

APEGO Y ENSAMBLAJES DE PAREJAS TÓXICAS, ESTANCADAS Y TERAPÉUTICAS¹

ATTACHMENT AND ASSEMBLIES OF COUPLES TOXIC, STAGNED AND THERAPEUTIC

Matteo Selvini

Scuola di psicoterapia “Mara Selvini Palazzoli”

matteoselvini@scuolamaraselvini.it

Maria Chiara Gritti

Scuola di psicoterapia “Mara Selvini Palazzoli”

mariachiara.gritti@gmail.com

RESUMEN

¿Cómo afecta la relación de pareja al bienestar de los partners? Examinamos una serie de posibles ensamblajes entre los tipos de apego desorganizado u organizado para evaluar la existencia de re-traumatizaciones o revisión del apego con efectos tóxicos o terapéuticos.

Palabras claves: niño herido, tipos de pareja, ensamblajes de pareja, desorganización del apego, revisión del apego.

SUMMARY

How does couple relationship affect partners' wellbeing? We examine a series of possible assemblies between the types organized and disorganized attachment to evaluate the existence of re-traumatizations or attachment revision with toxic or therapeutic effects.

Keywords: wounded child, couple types, couple assemblies, attachment disorganization, attachment revision.

UNA RELACIÓN DE PAREJA EXITOSA ES LA MEJOR TERAPIA POSIBLE

NO PROFUNDIZAREMOS AQUÍ EN LAS REFLEXIONES sobre los factores que influyen en la elección de pareja: hay muchos estudios que hablan de un entrelazamiento entre factores de continuidad con el propio bagaje cultural y psicológico, y factores de discontinuidad, es decir, la búsqueda de algo cultural y psicológicamente innovador (Carli, 1995).

Comenzaremos desde este segundo polo: la pareja como búsqueda de una experiencia correctora/reparadora respecto a las experiencias, poco o muy negativas, vivenciadas en anteriores relaciones afectivas significativas. Aquello que Canevaro (1999) define como “amor co-terapéutico”.

¹ Traducción del italiano a cargo del Ps. Freddy Orellana. Colaboración de Ps. Valentina Vukusic en gráfica y Ps. Patricia Bravo en edición.

No nos ocuparemos aquí de las parejas anteriores, sí de la familia de origen. Todos somos niños heridos (Frumento, Nigro, Selvini 2019), la familia perfecta no existe, incluso el afortunado que ha disfrutado de un apego seguro habrá tenido su parte de dolor, sus inevitables faltas de sintonías² (Selvini, Fino, Redaelli, Senatore, 2022). Esta es la realidad de la condición humana: todos experimentamos el tener que morir... el estar profundamente solos en el universo... la dificultad de encontrar sentido a nuestras vidas... (Yalom, 1989).

Una pareja que funcione bien puede ayudar significativamente a reparar las heridas de los dos miembros de la pareja. El cónyuge se convierte con el tiempo en una figura de apego en la edad adulta (Bowlby, 1988), un punto de referencia para regular las emociones, al igual que un padre ayuda a un hijo a comprender lo que siente. Esta regulación afectiva podrá reforzar las formas "felices" de relacionarse con el otro, llevando a un partner, o a ambos, a recobrar un apego seguro, o desgraciadamente repitiendo, volviendo a recorrer, aquello que ya produjo sufrimiento. Cuántas veces hemos observado que él o la compañera elegida guarda grandes similitudes con ese familiar, padre, madre, hermano/a, con el cual la relación fue altamente pregnante. Como si estas elecciones contuvieran un desafío inconsciente: "¡esta vez podré ser amado!" Mara Selvini observó que en el estancamiento de pareja los cónyuges se habían casado con una réplica del padre frustrante.

En nuestras terapias tratamos de comprender por qué tan a menudo una persona está vinculada a su pareja en su dificultad, trata de ayudarlo de diversos modos, obviamente también para ayudarse a sí mismo a vivir más serenamente, aunque a menudo fracasa en su intento, y ¡a veces incluso parece empeorar las cosas!. Una de las principales causas de este fracaso podría ser no lograr poner el foco en las razones del sufrimiento y la irracionalidad del otro, es decir, no comprender que es un niño herido. No ver su fragilidad, vivirle entonces como maldad, o como falta de amor. En la dirección opuesta es muy importante la "broma" de Kernberg (1984) cuando se le pregunta por su definición de una pareja exitosa: "cuando los dos miembros de la pareja no están jamás desquiciados en el mismo momento". Muestra muy bien el papel mutuo de figura de apego en la pareja: cada uno debe ser para el otro guía y contenedor empático.

UNA DIFÍCIL TIPOLOGÍA DE LAS RELACIONES DE PAREJA

La reflexión sobre las dinámicas que caracterizan a las parejas "terapéuticas", en las que los miembros de la pareja logran crear una articulación correctiva/reparadora respecto a las heridas de la infancia, y de aquellas parejas "nocivas", en las que los miembros de la pareja amplifican las heridas del otro, comenzó en 2009 como parte de las jornadas de formación realizadas por Matteo Selvini como docente de la escuela de psicoterapia.

En este lugar tomó forma un primer intento de individualizar "etiquetas" útiles con el fin de describir ensamblajes de pareja que se encontraban repetidamente en el ámbito terapéutico. Entre los más frecuentemente detectados se encuentran los "demasiado frágil con falso fuerte", que describe a mujeres deprimidas/ansiosas/fóbicas (de alto/normal funcionamiento) ligadas con hombres muy protectores y dedicados. Las historias clínicas muestran cómo los avances en las terapias individuales conducen a reacciones negativas de sus parejas, que desarrollan síntomas o ponen en crisis a la pareja. La hipótesis sistémica era muy clara: estos hombres necesitaban un papel protector para ocultarse, de sí mismos de su

² Nota del traductor: la palabra original es dissintonie.

pareja, y sus fragilidades. La identificación de esta tipología de ensamblaje y la hipótesis subyacente se revela particularmente útil para comprender cómo co-involucrar constructivamente al compañero/a en estas terapias. La misma hipótesis se puede aplicar a otro tipo de pareja, la conocida como “yo te salvaré”: una joven “aparentemente” equilibrada se involucra ligándose con una persona dependiente a las sustancias. En ambos casos, los géneros se pueden invertir, los usamos así para respetar la frecuencia estadística de cómo estas parejas se presentan a nuestra observación. Incluso en estos casos que la literatura denomina “codependencia” (Borgioni, 2015) encontramos en estas mujeres la falta de conciencia de tener que esconder partes frágiles. Por este motivo se ha rebautizado este ensamblaje con la etiqueta “demasiado frágil con falsa fuerte”. El razonamiento se ha posteriormente repetido observando las parejas de hombres violentos (demasiado frágiles) con mujeres salvadoras maltratadas (falsas fuertes) con la particularidad de que en el hombre violento las dos partes de la etiqueta parecen sobreponerse...

