Fabiola ya mencionados. De igual forma, estos cambios en la pareja pueden atribuírsele al cumplimiento satisfactorio de los objetivos del programa.

De esta manera, los cambios registrados en Mauricio y Fabiola que señalan el cumplimiento del primer objetivo del programa, restablecer la congruencia jerárquica, serían los siguientes:

- La disminución de la intensidad de los pleitos así como de la frecuencia con la que se daban.
- Él dejó de esconder su celular cuando ella volteaba a ver y a la hora de dormir, y ella ha dejado de intentar revisarlo.
- Mauricio respeta los horarios en los que acordó llegar y que Fabiola controla su temperamento cuando algo le disgusta.

- Ambos ha comenzado a reconocer cuando alguno de ellos no cumplió con algún acuerdo y a responsabilizarse de sus acciones, ofreciendo una disculpa cuando sea necesario.

Estos cambios son indicadores de una congruencia jerárquica, ya que se observa que han dejado de peleando por el poder, han dejado de relacionarse de una manera simétrica, evitan realizar conductas que inicien la secuencia sintomática, mostrando una actitud más conciliadora por parte de ambos debido a que ambos tienen la misma oportunidad de participar en las decisiones de pareja y los deseos y necesidades de ambos son tomados en cuenta.

En cuanto al segundo objetivo, el fortalecimiento del holón de pareja a través del establecimiento de límites, tanto al interior como al exterior del holón, se puede observar que este objetivo fue cumplido en los siguientes cambios:

- El principal indicador fue que Mauricio y Fabiola dejaron de hablar de separación y decidieron permanecer juntos. Fabiola lo describe como que “volvieron a ser amigos otra vez” y que tanto él como ella “recuperaron a su esposa y esposo”, respectivamente. Asimismo, recibieron retroalimentación de sus familiares y amigos de que “se ven muy bien”.
- Fabiola dejó de cuidar a la sobrina de Mauricio, la hija de Adriana.
- Compraron su cama y ahora duermen en un cuarto diferente separados de los niños.
- En consecuencia de lo anterior, ahora platican en la noche, hablan de planes a futuro y de los niños y juegan entre ellos.
- Fabiola comenzó a salir más con sus amigas y él sale con los niños solo o se queda en la casa con ellos, haciéndose responsable de su cuidado.

- Lograron llegar a acuerdos en temas específicos, como la construcción del estanque para las tortugas y rotarse en las tareas relacionadas con el cuidado de las mismas; el manejo del dinero y el no tener acuerdos de convivencia entre ellos.
- Mauricio dejó de frecuentar a su amigo que era considerado como “mujeriego”.
- Mauricio no fue al fútbol en una ocasión para quedarse en la casa y cuidar de Fabiola después de que se le hizo una endodoncia, ocuparse de los niños y hacer los deberes de la casa que generalmente Fabiola realiza.
- Fabiola comenzó a mantenerse al margen de las conversaciones de la familia de origen de Mauricio, para evitar ponerse en situaciones “comprometedoras”, así como hablar con Mauricio antes de tomar cualquier decisión en relación con las familias de origen de ambos.
- Fabiola comenzó a poner cierta distancia con Adriana y la mamá de Mauricio, para evitar formar coaliciones con ellas en contra de él.

Finalmente, los cambios en Mauricio y Fabiola que señalan el cumplimiento del tercer objetivo del programa, desarrollar pautas diferentes de comunicación que cuiden el vínculo de pareja y mantengan la congruencia jerárquica, sería los siguientes:

- Fabiola comenzó a interpretar las conductas de Mauricio que ella consideraba como de pereza o falta de compromiso como acciones dirigidas a que ella no se estrese ni se meta en problemas, es decir, a cuidarla.
- Mauricio comenzó a tratar de manera más atenta a Fabiola, haciendo cosas por ella que incluso no se platicaron durante las sesiones.
- Ella comenzó a controlar su temperamento y comenzó a moderar la forma en que se dirige a Mauricio o a sus hijos, evitando insultar, gritar o agredir.

- Encontraron estrategias para llegar a acuerdos y evitar pleitos como jugar “piedra, papel o tijera”.
- Aprendieron a identificar cuándo una discusión comienza a convertirse en pleito.

Por último, cabe señalar que algunos de los cambios obtenidos en la forma de relacionarse de Mauricio y Fabiola podrían indicar el cumplimiento de más de un solo objetivo del programa de intervención, ya que éstos se encuentran estrechamente relacionados entre sí. Por ejemplo, el que Fabiola dejara de gritar, insultar y agredir al momento de expresar su inconformidad señala una congruencia jerárquica en la pareja, como a su vez es una pauta de comunicación diferente que ayuda a mantener esta congruencia y ayuda a fortalecer el holón de pareja. También, el que Mauricio fuese más atento con las necesidades de Fabiola, es un indicador de un holón de pareja fortalecido y equilibrado, donde el poder se está compartido y existe congruencia jerárquica, y es una forma de relacionarse que ayuda a mantener la congruencia y a fortalecer a la pareja. De esta forma, podría decirse que para restablecer la congruencia jerárquica fue necesario reestructurar al holón de pareja y desarrollar pautas de comunicación más saludables.

Capítulo 5. Discusión

5.1 Relación intervención – cambios observados

Al revisar los resultados obtenidos durante el programa de intervención y al concluir este, se observa que los objetivos del mismo fueron alcanzados y, a su vez, como resultado, los motivos de consulta de Mauricio y Fabiola fueron atendidos y resueltos, lo cual se discutirá a continuación en este apartado.

Relación entre la Evaluación diagnóstica y el Programa de intervención.

Inicialmente, la pareja acude a terapia porque, en los últimos seis meses, el número de peleas y la intensidad de las mismas habían aumentado, llegando al punto de considerar el divorcio como una opción. Por su parte, Fabiola llega con la principal queja de que Mauricio había dejado de ser atento con ella, había comenzado a salir con sus amigos con mayor frecuencia y sin ella, había comenzado a ser más reservado con su celular, pasando más tiempo usándolo, manteniéndolo con él y se mostraba temeroso de que ella lo revise. Esto la hacía sentir como “plato de segunda mesa” así como con una gran desconfianza hacia Mauricio, como “que le estaba mintiendo” y con ello la alejaba de él. A su vez, Mauricio tenía como principal queja el temperamento de Fabiola, a quien describía con un carácter muy fuerte, que se molestaba por cosas mínimas haciendo que pelearan por cosas pequeñas. Él explicaba que el problema de esto es que, cuando ella se molestaba, se comportaba muy grosera, insultando y agrediendo a los demás, gritando e inclusive “desquitándose” con los niños, por lo cual se había guardado muchas cosas que no le había dicho a ella de lo que siente, lo que opina, cómo piensa, etc.

