

Medio	La Tercera
Fecha	14-11-2010
Mención	Facultad de Psicología de la UAH trajo a Chile a Edith Goldbeter, psicóloga belga que expondrá en seminario.



El imperio de las parejas 'kleenex'

AMORES Y SOMBRAS. Más de tres décadas lleva la belga Edith Goldbeter realizando terapia de parejas en su país. Conocedora de los profundos cambios en las relaciones amorosas, aquí habla acerca de lo que ahora manda: uniones desechables como los pañuelos de papel, cuyo gran pecado es su pereza y pasividad.

Por: Pia Rajevic



Qué desafíos tiene la terapia de parejas ante los cambios que han sufrido las uniones amorosas? Es lo primero que surge como interrogante frente a la psicóloga Edith Goldbeter, pensando en lo conocedora que es ella de este tipo de relaciones. Y también planteándonos que en el escenario de la pareja sucesiva en el que vivimos –aquella que nace tras una ruptura, para reemplazar a una

antigua unión que ya no se quiere mantener–, la terapia no goza a veces de buena prensa precisamente porque la tendencia es que los quiebres, pese a todo, proliferan.

“El asunto es, por una parte, ayudar a las parejas cuando se separan, porque aquellas ensambladas o simultáneas, cuando se vuelven a armar, encuentran muchas veces que el proceso de la separación no ha sido completado y arrastran en las nuevas relaciones problemas del pasado. Ahora, frente esas que permanecen mucho tiempo unidas, vemos que una de sus dificultades principales es aceptar que la relación debe ir cambiando a través del tiempo. Un par que quiere permanecer siempre igual es mucho más frágil que uno que evoluciona en el tiempo. ¿Por qué? Simplemente porque es muy importante que exista un espacio para la evolución individual de cada miembro. Por eso llegan planteando: ‘Al comienzo nos amábamos y nos gustábamos tanto, queremos volver a eso’”.

¿Qué les dices a esas personas? Que no es eso lo que hay que volver a encontrar, sino que hay que hallar lo que realmente son en el momento actual. Utilizo esta imagen: si las parejas se ponen hoy la misma ropa de la etapa en que se casaron, no les va a quedar bien porque su cuerpo ha cambiado o porque esas prendas ya no están a la moda... ya ambos no son los mismos. Uno de los dos añora lo que había y le cuesta aceptar los cambios del otro, puede tener miedo de perderlo y se olvida de trabajar y valorar los propios cambios.

De paso en Chile para participar en un seminario de psicología organizado por la Universidad Alberto Hurtado y otras instituciones, Edith Goldbeter explica que desde 1976 trabaja realizando terapia de familia y de parejas. Doctora en psicología de la Universidad Libre de Bruselas, es responsable del equipo sistémico de la consulta de psiquiatría en el Hospital Erasmo de esa ciudad europea, y asimismo dirige la terapia familiar del →

El recurso del guión oculto

Estudios de EE.UU. dicen que el 25% de los que se someten a terapias empeora sus relaciones tras dos años de ese proceso y el 38% se separa a los cuatro años de haber hecho una. ¿Cree esta terapeuta que la terapia está ayudando hoy mucho más a que las parejas concluyan su historia civilizadamente que a darles un salvavidas para seguir juntos?

“Estoy sorprendida de estas estadísticas. Habría que revisar cuál es la solicitud con la que llegan las parejas a las terapias. Muchas acuden con un guión oculto, con la idea de que así les va a ser más fácil separarse, porque le transfieren al terapeuta hacerse cargo del otro al que quieren dejar. La separación ya estaba decidida antes de la terapia, porque uno ya estaba decidido, mientras el otro no tenía idea de eso. En realidad, los terapeutas de pareja no somos ni promatrimonio ni proseparación. Lo que buscamos es que cada uno sea más auténtico consigo mismo y con el otro. Hay que estar muy atento al pedido y motivo de consulta de una pareja”, explica.