Otras etiquetas van surgiendo de las redundancias observadas y parecen terapéuticamente útiles, por ejemplo “ávida reivindicativa con empático no contenedor”: ella nunca está satisfecha con las pruebas de amor de él y continúa destruyéndolo, remitiéndonos a la cita de Framo (1992): “Pasaremos nuestras vidas diciéndoles a nuestras parejas lo que nunca les dijimos a nuestros padres”. O encontramos la tipología gemela: “Ávida reivindicativa con contenedor no empático”, es decir, la guía del compañero “fuerte” se ejerce de forma autoritaria. En definitiva, en el primer caso hay muy poca conducción y en el segundo demasiada. Otro tipo “la ciega y el dependiente” capta la presencia de una partner que parece ignorar una importante dependencia a las drogas, al alcohol, etc., de su compañero. Poco a poco encontramos (Fino, Penna, Recanatini 2014)) otras etiquetas: “la pareja más linda del mundo”, “los dos socios”, “hijos para siempre”, “ni conmigo ni sin mí”, “la pareja simbiótica”... Este primer intento de encontrar etiquetas representativas de los ensamblajes terapéuticos y sus efectos en el desarrollo individual, aunque útil tanto en términos de conceptualización como de aplicación clínica, tiene la limitación de crear categorías que tienden a sobreponerse demasiado. Por ejemplo, ávida reivindicativa con contenedor no empático es claramente una variante de “demasiada frágil con falso fuerte”, o “la ciega y el dependiente” una variante de “yo te salvaré”, y así sucesivamente...

Evidentemente, nuestras etiquetas podrían ser metáforas útiles para el trabajo terapéutico (Cambiaso, Mazza, 2018), pero no son lo suficientemente precisas para sustentar investigaciones más sistemáticas. Partiendo de este supuesto, esta contribución propone revisitarlas utilizando una clave de lectura más estructurada y menos intuitiva. Específicamente, describiremos las parejas razonando en términos del ensamblaje entre los tipos de apego, basándonos en investigaciones recientes realizadas en esta área, poniendo el énfasis en una de las funciones más importantes que puede realizar la pareja: la reorganización o revisión del apego propio y del compañero.

LA RELACIÓN AFECTIVA: UNA OPORTUNIDAD DE REORGANIZACIÓN

La elección de invertir emocionalmente en una relación en la que el cónyuge es competente para sanar heridas emocionales, se revela particularmente significativa cuando se refiere a individuos que, durante su desarrollo, no se han beneficiado de figuras de referencia adecuadas sino, por el contrario, han tenido que interactuar con cuidadores atemorizados o atemorizantes, hostiles o impotentes que han contribuido al desarrollo de un

apego desorganizado. El primer intento de defenderse de la angustia intolerable generada por la desorganización, comprendida como un estado de tensión insoportable producido por el dilema miedo-necesidad del niño con respecto a las figuras de referencia, consiste en adoptar estrategias para recuperar el control, es decir, para reorganizar la desorganización (Lyons-Ruth et al., 2009).

Tales estrategias pueden tomar diversas formas en función de la "posición" que el niño decida asumir hacia -el padre o la madre- sus cuidadores: Protector, Punitivo-Tiránico, Sumiso, Seductor y Autárquico (Liotti, Monticelli, 2008; Selvini, 2014; 2018).

Estas estrategias, que podríamos considerar como las mejores "soluciones" encontradas por el niño para defenderse de la angustia de la desorganización, corren el riesgo en la edad adulta, de condicionar la elección afectiva de este individuo empujándolo a activar las mismas modalidades en la dinámica de pareja y por lo tanto la misma posición en relación con su referente afectivo adulto.

Como mostraremos a través de la ejemplificación de casos clínicos, la relación afectiva puede jugar un rol central permitiendo al individuo una "revisión" de la propia modalidad anterior adquiriendo estrategias más sanas y evolucionadas para reorganizar la desorganización o, al contrario, podrá reforzar posiciones disfuncionales, re-escenificando una relación caracterizada por carencias emocionales e inconsistencias ya experimentadas en el camino evolutivo.

REGRESIÓN, ESTANCAMIENTO, EVOLUCIÓN: UNA PUERTA AL DIAGNÓSTICO DEL FUNCIONAMIENTO DE LA PAREJA

Una de las puertas de acceso al diagnóstico del funcionamiento de la pareja consiste en valorar si la relación conyugal conduce a una evolución, una regresión o un estancamiento de las personas que alimentan el vínculo.

Con el término *regresión* hacemos referencia a la presencia de un ensamblaje entre dos apegos que amplifican las heridas del niño interior de cada uno de los integrantes de la pareja, o de uno de ellos, volviéndose tóxico y provocando una involución del desarrollo individual.

El término *estancamiento* indica un ensamblaje entre apegos que, logrando dar algún beneficio al niño interior, presentan un grado de toxicidad que limita el crecimiento de los miembros de la pareja o de uno de ellos.

Finalmente, con el término *evolución* nos referimos a la presencia de un ensamblaje entre dos apegos que resultan ser terapéutico para el cuidado del niño herido, facilitando el desarrollo individual de ambos.

Estamos aquí proponiendo evaluar el funcionamiento de la pareja no sólo en términos de percepción personal de bienestar por parte de sus miembros, sino también en términos del desarrollo personal: a partir del nacimiento de la relación, ¿qué ha sucedido en términos de crecimiento individual y de eventuales síntomas? ¿Qué ha ocurrido desde el punto de vista del éxito profesional? ¿Y qué decir de la calidad de vida? Miramos a la pareja desde el punto de vista de su impacto en cada miembro como individuo en crecimiento existencial.