De esta forma, se conceptualizó el problema de Mauricio y Fabiola como un subsistema u holón de pareja que presentaba límites difusos, tanto hacia al exterior con sus hijos y con la familia de origen de Mauricio, como hacia el interior de la pareja donde los roles, funciones, reglas y expectativas de cada uno quedaban poco claros, así como su identidad como pareja. También se identificó que presentaban una incongruencia jerárquica en su relación, llevándolos a relacionarse de una manera simétrica debido a una lucha por el poder en la relación, siendo este su principal problema y, como resultado de esta lucha y de la ausencia de límites claros en el holón de pareja, se formaba una triangulación entre Mauricio y Fabiola con sus hijos así como con la familia de origen de Mauricio, y una coalición entre Fabiola y Adriana, la hermana menor de Mauricio, en contra de él.

Por tanto, desde esta conceptualización, se consideró que los objetivos principales que el programa de intervención debía de perseguir fuesen los siguientes: 1) restablecer la congruencia jerárquica en la pareja, 2) fortalecer el subsistema u holón de pareja a través del establecimiento de límites, tanto hacia el exterior como al interior de la pareja y 3) desarrollar pautas diferentes de comunicación e interacción que fortalecieran el subsistema, que cuidaran el vínculo de pareja y mantuviesen la congruencia jerárquica.

Relación entre objetivos del Programa de intervención y los Motivos de consulta.

Ahora bien, para que el Programa de intervención fuese realmente efectivo, era necesario que los objetivos del Programa estuviesen directamente relacionados con los motivos de consulta expresados por Mauricio y Fabiola.

El primer objetivo, la congruencia jerárquica, se encuentra relacionado con el motivo de consulta principal y el que llevó a Mauricio y Fabiola a solicitar ayuda: al restablecer el poder y la jerarquía, dejarían de haber pleitos y discusiones. El tercer objetivo, sobre las pautas

diferentes y positivas de comunicación, estaba directamente relacionado con las quejas individuales de Mauricio y Fabiola, ya que ambos deseaban que el otro dejara de hacer aquellas conductas que cada uno interpretaba como agresiones y que desencadenaba la secuencia sintomática y, a la par de que ambos deseaban sentirse queridos, escuchados, respetados. Finalmente, el segundo objetivo, el establecimiento de límites, estaba relacionado con los tres motivos, ya que se refiere al contexto en el que vive la pareja y está dirigido a reducir aquellas interferencias, tanto exteriores como interiores, que afectan la dinámica de pareja y que dificultaban la comunicación.

De esta forma, los objetivos del Programa de intervención quedaron definidos a través de las siguientes acciones en concreto:

1. Para restablecer la congruencia jerárquica, era necesario detener la secuencia sintomática, es decir, que la pareja asumiera la importancia de identificar y detener la secuencia en la que se daban los pleitos, así como la complicidad y responsabilidad de ambos para que esta secuencia se diera y, de esta forma, dejaran de pelear por el poder.
2. Para fortalecer al holón de pareja, era necesario que se establecieran límites al interior y exterior del holón. Esto implicaba que Mauricio y Fabiola durmieran solos, sin sus hijos en su habitación y que, a su vez, sus hijos tuviesen su cuarto. También implicaba que Fabiola dejara de cuidar a su sobrina, la hija de la hermana de Mauricio, por la mañana y tarde, dedicándose a cuidar con mayor soltura a sus hijos, tal y como habían acordado Mauricio y Fabiola previamente. De igual manera, el establecimiento de límites al exterior implicaba que Fabiola consultara la opinión de Mauricio antes de aceptar cualquier compromiso con la familia de él, así como evitar exponer algún tema de la pareja con la familia de Mauricio o de Fabiola. El establecimiento de límites al interior de la pareja se traducían en que tanto Fabiola como Mauricio tuvieran claras sus

funciones y expectativas del otro en la pareja, es decir, que supieran que esperaba uno del otro como esposo o esposa, que tuvieran acuerdos en cuanto a los roles o papeles a desempeñar por cada uno y una división clara de las tareas del hogar.

3. Desarrollar pautas diferentes de comunicación implicaba que aprendieran a comunicarse de una manera cordial y respetuosa, evitando insultarse, levantar la voz, controlar su temperamento; que incluyeran dentro de su repertorio de conductas el reconocer cuando uno no haya cumplido con algún acuerdo, pedirse perdón, agradecerse por aquellas acciones o detalles que tuvieran uno con el otro. También implicaba que aprendieran a llegar a acuerdos y que desarrollaran estrategias para alcanzarlos, así como el que recordaran lo que era importante para el otro y procuraran cumplir con respeto y atención estas cosas importantes, tales como detalles, muestras de afecto, abrazos, besos, etc.

Relación entre las intervenciones y los cambios observados.

En cuanto a la relación entre la intervención con los cambios observados, éstos comenzaron a darse después de la primera sesión. En la segunda sesión, se les preguntó sobre los cambios percibidos desde la sesión anterior y Fabiola mencionó que la forma de discutir había cambiado ya que, en sus discusiones, el enojo les había durado poco, minutos, retomando la comunicación, hablándose de manera cordial “como si no hubiese pasado nada”, “a seguir normal”. Ellos explicaron que esto se debió a que la sesión anterior les sirvió de “desahogo”, lo cual hizo que se sintieran mejor y así tener una mejor disposición los siguientes días.

Por su parte, Fabiola sintió que la sesión le fue de utilidad ya que pudo escuchar a Mauricio, puesto que en su casa no habían tenido oportunidad de hablar lo que se habló en

dicha sesión y admitió que desconocía cosas que él dijo, como impresiones, opiniones, actitudes, etc. Ella comenta que esto les ayudó para estar juntos pues ambos se sintieron contentos de descubrir que aún quieren permanecer casados, ya que pensaban que estaban hartos uno del otro. Fabiola también aceptó la posibilidad de que el problema en la comunicación sea en parte su responsabilidad, ya que tiende a cerrarse, a solo ver su punto de vista y esto podía estar generando que Mauricio ya no quisiera hablar con ella, pues él le mencionaba, en repetidas ocasiones, que ella solo quiere ganar y siempre gana. Como se puede observar, estos cambios en la forma de discutir están relacionados con la congruencia jerárquica, ya que describen cómo la secuencia sintomática comenzó a detenerse y Fabiola se dio cuenta de su participación en el mantenimiento del problema. Ellos explican que nuestra intervención como “réferis” les fue de ayuda para detener la secuencia sintomática y así comenzar a restablecer la congruencia jerárquica. Esto puede deberse a que los terapeutas son vistos como expertos y por tanto a ellos se les deposita el poder, evitando que se dé una lucha entre la pareja y ambos tienen la misma jerarquía entre ellos en relación con los terapeutas.