¿Y hay casos muy insólitos en esos guiones ocultos? A veces sí. Por ejemplo, recibí un correo de una pareja que me solicitaba una terapia. Decía: “Buenos días señora. Mi esposa, que es de Holanda y yo, que soy francés, quisiéramos contar con sus servicios para dar una oportunidad de sobrevivida a nuestro matrimonio después de 22 años. Mi esposa, que habla correctamente francés, quiere encontrar a una terapeuta que hable en su lengua natal, pero yo no podría participar sino en francés. Ella trabaja en París de lunes a viernes y no llega a Bruselas sino los fines de semana, el viernes a las 8 de la noche y se va el domingo a las 8 de la noche. ¿Su agenda de consulta permitiría encontrarnos en alguno de estos dos días de la semana?”. Imagínate, es un pedido que es prácticamente imposible de resolver (risas).

→ Instituto de Estudios de la Familia y de los Sistemas Humanos de Bélgica. Razones de más para hacerse conocedora de los nuevos problemas y retos que enfrentan las relaciones amorosas.

¿Qué otra gran razón hay detrás de las actuales separaciones? Otro asunto que causa problemas es la pereza de la pareja. La relación empieza con pasión, pero una vez que avanza ya nadie maneja nada, se vuelve pasiva, como si uno se subiera a un tren para toda la vida y éste fuera a andar solo. Las personas no se ven como responsables de lo que le sucede a su relación. La pareja se deja estar, luego hay un desuso y una sensación de que ya no se puede hacer nada y que la única solución es mirar para el lado. Y vuelven a comenzar lo mismo con otra persona, en una nueva relación.

¿Es lo que ha hecho a las parejas desecha-

bles hoy en día? En parte. Yo uso el concepto de las parejas kleenex. Antes ni siquiera existía la pareja enamorada, las uniones sucedían por interés económico u otras razones. Hoy en día la familia se redujo, poco a poco se concentra todo en la familia nuclear y, en particular, en la pareja. Y se espera que ésta satisfaga todas las necesidades: a eso le llamo una pareja terapéutica. Toda la felicidad la debe dar la relación amorosa y todo lo demás no importa; todo se espera del otro, y en un mundo que no es fácil. Es una exigencia muy pesada para ella. Si la pareja no funciona porque es perezosa, porque se subió en un tren que ya nadie maneja, entonces se desecha. Siento que las parejas se separan hoy muy rápidamente. Piensan mucho en sus problemas e insatisfacción, pero no hacen nada para cambiar esa situación.

No se entiende que es natural y hasta sano que sobrevengan conflictos. Claro. Si uno

acepta que los conflictos están ahí, está ante una posibilidad de crecer. Siempre habrá conflictos en las relaciones, desde el comienzo: si se va a vivir cerca de los padres; si se va a tener hijos al inicio o más tarde; si van a trabajar ambos o sólo uno; dónde se va a vivir. Los conflictos en sí no son negativos. Se crece gracias a las crisis.

Una investigación reciente dice que las parejas llegan a consultar tras seis años de infelicidad. ¿Demasiado tarde? Hay parejas que consultan muy tarde, incluso cuando ya se han separado. Casi quisieran que el terapeuta crea más en la posibilidad de ser pareja que ellos mismos. Y hay gente que, por otro lado, consulta demasiado temprano: dos meses después de vivir juntos. Tuvieron una discusión una vez, pero son hijos de padres separados y tienen mucho miedo de repetir lo que les sucedió a ellos. También hay otros que vienen para

demostrar que se hizo un último esfuerzo, para que no les puedan reclamar que no lo intentaron todo, pese a que ya tienen decidido separarse.

¿Es muy frecuente esto? Sí, de personas que tiene amantes ocultos.

¿Entonces, cada vez se están solicitando más terapias para llegar a un buen final? Como terapeuta no se puede cambiar la dirección que desea una pareja. Más vale que el terapeuta ayude a darles herramientas para que sigan el camino que ellos desean seguir. Si quiere permanecer junta, va a hacer todo lo posible por permanecer unida. Hay una regla: para que una pareja se separe basta que uno de los dos quiera separarse, pero para seguir juntos se requiere del deseo de ambos.

¿Uno de los grandes problemas es la infi- →

El sexo bien, pero el resto no

¿Cuáles son los motivos de conflictos más recurrentes en estos tiempos nuevos?