Regresión, estancamiento y evolución pueden ser entendidas como tres macrocategorías dispuestas en una misma línea sobre la cual se puede situar de modo gradual ensamblajes de pareja con diferente "intensidad" tóxica o terapéutica.

EL CONTINUO DE TOXICIDAD/TERAPEUTICIDAD DE LOS ENSAMBLAJES DE PAREJA

En línea con lo señalado precedentemente, la hipótesis de fondo es que todo encuentro de pareja puede ser dispuesto a lo largo de un continuo entre toxicidad y terapéuticidad y que esta posición está significativamente conectada con la capacidad o incapacidad de los miembros de la pareja para facilitar la revisión del apego del otro, y sobre todo en presencia de un apego desorganizado o inseguro organizado, transformando el vínculo en una experiencia correctiva.

A través de la ejemplificación de casos clínicos analizaremos cómo determinados ensamblajes de pareja pueden desorganizar aún más a uno o ambos miembros involucrados en un vínculo que se ha vuelto destructivo, cómo otros dejan a los compañeros en una situación de bloqueo evolutivo y finalmente cómo otros logran demostrar ser reparadores, llevando la pareja y al individuo a beneficiarse del vínculo construido.

El análisis de lo que contribuye a hacer que los vínculos sean más tóxicos que terapéuticos revela como fundamental la combinación de dos factores que concurren en la elección de pareja: la repetición de MOI (la fidelidad a los modelos operativos internos) y la búsqueda de experiencias correctivas (búsqueda de otros modelos operativos diferentes para curar al niño herido).

Veremos cómo, por ejemplo, se genera un estancamiento de pareja cuando se alcanza una especie de estabilidad insatisfactoria: el niño herido ha encontrado algún consuelo, pero paralela y simultáneamente se mantienen abiertas otras heridas en una especie de retraumatización.

PAREJAS TÓXICAS: ENCUENTRO ENTRE DESORGANIZADOS INESTABLES

Hace unos años una madre angustiada me pidió ayuda para su hijo que se estaba recuperando de una descompensación psicótica, que ocurrió durante un período de trabajo de verano lejos de casa. El episodio tiene lugar poco después de su matrimonio, muy rápido e impulsivo, con una modelo cubana que conoció durante un período de estadía laboral en ese país. La lleva a Italia, ambos son muy jóvenes, decide casarse con ella para garantizar su permiso de residencia. Viven con la familia burguesa de él. Al poco tiempo de la boda llega la descompensación, que parecería ligada a la incapacidad de sostener a una muchacha con una historia de graves traumas en su desarrollo, cuando él también tiene fragilidades evidentes desde antes de conocer a esta pareja. El muchacho es ayudado por una intervención psiquiátrica y se compensa, pero poco después comienzan gravísimos episodios suicidas y autolesivos de la joven pareja...

En términos de apego debemos hipotetizar aquí el encuentro entre dos desorganizados, cuya reorganización es, sin embargo, particularmente inestable. Estas son las parejas con más elevado grado de toxicidad.

En este tipo de parejas con un alto grado de toxicidad, prima la elección de parejas con repetición del MOI y la ausencia de un factor correctivo que permita la posibilidad de una mínima reorganización.

El campo relacional afectivo adulto amplifica las heridas de la infancia llevando a ambos miembros a involucrarse en tareas evolutivas adultas.

PAREJAS EN ESTANCAMIENTO: ENSAMBLAJE ENTRE DESORGANIZADOS ESTABLES QUE SE ESTABILIZAN RECÍPROCAMENTE

El siguiente rango del continuum se puede definir como estancamiento de pareja (Selvini Palazzoli, Cirillo, Selvini, Sorrentino, 1988). Encontramos tres subtipos. El más tóxico es el de la pareja hombre violento/mujer maltratada, sabemos que existen varias tipologías, (Hackenberg, E., Sallinen, V., Handolin, L., & Koljonen, V. 2021), pero aquí queremos hacer referencia a cuando el compañero violento parece encontrar relativo bienestar/estabilidad en este ensamblaje, mientras resulta más evidente el costo emocional en términos de sufrimiento psíquico pagado por la mujer. Aunque esta evaluación siempre es difícil, muchos abusadores tienen un diagnóstico de depresión, bipolaridad, alcoholismo. En términos de apego, todavía se podría hablar de un encuentro entre desorganizados, pero más estables, él en la reorganización tiránica (narcisismo maligno) ella en la reorganización protectora/parentificada.

El estancamiento que parece impedir a la mujer cerrar este vínculo aún siendo disfuncional, podría ser sintetizado desde la vivencia “No valgo nada porque soy continuamente humillada, más al mismo tiempo soy muy importante porque él no puede vivir sin mí”.

El compañero tiene enganchada a la compañera en el cuidado, aunque a un alto precio, su experiencia infantil ha sido haberse sentido poco reconocida en el contexto familiar, ofreciendo de esta manera un MOI diferente de aquel experimentado.

Pasemos al segundo subtipo del rango de "estancamiento de pareja" de nuestro continuum: la dependencia afectiva (Gritti, 2018), un ensamblaje similar al anterior, pero sin el componente de violencia física: aquí la destructividad/violencia es toda psicológica. Las reorganizaciones son más estables y ambos miembros pueden tener partes del yo que logran funcionar normalmente. El ensamblaje central sigue siendo la que existe entre la reorganización tiránica y la reorganización protectora/sumisa. En estos casos, al igual que en la tipología violento/maltratada, podemos hablar de estancamiento de pareja ya que se evidencia una especie de equilibrio, a pesar de la constante insatisfacción de la vida de pareja. Un equilibrio dado por el hecho que ambos miembros de la pareja no sólo se perjudican recíprocamente al volver a recorrer las reorganizaciones y patrones familiares aprendidos en sus respectivas familias de origen, sino también introducen una parte de cambio/reparación el uno para el otro. Este es el "pegamento" del estancamiento de pareja que es importante identificar y que ilustraremos en el siguiente ejemplo.