Otro cambio realizado por la pareja desde la segunda sesión, fue que Fabiola dejara de cuidar a la sobrina de Mauricio, la hija de su hermana Adriana, lo cual es un establecimiento de límites al exterior con la familia de origen de Mauricio y lo cual se refiere al segundo objetivo del Programa de intervención. Nuestra intervención fue una directiva directa en la que se le señaló a Fabiola la importancia de que terminara con ese compromiso ya que se observó que estaba afectando al subsistema de pareja. Ella, a su vez, comprendió cómo no establecer este límite afectó a su relación de pareja ya que terminaba cansada después de cuidar a la bebé y a sus dos hijos y quedaba de mal humor para recibir a Mauricio, aumentando las probabilidades de que se desencadenara la secuencia sintomática, sobre todo porque Adriana no respetaba los horarios que habían acordado, lo cual a ambos les molestaba, pues ninguno se consideraba así

y sentían que eso es algo que los ha ayudado a permanecer juntos. Asimismo, se les dio la directiva directa de que Fabiola comenzara a consultar las decisiones referentes a la familia de origen Mauricio con él antes de aceptar algún nuevo compromiso.

En la tercera sesión, ella menciona que ha estado marcando su límite con la familia de Mauricio, evitando hablar o mantenerse al margen en las conversaciones y todo aquello que quisiera decirle a su familia, mejor se lo comenta a él. Por su parte, Mauricio menciona que los cambios que realizó Fabiola le parecieron bien, dejándolo contento. De esta forma, se puede identificar cómo el establecimiento de límites con la familia de origen de Mauricio comenzó a tener un efecto positivo en la pareja, fortaleciendo el subsistema y restableciendo la congruencia jerárquica, ya que Fabiola dejó de pasar por encima de Mauricio, dejó de realizar una coalición en contra de él y comenzó a darle su lugar.

Ahora bien, ya se ha mencionado que una característica del enfoque sistémico es que las intervenciones se dan desde las primeras sesiones, sin necesidad de realizar una evaluación diagnóstica como tal, sino más bien a través de la información obtenida en la misma sesión, pero para fines académicos y de investigación, el proceso terapéutico fue estructurado en fases, correspondiendo las tres primeras sesiones a la fase de Evaluación diagnóstica, aunque no por ello no se dieron intervenciones. De esta forma, a partir de la cuarta sesión se hizo principal hincapié en conseguir los objetivos del programa, priorizando la realización de intervenciones para alcanzar la congruencia jerárquica en particular, a través del cuestionamiento del síntoma y de la estructura que presentaban Mauricio y Fabiola en ese momento. Como resultado, en la quinta sesión se dio uno de los principales cambios y que marcó la pauta de las siguientes sesiones.

En la quinta sesión, Fabiola llegó muy molesta mencionando su frustración, su decepción y su insatisfacción con la forma de comportarse de Mauricio ya que mencionó que

sentía que ella estaba dando de más en la relación y que Mauricio no estaba poniendo por completo de su parte, lo cual la hizo evaluar si seguir o no en la relación. Esto puede explicarse como un intento de mantener la homeostasis del sistema, ya que en la sesión anterior su jerarquía se vio amenazada. Sin embargo, la forma en la que ella se expresó en esta sesión fue diciendo menos demandas o reclamos a Mauricio, señalando menos aquello con lo cual él no estaba cumpliendo y fue más en términos de su sentir, mostrándose vulnerable y dándose una sintonía en la comunicación, pues su forma de expresarse coincidió con el mensaje que quiso decir. Esta diferencia estuvo relacionada con los objetivos 1 y 3, al restablecerse la congruencia jerárquica y utilizar un patrón de comunicación diferente y más positivo. Asimismo, Fabiola explicó en la siguiente sesión que durante todo el camino de regreso a su casa estuvo llorando, sin dirigirse a Mauricio, lo cual también puede entenderse como un cambio en la forma de relacionarse, ya que una forma de comunicar cómo se estaba sintiendo sin que fuese un reclamo y permitiéndole a Mauricio comprender la situación por la que pasaban.

De igual manera, en esta sesión se les señaló la estructura jerárquica que una familia debía de seguir, donde la pareja es primero, luego los hijos y tercero la familia de origen, esto con la intención de alcanzar los objetivos 1 y 2, es decir, de restablecer la estructura jerárquica y establecer límites. En adición, se le explicó a Fabiola cómo ella había contribuido a lo largo de los años de relación a que esta secuencia sintomática se diera, ya que se le recordó que Mauricio había indicado como el inicio de los problemas desde mucho antes del momento que ella había identificado. A su vez, como estrategia para restablecer la congruencia jerárquica, en esta sesión se le dedicó más tiempo a escuchar a Mauricio, invitándolo a que expresara aquello que no había dicho y que explicara cómo él sentía que habían comenzado los problemas. Como resultado, Mauricio explicó cómo sentía que Fabiola tenía el poder en la

relación y cómo él se sentía injustamente evaluado; explicó cómo sentía que era muy difícil complacer a Fabiola y esto lo desmotivaba a cumplir con lo que Fabiola ahora estaba pidiendo. Por otro lado, mencionaron que también ya habían comprado su cama para estar solos en su cuarto y los niños en el suyo.

Como resultado de esta sesión, donde se dieron cambios *in situ* de la secuencia sintomática, así como el cumplimiento de asignaciones previas, en las siguientes sesiones Mauricio y Fabiola comenzaron a reportar cambios positivos en su relación, mencionando que las discusiones cada vez disminuían en frecuencia e intensidad, lo cual permaneció estable a lo largo de todo el proceso restante. Fabiola mencionó que ella comenzó a ser “más tolerante”, es decir, a moderar su temperamento y su forma de dirigirse a los demás, lo cual también percibía Mauricio. Él, por su parte, comenzó a tener más detalles con Fabiola y comenzó a disminuir sus salidas del fútbol. Estos resultados pueden entenderse como cambios claros en la estructura jerárquica alcanzándose congruencia y desarrollando nuevas formas de relacionarse que cuidaran su vínculo de pareja y mantuvieran esta nueva organización. Asimismo, como resultado de dormir sin los niños y de que ellos tengan su propia habitación, Fabiola menciona que esto les ha dado oportunidad de pasar más tiempo juntos, de platicar más, ver series de televisión, dormir abrazados, entre otras cosas, lo cual está relacionado con el cumplimiento del objetivo 2 y 3, establecer límites al exterior con los hijos, lo cual permitió desarrollar espacios para cuidar el holón de pareja.

Finalmente, como se mencionó en la relación entre los objetivos del programa y los motivos de consulta, estas acciones en concreto llevaron a que se resolvieran los motivos de consulta que ambos mencionaron y que evaluaran el proceso terapéutico de la manera en que lo hicieron, señalando que ambos sentían que “había recuperado a su esposo o esposa” y que “volvieron a ser amigos”

La influencia de la Coterapia en el alcance de los objetivos.