Antes uno importante era que el sexo no funcionaba mucho. Por lo general ahora dicen que el sexo funciona bien, pero todo lo demás no. Ahora los conflictos son más que todo desacuerdos acerca de los hijos, la descalificación de un padre hacia el otro... el dinero, aunque no es tema tan frecuente.

¿Y una mujer participativa, que aporta también al presupuesto, genera conflictos de poder a veces importantes?

En Europa creo que esto sucede menos que antes, hay problemas muy variados. Atiendo a una pareja en que el marido amenaza a su mujer con separarse si ella no deja de fumar. Ella fuma a escondidas y él se preocupa por su salud. Hay de todo hoy en día; los hombres se quejan incluso cuando están con mujeres muy desordenadas.

¿El hombre participando en el espacio doméstico genera nuevos conflictos?

Sí, hay mucho de eso también, hombres revisando las ollas, en desacuerdo con lo que se va a comprar para comer, etcétera (ríe). Y hay una queja permanente acerca de la injerencia de las familias de origen, porque la familia de uno de los dos interfiere u ocupa mucho espacio en el hogar.

delidad? Sí, pero yo pienso que no es un problema, sino una consecuencia de problemas, salvo que alguien se case o empareje con alguien que nunca ha sido fiel. La infidelidad es a veces una mala solución a los problemas de la relación. A veces hay parejas en que el amante de uno de los dos es lo que hace que funcionen bien.

¿Cómo? Hay amantes a quienes no les interesa tener una relación estable, prefieren estar sin comprometerse y pueden hasta decirle: "Cómprale esto a tu señora o a tu marido". Les acomoda esa condición sin compromiso (risas).

¿Y las mujeres aceptan esta situación? Es que veo cada vez más mujeres infieles. Hay historias dra-

máticas, lo que describí antes no es un drama.

Quiere decir que una relación con un tercero estimula a algunas parejas.

Sí, perfectamente puede suceder. Conté en el seminario al que vine el caso de una pareja en que uno de ellos tenía una amante y la dejó, y una vez que la amante desapareció, la relación empezó a quedar en el caos. Eso ocurre en uniones en que uno de los dos tiene dificultades en su intimidad y un amante los deja distantes, pero cuando desaparece quedan más cerca y no saben vivir la intimidad.

Hay un espacio donde se está consintiendo este tipo de triángulos. Oficialmente no se permite, pero se acepta en el fondo. Tengo una pareja

que lleva 35 años junta e hizo un ritual simbólico planteándose que podía haber una relación extracónyugal a condición de que la unión de ellos fuera la privilegiada y ambos supieran todo lo que le sucedía al otro. Él empezó a tener una relación con una colega del trabajo y se lo dijo a ella, pero no antes de que sucediera, como a ella le hubiera gustado. Le planteó que deseaba pasar una noche a la semana con la amante. La mujer lo aceptó, porque había un acuerdo previo, pero estaba muy deprimida. Él le decía: de todas maneras tú eres la más importante, yo me voy sólo una noche a la semana. Se sabe que la depresión es una rabia que no se libera y que se expresa contra sí mismos. A esta pareja le pedí que expusieran ahora el contrato que habían hecho en sus inicios y les pregunté si hoy en día, si volvieran a hacerlo lo plantearían de la misma forma: él dijo que sí, pero ella dijo que de ninguna manera....(risas).

¿Una infidelidad es una huella dolorosa para siempre en una pareja? No hay reglas generales, pero en muchos casos sí. Ante una situación así, hay que ir hasta el fondo y revisar lo que había antes de la infidelidad, no para buscar quién es el responsable, sino para descubrir qué es lo que no estaba funcionando. Porque a veces hay infidelidades en parejas que se aman mucho y logran sobreponerse.

Sobre la posibilidad de superar una infidelidad, ¿qué comentario harías a las parejas que no van a terapias? Que la víctima de la infidelidad no puede encerrarse en su rol de víctima, debe hablar y expresar su sentimiento, pero no quedarse atrapada en eso. El riesgo es entrar en una relación donde hay una víctima y un victimario, porque el otro no va a soportar su rol de ser victimario, no puede estar siempre en situación de examen.



Hay parejas que consultan muy tarde, incluso cuando ya se han separado. Casi quisieran que el terapeuta crea más en la posibilidad de ser pareja que ellos mismos”.