FERDINANDO FALSO FUERTE CON LA DULCE DEMASIADO FRÁGIL ELENA

Ferdinando es un profesional muy ocupado, su esposa Elena es graduada y tiene un buen trabajo, aunque ella es mucho más dedicada a la familia que él. Ferdinando tiene un historia de sucesivas fases depresivas, desde su noviazgo con Elena. Elena se presenta como muy frágil, dominada por su marido que a menudo la ataca y la desvaloriza fuertemente. Es una dependiente afectiva (término que podemos considerar sinónimo de sumiso). Llegan a terapia por las graves dificultades de un hijo adolescente. Ferdinando es el hijo herido de una familia acomodada pero pluripatológica. Sobrevivió aferrándose al rol del hijo perfecto, el exitoso, con dos hermanos muy problemáticos. El contexto de aprendizaje es típico del

narcisista: su madre deprimida, y a la vez muy dominante, no podía estar cerca de él pero exaltaba sus éxitos, Ferdinando vivía en función de la admiración materna. Por eso cuando está enfermo no puede pedir ayuda especializada: ¡su imagen se deterioraría terriblemente a los ojos de la madre! Entonces tiene que tratar de reprimir/cancelar su sufrimiento, y con la misma medida trata el sufrimiento de su esposa e hijo: con hostilidad e impaciencia.

Podemos hablar de "narcisismo maligno" cuando el déficit de empatía es especialmente grave porque aparece una intolerancia importante hacia la fragilidad/sufrimiento del otro. Tal intolerancia también se dirige contra el propio narcisista: de hecho, la depresión es, en última instancia, odio por sí mismo.

En este ensamblaje de pareja, la vida familiar se convierte en un infierno. Elena fue una niña abandonada por su padre que se fue con otra mujer, aún sufre pesadillas recurrentes que hacen referencia a la llegada a casa de un compañero de su madre. Sobrevivió adaptándose a las necesidades de la madre y del marido.

Por lo tanto, tenemos un estancamiento que se acerca a la toxicidad del vínculo. Ferdinando reproduce en su MOI la modalidad tiránica de la madre (reorganización tiránica o punitiva) sin embargo encuentra alguna compensación en la presencia tranquila de su esposa, en esto ella es lo opuesto a su madre tan agresiva. Elena reproduce la reorganización sumisa y protectora desarrollada en la relación con ambos padres, pero encuentra en Ferdinando un referente muy activo, social y vital, todo lo contrario a una madre solitaria llena de miedos.

Estas diferencias respecto al MOI representan el pegamento que frena la fractura de la pareja y hace que el vínculo se perciba en parte reparador, respecto de las carencias sufridas.

EL ESTANCAMIENTO “YO TE SALVARÉ”

Un tercer subtipo de estancamiento de pareja es el de "yo te salvaré", típicamente la pareja de muchos alcohólicos/toxico dependientes. Aquí también se encuentran dos desorganizados, pero ella está más estabilizada por la reorganización protectora, él más inestable porque está en vilo entre la reorganización sumisa y la autárquica.

La mujer del adicto a las sustancias a menudo era la terapeuta "semi-fallida" en su familia y continúa en ese rol, convencida de que esta vez lo logrará, y luego ya no es tan transparente como en el pasado: él, de hecho, refuerza la ilusión de poder curar gracias a su "amor". Esta es la dinámica de la historia de la pareja Isabella y Luca que ahora relatamos.

Isabella proviene de un entorno caracterizado por el abandono emocional y físico y una profunda fragilidad parental. El padre de la paciente sufre de un alcoholismo que jamás se ha curado y la madre es una mujer deprimida de modo poco protector utiliza a su hija como confidente de sus dolores y desilusiones. Isabella reacciona ante este clima caótico y desorganizado en el que los padres luchan por cumplir un rol de cuidado, a través de la parentalización, una estrategia que le permite que se encargue de cuidar a sus padres con la ilusión de poder salvarlos del dolor, para que finalmente puedan cuidar de ella. Esta estrategia también la guiará en la elección de las parejas de su vida, todas personas profundamente frágiles afectadas por alguna forma de adicción, como Luca, quien se convertirá en su esposo.

Luca, dependiente de la cocaína y al juego, crece en una familia anafectiva y devaluante en la que ni a él ni a su hermano mayor (también adicto al juego y la cocaína) se

les ayuda a asumir responsabilidades ni a regularse emocionalmente. La familia, emprendedores y muy adinerados, tenderá a compensar el vacío afectivo llenándolo de objetos, bienes económicos y un trabajo fácil en el negocio familiar, sin realmente ayudarlos a liberarse y ser autónomos emocionalmente.

Cuando Isabella conoce a Luca, intuyendo el vacío afectivo en el que creció, se ofrecerá a reparar la falta de cuidado, con la ilusión de poder salvarlo de la dependencia, pero su estrategia no resultará eficaz ya que su forma de cuidar es infantilizante y no ayudará a Luca a hacerse responsable, tal como sucedió en su familia de origen.

Por su parte Luca, que en un primer momento se confiará al cuidado de Isabella, sólo reforzará el rol parentificado de su esposa alimentando sus ilusiones de que puede ser salvado por ella.

Isabella no logra curar las heridas de la infancia de Luca dada su necesidad de hacerse indispensable, para asegurarse de que no la abandonen, le impide responsabilizarlo por su malestar, haciéndolo cada vez más dependiente de ella e incentivando la ejecución del comportamiento agresivo y maltratante que el marido ya ejerció en la adolescencia hacia sus padres y que luego actuará también en su contra.

Luca no puede curar la herida de la infancia de Isabella, ya que una vez más la involucrará en la empresa de poder "merecer" el amor y la atención de una persona sólo después de haberlo curado y rehabilitado, para luego humillarla y culparla por el fracaso de la empresa.

Los frágiles fundamentos sobre los que se funda la pareja harán que el vínculo se derrumbe, llevando a que sus miembros retrocedan y se involucren en su propio funcionamiento individual, acentuando los síntomas de malestar de los cuales ya eran portadores. Pero se quedan "pegados", porque Luca ha encontrado una cercanía e Isabella un rol que le da reconocimiento. Sin embargo, el alto nivel de malestar parece estar relacionado con la predominante confirmación de los modelos operativos disfuncionales originales: su reorganización tiránica de él y la protectora de ella.