Un aspecto muy importante a considerar, tanto en el desarrollo del programa de intervención como en el proceso terapéutico completo, es el uso de la Coterapia donde el proceso fue llevado a cabo por dos terapeutas que participaban al mismo tiempo en las sesiones, cada uno con la responsabilidad de completar ciertas tareas y cumplir con determinadas funciones, pero con la característica de ellos también forman un matrimonio fuera del ámbito profesional, siendo esto el principal aporte de este trabajo. Por tanto, como parte de la fase de evaluación del programa de intervención, era necesario identificar la influencia o contribuciones que tuvo esta forma de terapia en el cumplimiento de los objetivos del mismo.

De acuerdo a la información reportada por Mauricio y Fabiola en la sesión de evaluación, la última del programa de intervención, se pueden identificar varias aportaciones que tuvo la forma de terapia empleada. Inicialmente, la Coterapia ayudó a la formación de la alianza terapéutica, a desarrollar un espacio de confianza para hablar y a conseguir la colaboración de la pareja durante el proceso, facilitando así la tarea de hacer la evaluación diagnóstica y la ejecución de las diferentes técnicas de intervención, pues ambos mencionaron que el ser atendidos por una pareja les generó confianza, les hizo sentirse comprendidos y cómodos para expresarse; los hizo “sentirse como en casa”. También ayudó a que los clientes se sintieran identificados con los terapeutas y a normalizar su situación, reduciendo la tensión inicial o la ansiedad que puede surgir cuando llega con una historia saturada de problemas. En palabras de Fabiola: “también han pasado por problemas y eso no me hacía sentir como extraterrestre”.

De igual forma, la coterapia ayudó a evitar actitudes y prejuicios sexistas, a fomentar confianza y respeto por el sexo opuesto, a romper con estereotipos de género y a fomentar una

mayor equidad de género, por medio del modelamiento. En este sentido, Fabiola mencionó que el poder insultar durante las sesiones le ayudó a sentirse cómoda y mostrarse colaborativa. Sin embargo, para ella esto no hubiese sido posible sin la presencia y el permiso de Daniela, ya que, en cuanto a género, no está permitido que las mujeres insulten en la presencia de un hombre; o al menos no es bien visto. Fue gracias a que Daniela también comenzó a insultar que Fabiola se sintió en libertad de poder hacer. Por su parte, Mauricio mencionó que el que Daniela lo validara o “le diera la razón” lo ayudó a sentirse con la confianza de hablar y expresarse, lo cual a él se le dificulta; le gustó que no se formaran equipos de hombres y mujeres y percibió como una ventaja el que Daniela le pudiese mostrar a Fabiola maneras diferentes en las que puede expresarse como mujer. En adición, Fabiola mencionó como una ventaja la presencia de un terapeuta hombre para que Mauricio no se sintiese solo ni estuviese a la defensiva y a ella le sirvió escuchar retroalimentaciones de un terapeuta hombre para comprender mejor a Mauricio.

Es innegable el peso y la influencia que tienen los roles de género en la manera en que las personas se comportan y se relacionan con los demás, principalmente en culturas como la mexicana o la yucateca, siendo más notoria esta influencia en una relación de pareja. Por tanto, resulta de gran importancia que en la terapia de pareja se consideren y conozcan estos roles o estereotipos, se incluyan en el proceso terapéutico, se hagan explícitos y se pongan sobre la mesa sin juzgarlos o criticarlos, ya sea a estas ideas o a los mismos clientes, cuidando el principio de neutralidad propio de la Entrevista circular, pero a su vez es necesario deconstruirlos para así brindar alternativas a la pareja en la manera en que quieren ser o en la manera de relacionar como personas y como pareja.

Una aportación más de la Coterapia al proceso terapéutico consistió en otorgarle mayor autoridad, credibilidad y respaldo a los terapeutas como expertos, así como a confiar en sus

intervenciones, al ser también un matrimonio, fuera del ámbito profesional, a diferencia de una terapia de pareja conducida por un solo terapeuta. Mauricio y Fabiola se sintieron identificados, mostrándose receptivos a las observaciones que se les hacían. De esta forma, puede considerarse a la Coterapia como una técnica de intervención en sí misma, ya que según la retroalimentación que dieron Mauricio y Fabiola, las aportaciones ya mencionadas mantienen una estrecha relación con las técnicas de Desequilibramiento y Construcciones del Modelo Estructural, puesto ayudó a considerar alternativas en términos de estructura y organización familiar por medio del modelamiento, alternativas en cuanto a roles y estereotipos de género y el consejo profesional era percibido con mayor veracidad.

Asimismo, esta forma de terapia influyó de una manera positiva o facilitadora en el cumplimiento de los objetivos del programa y en la solución del motivo de consulta debido a la manera en que se establecieron los roles y funciones de cada uno de los coterapeutas, ya que Mauricio y Fabiola mencionaron como las intervenciones más significativas realizadas durante el proceso por cada uno de los coterapeutas aquellas que eran propias de esta organización. Por ejemplo, Fabiola señaló como intervenciones de mayor utilidad el que Daniela insultara, que preguntara cómo se sentían al principio y al final de la sesión y que les reflejara sus emociones y sentimientos, así como que Manuel recordara lo que habían dicho en sesiones anteriores. Estas intervenciones están relacionadas con la función de Daniela de conducir la sesión y la de brindar contención emocional, así como la función de registrar lo ocurrido en las sesiones y vincular lo conversado con el motivo de consulta correspondiente a Manuel.

Finalmente, ambos mencionaron que si no hubiese sido por este modelo de Coterapia, no hubiesen asistido en un inicio.

5.2 Comparación cambios observados – literatura sustento

Ahora bien, sobre los cambios observados en Mauricio y Fabiola, estos se encuentran relacionados estrechamente con lo que se puede encontrar en la literatura.

Uno de los principales problemas que se presentaba entre ellos era la incongruencia jerárquica, es decir, donde a una persona se le define como superior e inferior simultáneamente, ya que ésta se da cuando existe un comportamiento sintomático (Madanes, 2007). Asimismo, las jerarquías se refieren a la manera en que se encuentra distribuido el poder, marcando subordinación o supraordinación de un miembro respecto a otro (Desatnik-Miechimsky, 2004); Sánchez-y-Gutiérrez, 2000). En el caso de Mauricio, la incongruencia se daba al ser constantemente exigido, regañado, demandado por Fabiola, siendo tratado como una relación mamá-hijo y él sintiendo que ella tenía más poder en la relación, cuando se espera que este poder sea compartido por ambos, pero también era esperado que él cumpliera sus funciones de esposo, de cuidar, atender, proveer. La conducta sintomática resulta ser la lucha de poder y las constantes peleas entre ellos dos. Por su parte, la incongruencia en Fabiola se daba al esperar ser cuidada y tratada como esposa y ama de casa, donde Mauricio asumiese principalmente la responsabilidad y la iniciativa, pero esta se veía frenada por la forma de dirigirse hacia él, como alguien superior al dirigirse tan firmemente, hablando más en términos de órdenes que de deseos o solicitudes.