MÁS ALLÁ DEL ESTANCAMIENTO: HACIA LA TERAPEUTICIDAD DEL VÍNCULO

A continuación tenemos los ensamblajes potencialmente terapéuticos entre una partner desorganizada y otro organizado inseguro, evitante o ambivalente. En estos ensamblajes la parte reparadora se vuelve mucho más importante. Son parejas que no están estancadas, que oscilan entre el buen funcionamiento y facetas críticas. Parejas que solicitan a menudo terapia de pareja y normalmente logran beneficiarse.

EL CASO DE ANGELA Y RUGGERO: ENSAMBLAJE ENTRE DESORGANIZADA DE ALTO FUNCIONAMIENTO Y ORGANIZADO INSEGURO AMBIVALENTE.

Ángela es protagonista de una carrera asombrosa, aunque Ruggero también tiene un gran éxito. Sin embargo, llama la atención cómo Ángela es muy demandante y reivindicativa en la confrontación del esposo, especularmente él está muy temeroso, es incapaz de expresar su desacuerdo y se vive como una especie de prisionero. Ni siquiera puede salir un par de horas con un amigo. En la jerga de nuestra clínica hemos definido a estas parejas como: "ávida reivindicativa con empático contenedor".

La herida de Angela está bien resumida por la imagen de ella cuando era niña, aguardando en la ventana, espera ansiosa el regreso de la madre, muy poco presente, que no tolera el rol de madre y dueña de casa. Ángela lleva pues consigo una herida de abandono, que afortunadamente un buen padre ha sabido contener. Para tener un poco de la madre, así como Ferdinando, Ángela siempre ha sido muy buena. Ha desarrollado también el sistema motivacional interpersonal de la competencia. Aquí tenemos un narcisismo benigno, en el sentido de que el déficit de empatía es moderado (Ángela no se da cuenta de que Ruggero está sometido a ella). La fragilidad materna produce desorganización y por tanto una reorganización tiránica "ligera".

La herida de Ruggero es la de ser hijo de una madre que se asemeja a la de Ángela. Él es el primogénito de cuatro, la madre se fue con otro dejando a los niños a un padre destruido, que se temía podría poner fin a todo. Ruggero, apenas un adolescente, pone la situación en sus propias manos al permanecer cerca de su padre, pero también siendo siempre muy conciliador y gentil con la mamá. Acepta ir con su mamá en una embarcación con su nuevo hombre, jamás se enrabia con ella... ... Esta descripción parece corresponder a una organización de personalidad protectora y sumisa, por lo tanto de un área ambivalente. Ángela presenta entonces una continuidad significativa con su modelo familiar materna en el rechazo del rol doméstico, invirtiendo en sus objetivos mientras descuida a los hijos (reorganización tiránica), y también en ser muy dominante (reorganización autárquica), sin embargo encuentra al mismo tiempo en Ruggero una fuerte experiencia correctiva: él es una presencia estable y confiable, el contrario de su madre. La herida del abandono finalmente está contenida.

Ruggero reproduce en la nueva familia ese rol parentificado de sostenedor y sumisión complaciente (personalidad pasiva agresiva) pero él también encuentra una experiencia correctiva importante en la gran atención que su esposa es capaz de darle: finalmente es visto y Angela trata activamente de sostenerlo. Sí, es verdad que se ha emparejado con su madre, pero en realidad no, existen unas bellas diferencias.

Ninguno de los dos desarrolla síntomas graves, su calidad de vida es buena. El ensamblaje parece entonces predominantemente terapéutico, aunque la perfección no sea de este mundo. Ruggero se siente prisionero de las necesidades de Angela, esto lo cubre de un velo de tristeza y produce una ligera sensación de inadecuación... Un síntoma significativo es la procrastinación: pierde irracionalmente el tiempo cuando tendría mil cosas que hacer. Una modesta vendetta "pasivo-agresiva" que le da al "esclavo" una pequeña sensación de libertad...

RICCARDO E ISABELLA: ENSAMBLAJE ENTRE DESORGANIZADA DE ALTO FUNCIONAMIENTO E INSEGURO ORGANIZADO EVITANTE.

La pareja de Riccardo e Isabella se caracteriza por un ensamblaje en el cual ambos han estado expuestos a un clima de violencia, descontrol emocional, abandono al cual reaccionaron con dos estrategias distintas.

Isabella se desarrolla en un contexto en el que los padres manifiestan distintos tipos de fragilidad. El padre, irascible e impredecible, agrede a menudo a la madre, iniciando violentas peleas que Isabella presencia impotente y asustada. La madre aparece incapaz de protegerse a sí misma y busca de manera infantil consuelo en su hija y una alianza implícita contra el padre (triangulación).

Isabella se ve estimulada a desarrollar una estrategia de parentificación que le permita consolar y proteger a su madre, aunque también "mantener a raya" al padre, calmándolo. Su rol de salvadora se implantará en cualquier tipo de relación, con Riccardo en particular.

Riccardo proviene de una familia sin gozo, con un padre perenemente colérico, ausente e infeliz que a menudo dará rienda suelta a su frustración frente a su esposa y sus dos hijos. Riccardo también experimenta una madre frágil que es incapaz de protegerse a sí misma pero, a diferencia de Isabella, no tendrá jamás un diálogo con la madre, que no se expresa y no le permite entrar en contacto con sus emociones.

Riccardo vive en el abandono, el miedo y la carencia afectiva, aspecto que lo empujará a vincularse precozmente a figuras femeninas con relaciones estables, aunque también para llenar el profundo vacío afectivo mediante el uso de sustancias para anestesiarse la rabia y la tristeza dentro de él, sustancias que seguirá tomando a escondidas durante varios años sin que ningún familiar se dé cuenta de nada.

El encuentro con Isabella representará un momento clave en su existencia porque, a diferencia de sus otras novias que también eran tóxicas dependientes, esta mujer representa un modelo "sano", afectivo y disponible a creer en él y en su potencialidad. La perspectiva de construir una vida nueva y limpia con una mujer capaz de entrar en diálogo y en intimidad con él lo estimula a ir al Serd³, y logrará desintoxicarse.

Isabella, también profundamente carenciada, reemplaza inicialmente la droga haciéndose siempre disponible y presente en la vida de Riccardo el cual, la recompensa haciéndola sentir el centro del mundo y brindándole una atención nunca antes recibida. En cuanto Riccardo se recupera por completo deciden casarse, pero será en la vida normal y cotidiana donde la ilusión de haberse salvado de los dolores de la infancia comenzará a desbaratarse.

Tras la recuperación de Riccardo, Isabella comienza a distanciarse, reclamando la necesidad de espacios autónomos y expresando la necesidad de pasar más tiempo con su familia de origen, comportamiento que será interpretado por Riccardo como un abandono que reabre antiguas heridas. Al mismo tiempo Isabella luchará por aceptar los intentos de Riccardo de llenar los vacíos dejados por la ausencia de su mujer dedicada a ocuparse de sus padres, con actividades que lo alejan de ella.

Riccardo reaccionará con rabia ante la ambivalencia de su esposa, castigándola a través de quitarle la estima y la atención y comenzando a manifestar rabia y desprecio. La pareja está en una crisis importante y corre un riesgo regresivo introduciendo a su campo viejos guiones, sin embargo el malestar estimula a Isabella a buscar ayuda psicológica para modificar su propio comportamiento disfuncional hacia su esposo y la propia familia de origen.

La mujer logrará recuperar el deseo de cuidar a su marido, pero encontrará un modo de sostenerlo más evolucionadamente, proponiendo trabajar para recuperar una cercanía afectiva que ya no sea fusional.

Después de cierta resistencia, Riccardo se involucra en la terapia y logra ser más colaborativo, reconociendo la importancia para ambos de trabajar la capacidad de ser más autónomos afectivamente y de estimular a Isabella a liberarse de su propia familia de origen para reinvertir en su proyecto de pareja.

³ Nota del Traductor: en Italia el SERD es el Servicio para la Dependencia Patológica.

Isabella, manteniendo su defensa parentificada, ofrece a Riccardo un factor terapéutico al proponerle una cercanía afectiva que contemple también la autonomía recíproca y Riccardo acepta de responsabilizarse del malestar que lo lleva a buscar la fusionalidad con el otro, interrumpiendo comportamientos de rabia y punitivos heredados del modelo paterno.

A continuación tenemos las ensamblajes entre apegos inseguros organizados, como podría ser el de la “pareja más linda del mundo”: narcisista con narcisista, o la pareja de “dos socios”: evitativo con evitativo, la pareja simbiótica: sumiso ambivalente con sumiso ambivalente (probablemente hay varios otros, pero no los vemos a menudo en terapia).

PAREJAS TERAPÉUTICAS Y SANAS

Nuestra tabla de elementos prosigue con el ensamblaje entre un apego seguro y un apego inseguro organizado. Parejas que difícilmente veremos en terapia. Parejas en las que el inseguro organizado debería convertirse en un "seguro recuperado" (Zavattini et al 2013). Finalmente, por supuesto, la pareja seguro con seguro.

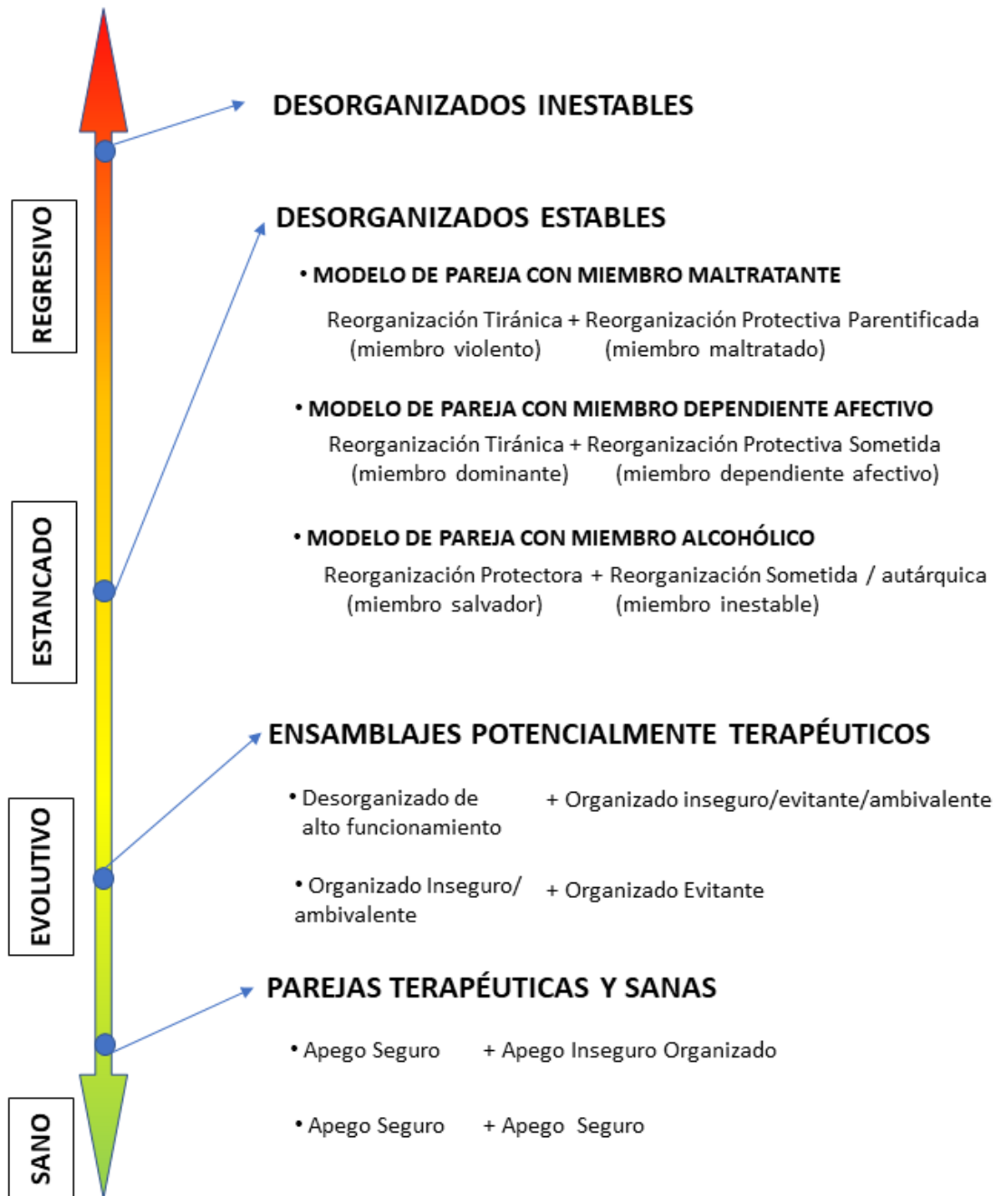
TRES FOCALIZACIONES PARA EVALUAR EL FUNCIONAMIENTO DE PAREJA

La más inmediata y evidente es la percepción de bienestar de ambos, en un continuo que va desde la satisfacción de ambos hasta la de uno de los dos, al descontento de ambos. Hemos visto una segunda focalización: la capacidad del ensamblaje de pareja para permitir o no una evolución del funcionamiento de los individuos implicados.