Así mismo, la forma sintomática de relacionarse entre Mauricio y Fabiola también puede entenderse como un problema en la comunicación, ya que esta afecta la conducta del otro, implica un compromiso y, por ende, define la relación. La comunicación no solo transmite información, sino que, al mismo tiempo impone conductas (Watzlawick, 1993). Como señala Satir (1986), la comunicación es el factor determinante de las relaciones que una persona establecerá con los demás, y lo que suceda con cada una de ellas en el mundo. La manera

como sobrevive, la forma como desarrolla la intimidad, su productividad, su coherencia, todo depende de las habilidades para la comunicación de una persona.

De hecho, la comunicación es una de las mayores fuentes de problemas en una pareja, así como también lo son las emociones, qué tanto se validan y el grado de tolerancia para expresarlas (Meza-de-Luna, y Romero-Zepeda, 2013). En el caso de Mauricio y Fabiola, era claro que tenían problemas para comunicarse, donde Fabiola se comunicaba de una forma abundante y agresiva y Mauricio, de una manera escasa. Tanto para comunicarse constructivamente como evitar que la comunicación llegue a ser destructiva se necesita del autocontrol, para que cuando la pareja atraviese por una discusión logren identificar y evitar los patrones destructivos así como utilizar los constructivos (Carroll, Hill, Yorgason, Larson & Sandberg, 2013). Es por ello que se estableció como objetivo del programa de intervención restablecer la congruencia jerárquica y desarrollar nuevas pautas de interacción entre Mauricio y Fabiola, formas que cuidasen el vínculo de pareja, así como la jerarquía.

Ahora bien, sobre el autocontrol, las emociones y la forma de comunicarse, Mauricio dejó muy claro desde el inicio del proceso terapéutico la importancia que tenía para él que Fabiola tuviese más presente el moderar su temperamento, ya que para él era la causa principal del problema y era su motivo de consulta. Las personas somos especialmente sensibles ante la expresión de las emociones de los demás, a tal grado que puede llegar a influenciar la forma en la que pensamos y nos comportamos en una relación interpersonal (Sanford & Grace, 2011). El tener una buena habilidad para expresar y contener las emociones ayuda a que, tanto las personas como las parejas, logren tener una mejor calidad en las relaciones. Cuando a una persona se le dificulta la regulación emocional tiende a reaccionar inadecuadamente tanto emocional como conductualmente (Tani, Pascuzzi & Raffagnino, 2015), así como se podía

observar en Fabiola, quien al molestarse, reaccionaba insultando, agrediendo y “desquitándose” con los niños.

Finalmente, en cuanto al segundo objetivo del Programa de intervención, el cual se enfocó al establecimiento de límites, la literatura apoya esta intervención, aun cuando ninguno de los dos lo consideraba necesario. Los Límites determinan el funcionamiento familiar indicándole a cada miembro sus funciones y responsabilidades dentro del sistema, es decir, son las reglas que determinan quiénes participan y de qué manera. Igual, protegen la diferenciación del sistema o subsistema por lo que para tener familias funcionales, los límites deben ser claros, sin llegar a extremos de aglutinamiento o desvinculación, permitiendo contacto entre los miembros de los subsistemas, pero sin interferir en sus funciones (Desatnik-Miechimsky, 2004; Sánchez-y-Gutiérrez, 2000). En el caso de Mauricio y Fabiola, los límites con la familia de origen de Mauricio, así como con sus hijos, se encontraban difusos al igual que hacia el interior de la pareja, ya que ambos entendían que tenía diferentes funciones a las que el otro esperaba. Esto quedó claro en la forma de Fabiola de relacionarse con la familia de origen de Mauricio, donde Fabiola tomaba decisiones y aceptaba compromisos sin consultar con Mauricio, llegando en ocasiones a formar coaliciones en contra de él. Mientras la persona esté más diferenciada de su familia de origen le resultará más fácil adaptarse y tener un mayor repertorio de respuestas ante nuevos contextos (Bowen, 1998). También podía observarse con sus hijos al dormir todos en el mismo cuarto y en la misma cama. Por tanto, al tener el subsistema de pareja y el subsistema filial su habitación correspondiente, se establecieron límites claros y permitió que surgiera un espacio para que Mauricio y Fabiola fortalecieran su relación.

5.3 Sugerencias y Conclusiones

En conclusión, a través del caso de Fabiola y Mauricio se puede comprender la manera en que el establecimiento de límites claros con las familias de origen, el establecimientos de roles y funciones claros en la pareja, la clarificación de las expectativas que tienen cada uno de los miembros respecto al otro, así como una adecuada regulación y una efectiva forma de comunicarse participan en el desarrollo y mantenimiento de una relación de pareja satisfactoria, poniendo en evidencia la importancia de cumplir con estas tareas para llevar una vida en pareja saludable y feliz. Asimismo, puede considerarse al modelo de Coterapia de pareja como una forma efectiva de intervención para resolver un problema de pareja, que promueve la equidad de género en la sociedad y combate las actitudes sexistas, así como un recurso en el que se pueden apoyar otros profesionales.

Por tanto, como sugerencias para futuros trabajos e investigaciones posteriores, sería importante estudiar los alcances que el modelo de Coterapia de pareja pudiese tener en contextos diferentes al presentado en este caso, tales como que la pareja atendida sea homosexual, que los coterapeutas sean una pareja homosexual o que los coterapeutas no fuesen pareja fuera del ámbito profesional, ya que este caso consistió en una pareja de coterapeutas heterosexuales que son un matrimonio fuera del ámbito profesional que atendieron a otra pareja heterosexual y estos resultados no pueden generalizarse a otras situaciones diferentes.

Referencias

1. Armenta-Hurtarte, C., & Díaz-Loving, R. (2008). Comunicación y Satisfacción: Analizando la Interacción de Pareja. *Psicología Iberoamericana*, 16(1), 23-27.
2. Armenta-Hurtarte, C., Sánchez-Aragón, R., & Díaz-Loving, R. (2012). ¿De qué Manera el Contexto Afecta la Satisfacción de la Pareja? *Suma Psicología*, 19(2), 51-62.
3. Baucom, D.H., Epstein, N.B., LaTaillade, J.J & Kirby, J.S. (2008). Cognitive-Behavioral Couple Therapy. En A.S. Gurman (edit.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (pp.31-72). New York: Guilford Press.
4. Boscolo, L., Chechin, G., Hoffman, L., & Penn, P. (2003). *Terapia familiar sistémica de Milán*. Buenos Aires: Amorrortu.
5. Bowen, M. (1998). *De la Familia al Individuo*. México: Paidós.
6. Brown, E. M. (2013). *Patterns Of Infidelity And Their Treatment*. USA: Taylor & Francis.
7. Cade, B y O'Hanlon, W. H. (1995). *Guía Breve de Terapia Breve*. España: Paidós.
8. Canel, A. N. (2013). The Development of the Marital Satisfaction Scale (MSS). *Educational Sciences And Practice*, 13(1), 97-117.
9. Carroll, S., Hill, E., Yorganson, J., Larson, J., & Sandberg, J. (2013). Couple Communication as Mediator Between Work-Family Conflict and Marital Satisfaction. *Contemporary Family*, 35(3), 530-545.
10. Desatnik-Miechimsky, O. (2004). El modelo estructural de Salvador Minuchin. En Eguiluz, L. L. *Terapia Familiar. Su uso hoy en día*. México: Pax.