Una tercera focalización es sobre la continuidad/discontinuidad con el MOI: en las uniones descritas anteriormente parece evidente cómo la toxicidad del enlace parece estar conectada a la replicación de las estrategias de reorganización frente a las parejas, muy similares a los cuidadores inadecuados ya experimentados en el curso de la infancia. En tal caso, los MOI se replican y se amplifica la herida infantil de uno o ambos miembros de la pareja. En las parejas que logran cumplir una función terapéutica, el vínculo logra actuar como un lugar de “revisión” en el cual poder aflojar las propias defensas y evolucionar como individuo. En este tipo de parejas, se elige un compañero/a que permita cierta continuidad con las estrategias defensivas adquiridas en la infancia pero que, al mismo tiempo, logra ofrecer una parte reparativa (descontinuar suficientemente lo que queda del MOI) lo que favorece la interrupción de la repetición de guiones familiares disfuncionales, facilitando la cura del niño herido y su crecimiento emocional que quedó bloqueado.

La indagación de las heridas del niño interior, entendidas como necesidades fundamentales profundamente desatendidas, emerge como indispensable para comprender en qué medida los miembros de la pareja son capaces de sanar algunas de las necesidades infantiles que han quedado insatisfechas.

Interesante, por tanto, es subrayar cómo la terapeuticidad aparece conectada a un equilibrio entre la continuidad con los MOI, que permiten la permanencia del elemento de familiaridad, y la discontinuidad necesaria para curar en modo suficientemente significativo la herida del niño interior.



IDEAS ÚTILES PARA LAS ESTRATEGIAS TERAPÉUTICAS

Estas valoraciones de los ensamblajes de pareja pueden ser útiles no sólo para la terapia de pareja, también en las terapias familiares donde desde siempre los sistémicos nos hemos preguntado por el impacto en el hijo/a del tipo de relación de pareja entre los padres. Desde *Paradoja y Contraparadoja* (Selvini Palazzoli et al., 1975) Mara Selvini observó cómo el hijo paciente designado es el que más se involucra en los problemas entre sus padres. El bello libro que acaba de salir de la imprenta de Elena Camisasca (2022) da cuenta de muchas investigaciones interesantes sobre este tema. Pero es una valoración aún más decisiva cuando nos ocupamos de pacientes adultos graves que se encuentran establemente insertos en una relación de pareja, como es muy frecuente en los casos de depresión, en trastornos bipolares, adicciones, trastornos graves de la personalidad y, a veces, incluso psicosis. En efecto, en todos estos casos gravísimos cuando los pacientes viven solos, el pronóstico es mucho peor, debe ser el terapeuta quien construya una red de apoyo, con la propia psicoterapia, la psiquiatría, la asistencia sanitaria, la comunidad terapéutica, la comunidad de vida... Cuando tenemos, en cambio, una pareja estable, ello puede ser un gran recurso.

Una demostración histórica de esto la hemos tenido con el London Depression Trial, una investigación sobre la depresión severa en adultos, realizada por Julian Leff (Leff, Vaughn, 1985) que compara la intervención psiquiátrica estándar, la terapia cognitiva y la terapia sistémica de pareja, esta última en el modelo protocolizado por Asen y Jones (2000) que demostró una abrumadora mayor efectividad de la terapia de pareja sistémica. Esta investigación cuantitativa confirma las observaciones clínicas cualitativas de nuestra escuela, que muestran cómo las parejas de los pacientes adultos graves antes mencionados pueden clasificarse en tres categorías en orden de un pronóstico sucesivamente mejor:

- 1) El compañero/a reacciona al (problema) disturbio ignorándolo, con indiferencia, con hostilidad.
- 2) El compañero/a apoya el hacerse cargo pero no quiere involucrarse personalmente: delega la intervención en terceros.
- 3) El compañero/a está dispuesto a reflexionar sobre su parte involuntaria de corresponsabilidad en el sufrimiento de su compañero/compañera.

Este último es un gran recurso que muy raramente la psiquiatría y la psicoterapia sacan provecho, apuntando demasiado a las intervenciones totalmente individuales, en la falsa creencia que el paciente adulto sólo puede beneficiarse de esta intervención individual. Ya no es fácil llegar incluso a intervenciones familiares con los adolescentes más difíciles, mucho menos con los adultos. Pero es un territorio que merece una exploración seria, como ha demostrado la investigación de Leff, y toda la historia del trabajo con familiares en alcoholismo (AA, CAT, etc.). Se está publicando el libro de Fino y Penna (2023) sobre terapia de pareja, que muestra muy bien cómo la capacidad de los cónyuges para reconocer su parte activa involuntaria en el malestar de la pareja es una variable pronóstica determinante, para resolver un malestar relacional. Adicionalmente este factor pesa igualmente sobre el desarrollo de los síntomas.

Este mismo libro también muestra la importancia de trabajar en equipo o en co-terapia con parejas. Las reflexiones de este artículo confirman que para dominar un modelo teórico que abre tantas puertas: las individuales, la sistémica de la propia relación, la trigeracional que explica las heridas del niño interior, la intensidad de los reflejos/resonancias que la vida

de pareja no puede dejar de activar en los terapeutas... hace verdaderamente indispensable el trabajo en equipo y la supervisión recíproca. También para garantizar la flexibilidad de un entorno que no es sólo de pareja, sino que también debe ser individual y prever el alargamiento a las familias de origen y a los hijos (Cirillo, Selvini, Sorrentino 2022).

Conclusiones

Con este artículo tenemos la ambición de aportar algunas ideas etiológicas, que esperamos sean de utilidad en la clínica, tal vez incluso también para la investigación, sobre el tema del impacto tóxico/terapéutico de la vida de pareja en el bienestar individual de sus miembros, gracias a los nuevos criterios de evaluación producidos por los desarrollos en la teoría del apego (Lyons-Ruth et al 2009, Liotti y Monticelli 2008) sobre los temas de desorganización/reorganización del apego. Queremos subrayar la idea de que la narración de la propia vida pasada, típica de la fase de construcción del vínculo de pareja, permite a ambos miembros comprender al otro, y es una oportunidad para comprenderse a sí mismo. Una experiencia que se asemeja a una psicoterapia. Comprender lo que nos hace sufrir, testimoniarlo y ser escuchados es lo que frecuentemente la vida de pareja realiza espontáneamente, asimismo también un proceso en el que la terapia puede ayudar.

Bibliografía

- Asen, E., Jones, E., (2000), *Systemic Couple Therapy and Depression*. London, Karnac Books.
- Bowlby, J., (1988), *Una base sicura*. Tr.it. Cortina, Milano 1989.
- Borgioni, M. (2015), *Dipendenza e Controdipendenza affettiva: dalle passioni scriteriate all'indifferenza vuota*, Alpes, Roma.
- Cambiaso, G., Mazza, R., (2018), *Tra intrapsichico e trigenerazionale. La psicoterapia individuale al tempo della complessità*. Milano, Raffaello Cortina
- Camisasca, E., Miragoli, S., Di Blasio, P., (2014), "Strategie di coping efficacy nei bambini esposti al conflitto genitoriale: il ruolo dell'attaccamento". In *Attaccamento e sistemi complessi*, 1 (1), pp. 91-111.
- Camisasca E., Di Blasio P., Miragoli S., (2022), *Mamma e papà litigano ancora!* Unicopli, Milano.
- Canevaro, A., (1999), "Nec tecum nec sine te vivere possum. Terapia trigenerazionale per le simbiosi di coppia". In Andolfi, M., (a cura di), *La crisi della coppia*, Raffaello Cortina, Milano.
- Carli, L., (1995), *Attaccamento e Rapporto di coppia*. Milano, Raffaello Cortina
- Cirillo S., Selvini M., Sorrentino AM, (2022), L'equipe base sicura della sperimentazione dei formati in terapia familiare. In corso di stampa su *Terapia Familiare*.
- Fino, L., Penna, A., Recanatini, L., (2014), *Incanto e disincanto nella coppia*. Alpes, Roma.
- Fino L, Penna A., (2023), *Al di là delle parole. Un modello integrato di terapia con le coppie*, Mimesis. (in corso di pubblicazione)
- Framo, J. L., (1992), *Terapia intergenerazionale*, trad.it. Raffaello Cortina, Milano, 1996.
- Frumento, B., Nigro, C., Selvini, M., (2019), "Terapia di coppia e trattamento del disturbo post-traumatico del partner", *Terapia Familiare*, n. 119, pp. 21-36.

- Ghezzi, D., (2004), Terapia con le coppie, un protocollo consolidato. In *Terapia Familiare*, 74, pp. 11-41.
- Gritti, M.C., Lorenzini, B., (2010), Sintesi della giornata formativa di Matteo Selvini “Tossicità e terapeuticità del legame coniugale”, Materiale didattico della Scuola di psicoterapia Mara Selvini Palazzoli.
- Gritti, M.C., (2018), Dipendiamo. Un trattamento sistemico di gruppo per la cura della dipendenza affettiva, *Terapia Familiare*, n. 117, pp. 47-72.
- Hackenberg, E., Sallinen, V., Handolin, L., & Koljonen, V., (2021). *Victims of Severe Intimate Partner Violence Are Left Without Advocacy Intervention in Primary Care Emergency Rooms: A Prospective Observational Study*. Journal of interpersonal violence, 36(15-16), 7832–7854.
- Leff, J., Vaughn, C., (1985), *Expressed Emotion in Families*. Guilford Press, New York.
- Linares, J. L., Campo, C., (2000), *Dietro le rispettabili apparenze. I disturbi depressivi nella prospettiva relazionale*, trad.it. Franco Angeli 2003 Milano.
- Liotti G. Monticelli F., (2008) (a cura di), I sistemi motivazionali nel dialogo clinico, Raffaello Cortina, Milano
- Lyons-Ruth K., Dutra, L., Schuder, M.R., & Bianchi, I. (2009). Il legame tra disorganizzazione dell’attaccamento in età infantile e dissociazione in età adulta. In R. Williams (a cura di), *Trauma e relazioni* (pp. 313-343). Milano, Raffaello Cortina.
- Kernberg, O., (1984), *Disturbi gravi della personalità*. Trad. it. Boringhieri, Torino 1985.
- Selvini, M., (2014), “L’integrazione della diagnosi di personalità e dei funzionamenti post-traumatici nel pensiero sistemico”. In *Ecologia della mente*, 1, pp. 47-55.
- Selvini, M., (2018), *A challenge to borderline personality diagnosis: investigating post-traumatic personality disorders. connecting personality traits to development in the family*, EFTA CLINIC INTERVENTIONS IN FAMILY THERAPY, n°4, Springer, Berlin (Editor Juan Luis Linares and Roberto Pereira).
- Selvini, M., Sorrentino, A.M., Gritti, M.C., (Promuovere la resilienza “individuale sistemica”: un modello a sei fasi”, *PSICOBIEETTIVO*, n. 3, pp. 32-51.2012), “
- Selvini, M., Fino, L., Redaelli, L., Senatore, A., (a cura di), (2022), *Le sei fasi della resilienza. Un modello sistemico del trauma*, Libreria Cortina Milano.
- Selvini Palazzoli, M., Boscolo, L., Cecchin, G., Prata, G., (1975), *Paradosso e controparadosso*, Raffaello Cortina, Milano.
- Selvini Palazzoli, M., Cirillo, S., Selvini, M., & Sorrentino, A.M. (1988) I giochi psicotici della famiglia. Milano, Raffaello Cortina.
- Yalom, I., (1989), *Guarire d’amore. Storie di psicoterapia*. Trad. it. 1990, nuova edizione Raffaello Cortina, Milano 2020.
- Zavattini, G.C., et al. (2013), *Parlando con la coppia. Psicoterapia psicoanalitica della relazione di coppia*. Borla, Roma.