11. Espinosa-Salcido, M. R. (2004). El modelo de terapia breve: con enfoque en problemas y en soluciones. En Eguiluz, L. L. *Terapia Familiar. Su uso hoy en día*. México: Pax.
12. Fisch, R., Weakland, J. H. y Segal, L. (1984). *La táctica del cambio*. Barcelona: Herder.
13. Galicia-Moyedo, I. X. (2004). Terapia Estratégica. En Eguiluz, L. L. *Terapia Familiar. Su uso hoy en día*. México: Pax.
14. Garrido-Fernández, M. (1996). Género e interacción en la coterapia y el equipo reflexivo. *Revista de Psicoterapia*, 26(27), 87-112.
15. Glass, S. (2003). *Not Just Friends*. New York: Free Press.
16. Gottman, J. & Silver, J. (2012). *What makes love last?* New York: Simon & Schuster.
17. Haley, J. (2008). *Terapia para resolver problemas. Nuevas estrategias para una terapia familiar eficaz*. Argentina: Amorrortu.
18. Leggett, D. G., Beachkofsky, A., & Leggett, J. L. (2014). Ideal Mate Personality Concepts and Marital Satisfaction: Congruence Between Ideal and Real Mate. *Practitioner Scholar: Journal Of Counseling & Professional Psychology*, 3(1), 102-111.
19. Madanes, C. (2007). *Terapia familiar estratégica*. Argentina: Amorrortu.
20. Meza-de-Luna, M. P., & Romero-Zepeda, H. (2013). Areas of Conflict in the Intimate Couple. *TRAMES: A Journal Of The Humanities & Social Sciences*, 17(11), 87-100.
21. Minuchin, S. y Fishman, H. Ch. (2009). *Técnicas de terapia familiar*. México: Paidós.
22. Minuchin, S., Nichols, M. y Lee, W. Y. (2011). *Evaluación de Parejas y Familias: Del síntoma al sistema*. México: Paidós.
23. Ochoa-de-Aldana, I. (1995). *Enfoques en terapia familiar sistémica*. España: Herder.

24. O'Hanlon, B. (2001). *Desarrollar posibilidades: un itinerario por la obra de uno de los fundadores de la terapia breve*. España: Paidós.
25. Pérez-Aranda, G. I., & Estrada-Carmona, S. (2006). Intimidad y Comunicación en Cuatro Etapas de la Vida de Pareja: Su Relación con la Satisfacción Marital. *Archivos Hispanoamericanos de Sexología*, 12(2), 133-163.
26. Reese-Dukes, J., & Reese-Dukes, C. (1983). Pairs for pairs: a theoretical base for co-therapy as a nonsexist process in couple counseling. *Personnel & Guidance Journal*, 62(2), 99-101.
27. Ríos, J. A. (2005). *Los Ciclos Vitales de la Familia y la Pareja ¿Crisis u Oportunidades?* Madrid: CCS.
28. Rodríguez-González, C. (2004). La escuela de Milán. En Eguiluz, L. L. *Terapia Familiar. Su uso hoy en día*. México: Pax.
29. Sánchez-Aragón, R., & Díaz-Loving, R. (2003). Patrones y Estilos de Comunicación de la Pareja: Diseño de un Inventario. *Anales de Psicología*, 19(2), 257-277.
30. Sánchez-y-Gutiérrez, D. (2000). *Terapia familiar. Modelos y técnicas*. México: Manual Moderno.
31. Sanford, K., & Grace, A. J. (2011). Emotion and Underlying Concerns During Couples' Conflict: An Investigation of Within-Person Change. *Personal Relationships*, 18(11), 96-109.
32. Satir, V. (1986). *Psicoterapia Familiar Conjunta*. México: La Prensa Médica.
33. Tanner, M. A., Gray, J. J., & Haaga, D. F. (2012). Association of Cotherapy Supervision With Client Outcomes, Attrition, and Trainee Effectiveness in a Psychotherapy Training Clinic. *Journal Of Clinical Psychology*, 68(12), 1241-1252. doi:10.1002/jclp.21902

34. Tani, F., Pascuzzi, D., & Raffagnino, R. (2015). Emotion Regulation and Quality of Close Relationship: The Effects of Emotion Dysregulation Processes on Couple Intimacy. *BPA-Applied Psychology Bulletin (Bollettino Di Psicologia Applicata)*, 63(272), 3-15.
35. Tapia-Villanueva, L. (2007). Terapia de Pareja y Sexualidad: Entre el Cuidado y el Deseo. En L. L. Eguiluz, *Entendiendo a la Pareja. Marcos Teóricos para el Trabajo Terapéutico* (págs. 87-107). México: Pax.
36. Tarragona-Sáez, M. (2006). Las terapias Posmodernas: una breve introducción a la terapia colaborativa, la terapia narrativa y la terapia centrada en soluciones. *Psicología Conductual*, 14(3), 511-132.
37. Valencia, L. I. (2011). Causas y Estrategias de Solución de Conflictos en las Relaciones de Pareja. *Psicogente*, 14(26), 336-351.
38. Velasco-Alva, F. (2007). Amor, Pareja y Posmodernidad. En L. L. Eguiluz, *Entendiendo a la Pareja. Marcos Teóricos para el Trabajo Terapéutico* (págs. 87-107). México: Pax.
39. Vidal-Raventós, A. (2014). Coterapia de Pareja: Doble Pareja. En *Symbolics Psicoterapia*. Obtenido el 29 de mayo de 2015 de: <http://www.symbolics.cat/cas/coterapia-de-pareja-doble-pareja/>
40. Watzlawick, P., Beavin, J. H., & Jackson, J. A. (1993). *Teoría de la Comunicación Humana*. Barcelona: Herder.
41. Whitaker, C. (1992). *Meditaciones nocturnas de un terapeuta familiar*. Barcelona: Paidós.

42. Zarch, Z. N., Marashi, S. M., & Raji, H. (2014). The Relationship between Emotional Intelligence and Marital Satisfaction: 10-Year Outcome of Partners from Three Different Economic Levels. *Iranian Journal Of Psychiatry*, 9(4), 188-196.

Apéndice A. Formato de consentimiento informado

CONSENTIMIENTO

Por medio del presente documento, me doy por informado (a) de:

- que todos los procedimientos en el siguiente proceso de atención psicológica serán realizados por estudiantes en entrenamiento que están bajo la supervisión de profesionales competentes,
- este proceso de atención tiene una duración de, al menos, 12 sesiones con una duración de 2 horas cada sesión, aunque la cantidad de las misma puede variar dependiendo del avance en el proceso,
- la información obtenida durante el mismo será utilizada como parte de su trabajo de titulación y será compartida con su supervisor responsable.
- De igual forma, entiendo que las sesiones se podrán grabar en audio o vídeo y se me avisará previamente cuando esto llegue a ser requerido.

Por todo lo anterior, doy mi consentimiento para que este proceso se lleve a cabo.

Cualquier información que sea revelada en las sesiones de atención psicológica será mantenida confidencialmente entre los estudiantes y supervisores, excepto cuando se juzgue, con base en una evidencia particular o informe, que estoy involucrado en un acto criminal o tenga probabilidades de dañarme a mí mismo, o a algún tercero.

Asimismo, me doy por enterado de que tengo el derecho de abandonar el proceso de atención en cualquier momento sin perjuicio para mí.

Firma del Cliente

NOMBRE: _____

FECHA: _____

Apéndice B. Listado de Técnicas utilizadas en el Programa de Intervención

Enfoque. Esta técnica está dirigida a cuestionar el síntoma y consiste en que el terapeuta seleccione y destaque un aspecto de toda la información que se obtiene durante las sesiones, ya sea de la interacción familiar, de los temas que se hablan, de lo que se dice y observa, y lo organiza de manera que sea acorde con las estrategias y objetivos terapéuticos. En ocasiones implicará ignorar información. Puede compararse con el trabajo de un fotógrafo. De una escena total, el fotógrafo decide qué desea destacar (Minuchin y Fishman, 2009; Desatnik-Miechimsky, 2004).

Intensidad. Esta técnica está dirigida a cuestionar el síntoma y se refiere a que el mensaje del terapeuta sea escuchado por la familia o que la información brindada se registre como nueva e importante. Estas intervenciones varían según el grado de participación del terapeuta, ya sea debatiendo ideas a un nivel cognitivo hasta entrar en competencia por el poder con la familia. Estas maniobras incluyen: repetición del mensaje, repetición de interacciones isomórficas, modificación del tiempo de participación en una interacción, cambio de la distancia y resistencia a la presión de la familia (Minuchin y Fishman, 2009; Desatnik-Miechimsky, 2004).

Fronteras. Estas técnicas tienen como meta regular la permeabilidad de los límites o barreras que separan o los holones o subsistemas. Es decir, cambiar las afiliaciones de los miembros de la familia a los diversos subsistemas o la distancia entre ellos. Esto se consigue modificando la distancia psicológica entre los miembros de la familia o modificando la duración de las interacciones dentro de un holón significativo. Están dirigidas a cuestionar la estructura (Minuchin y Fishman, 2009; Desatnik-Miechimsky, 2004).

Desequilibramiento. Estas técnicas están dirigidas a cambiar el vínculo jerárquico entre los miembros de un subsistema, es decir, modificar las jerarquías. (Minuchin y Fishman, 2009; Desatnik-Miechimsky, 2004). Esto se consigue formando alianzas con miembros de la familia, alternando estas alianzas, ignorando a algunos miembros de la familia o formando coaliciones contra miembros de la familia. Están dirigidas a cuestionar la estructura (Minuchin y Fishman, 2009; Desatnik-Miechimsky, 2004). Si bien estas técnicas pueden presentar retos y desgaste al terapeuta, “se pueden incluir estas técnicas entre las más valiosas que el terapeuta elabora” ((Minuchin y Fishman, 2009, p. 167).

Complementariedad. Estas técnicas tienen como finalidad modificar la idea de la jerarquía y control lineal, la perspectiva unilateral del todo o la idea de “yo soy el centro del universo”. Es decir, cambiar la idea de que el problema es consecuencia de una persona y busca ayudar a los miembros de la familia a que vivencien su pertenencia a una entidad que rebasa el sí mismo individual. De esta forma, pretende enseñar que el problema no es mantenido por una sola persona, sino que es responsabilidad familiar. Esta técnica apunta a modificar la relación jerárquica y cuestiona la estructura familiar. Esta técnica abarca el cuestionamiento del problema, cuestionamiento del control lineal y cuestionamiento del modo de recortar los sucesos (Minuchin y Fishman, 2009; Desatnik-Miechimsky, 2004).

Construcciones. Son una serie de técnicas que tienen como finalidad cuestionar la realidad familiar para poner al alcance de la familia modalidades nuevas de interacción. Buscan transmitir el mensaje de que la familia y sus miembros disponen de otras alternativas de interacción a las que usualmente utilizan. Para ello se puede aludir al uso de símbolos universales, valores o premisas validadas socioculturalmente; usar la definición de la familia para extender su modalidad de funcionamiento o aludir al consejo profesional, presentando

una explicación distinta de la realidad y basarla en la experiencia o conocimiento del terapeuta (Minuchin y Fishman, 2009; Desatnik-Miechimsky, 2004).

Los Lados Fuertes. Esta técnica consiste en resaltar los recursos, características, elementos culturales y logros de la familia para ampliar el repertorio de conductas de sus miembros. Esto se consigue buscando los aportes de la familia, poniendo de manifiesto los lados fuertes del paciente individualizado o brindando alternativas de interacción. Esta técnica está dirigida a cuestionar la realidad de la familia (Minuchin y Fishman, 2009; Desatnik-Miechimsky, 2004).

Directivas directas o tareas directas. Esta técnica concretamente consiste en asignar tareas a los pacientes o pedirles que hagan algo durante la sesión esperando a que lo cumplan. Las directivas directas pueden darse de dos maneras: pidiendo que se deje de hacer lo que se ha hecho hasta el momento o pidiendo que se haga algo diferente (Haley, 2008; Galicia-Moyedo, 2004). No obstante, Jay Haley (2008) también menciona que una directiva consiste en todo cuanto el terapeuta haga en terapia: fruncir el ceño, asentir con la cabeza, interesarse por un tema en particular, permanecer en silencio, etc., ya que toda acción constituye un mensaje para que el otro haga algo.

Metáfora. Un comportamiento humano puede entenderse como metafórico con respecto a otro cuando lo simboliza o cuando es utilizado en lugar de este. Las metáforas cumple funciones interaccionales, principalmente las de comunicar, fomentar relaciones íntimas y dificultar la solución de problemas. El objetivo de esta técnica es cambiar una metáfora de violencia y conflicto por una metáfora de amor (Madanes, 2007; Galicia-Moyedo, 2004).

Entrevista Circular. Desarrollada por el ya desaparecido Grupo de Milán, el cual estuvo conformado por Mara Selvini Palazzoli, Luigi Boscolo, Gianfranco Cecchin y Giuliana Prata, es un formato de entrevista que está regido por los principios de hipótesis, circularidad y

neutralidad, que funcionan como ejes que guían las preguntas. Esta comprende una serie de procesos básicos: generar la hipótesis, obtención de la información, validación de la hipótesis, cierta elaboración del problema por parte de la familia y la validación de la intervención (Rodríguez-González, 2004; Ochoa-de-Aldana, 1995). El principio de Hipótesis se refiere a generar una explicación tentativa de los hechos que ocurren en el sistema familiar, lo cual se hace a partir de los datos aportados por la familia, de las observaciones de las interacciones familiares, la experiencia personal de le terapeuta y sus conocimientos. Sirve para guiar la búsqueda de información y conectar las conductas de la familia con su significado. El principio de Circularidad consiste en la capacidad del terapeuta para buscar información acerca de las relaciones, de las diferencias y conexiones y el cambio. El principio de Neutralidad consiste en la adopción por parte del terapeuta de una posición en la que no tome partido por nadie y en la que acepte las ideas, valores, metas y creencias de todos los componentes de la familia (Rodríguez-González, 2004; Ochoa-de-Aldana, 1995).

La tipología de preguntas derivadas, de este formato de entrevista, consiste en: lineales, circulares, estratégicas y reflexivas. Las preguntas lineales se emplean para conocer la definición y la explicación que da la familia al síntoma en torno a una causalidad lineal; la preguntas circulares se caracterizan por una curiosidad general acerca de los posibles nexos de eventos que incluyen el problema, siendo formuladas por el terapeuta para poner de manifiesto conexiones entre personas, acciones, percepciones, sentimientos y contextos; la preguntas estratégicas son principalmente de carácter correctivo y se usan cuando es preciso ser más directivo para movilizar un sistema atascado y/o para impedir que la familia siga por el mismo camino problemático, y las preguntas reflexivas tienen como finalidad la de capacitar a la familia para que genere por sí misma nuevas percepciones y conductas que faciliten la solución de sus problemas (Ochoa-de-Aldana, 1995).

A su vez, las preguntas reflexivas se pueden dividir en otros subtipos de preguntas: a) preguntas orientadas al futuro, las cuales sirven para desarrollar metas, explorar resultados deseados, resaltar consecuencias posibles si persisten los patrones de conducta, exponer temas ocultos, explorar posibilidades hipotéticas o suscitar esperanza y optimismo en los clientes; b) preguntas que convierten al interrogado en observador, cuya finalidad es que los miembros de la familia distingan patrones de conducta, percepciones y eventos que no habían percibido antes y vean su importancia con respecto al mantenimiento del problema; c) de cambio inesperado de contexto, las cuales permiten que la familia considere otras perspectivas, d) con una sugerencia implícita, en las cuales se incluye deliberadamente un contenido concreto que indica una dirección que el terapeuta considera útil o beneficiosa para resolver el problema; e) de comparación normativa, con las cuales se les pide a los clientes que hagan un contraste comparando con una norma social, normas evolutivas y similitudes basadas en una normalización; f) preguntas que clarifican distinciones, las cuales clarifican determinadas atribuciones causales que mantienen las personas y que son inconscientes o poco claras y, g) preguntas que interrumpen la secuencia sintomática en sesión (Ochoa-de-Aldana, 1995).

Connotación positiva. Esta técnica consiste en connotar positivamente al síntoma y a las conductas de los familiares, presentándolos como algo que surge por razones altruistas por parte del paciente identificado y por parte del resto de los miembros del sistema familiar. Es decir, se cambia la atribución del problema de causas negativas a causas positivas o que al menos no tengas intenciones hostiles (Rodríguez-González, 2004; Ochoa-de-Aldana, 1995).

Redefinición. Esta técnica consiste en modificar la percepción cognitiva del síntoma explicándolo desde otro marco conceptual distinto al de la familia (Ochoa-de-Aldana, 1995).

Llegar a un acuerdo mediante una oposición. Son todas aquellas acciones dirigidas a hacer que el solicitante de ayuda se coloque en una actitud de inferioridad, es decir, en una postura de debilidad (Fish, Weakland y Segal, 1984).

Conseguir sumisión a través de la libre aceptación. Son todas aquellas acciones dirigidas a lograr que la persona que solicita algo lo haga directamente, aunque la solicitud se formule de modo arbitrario (Fish, Weakland y Segal, 1984).

Confirmación de las sospechas del acusador mediante la autodefensa. Son todas aquellas acciones dirigidas a conseguir que las personas abandonen este tipo de interacción repetitivo y cíclico (Fish, Weakland y Segal, 1984).

Elogio. Es un tipo de connotación positiva en la que se resalta aquellas capacidades positivas de los clientes, las cuales han mostrado durante las sesiones, y fuera de ellas, en forma de recursos para superar problemas (Ochoa-de-Aldana, 1995).

Pregunta de escala. Es un método para concentrarse en el logro y consiste en el empleo de preguntas para ubicar cualquier gama de aspecto de la vida del cliente en una escala (Cade y O'Hanlon, 1995).

Búsqueda de excepciones. Este principio de la terapia centrada en soluciones se centra en la premisa de que el problema que aqueja al cliente no es constante, no aparece ni se mantiene todo el tiempo. Sin embargo, estos momentos son considerados por los clientes como triviales y descartados; no los perciben. Por ejemplo, en ciertos momentos, un adolescente difícil no es desafiante, una persona deprimida se siente menos triste, una persona obsesiva es capaz de relajarse, etc. Por tanto, la meta de esta técnica es ayudar a los clientes a reconocer lo que ya ha estado haciendo que puede considerarse como exitoso para construir sobre ello y que sirva de trampolín para cambios posteriores (Espinosa-Salcido, 2004; Cade y O'Hanlon, 1995).

Apéndice C. Preguntas de Evaluación

Del proceso

¿Cuáles son los logros que alcanzaron durante el proceso?

¿Qué hicieron ustedes para alcanzar estos logros?

¿Cuáles fueron las intervenciones más importantes o significativas para ustedes?

¿Qué aprendieron de ustedes como pareja?

¿Qué otros aprendizajes obtuvieron del proceso?

¿Qué dirían que tendrían que hacer para mantener estos resultados?

¿Cuáles serían las amenazas a las que se podrían enfrentar en un futuro?

De la Coterapia

¿Cuáles fueron las ventajas de que la atención haya sido por dos terapeutas, uno hombre y una mujer?

¿En qué hubiese sido diferente el proceso de haber sido solo un terapeuta, ya sea hombre o mujer?