

**CUANDO HAY UN TERCERO EN LA PAREJA.
ESTRATEGIAS CLÍNICAS¹**

**WHEN THERE IS A THIRD IN THE COUPLE.
CLINICAL STRATEGIES**

Dante Ghezzi

Scuola di Psicoterapia “Mara Selvini y Palazzoli”
danteghezzi64@gmail.com

Paola Covini

Scuola di Psicoterapia “Mara Selvini y Palazzoli”
paola.covini@fastwebnet.it

RESUMEN

Este artículo examina situaciones en las que parejas en crisis buscan terapia mientras uno de los dos compañeros está comprometido abierta u ocultamente en una relación afectiva con otra persona. En nuestra práctica, resulta increíble definir una terapia de pareja que implique el compromiso mutuo de los compañeros cuando existe la inclusión de un tercero; por lo tanto, estas situaciones se gestionan en una fase de consultación. En caso de una traición evidente, revelada o descubierta, se acompañará al sujeto involucrado en otra relación y a su pareja a encontrar una salida. En el caso de una relación oculta, se indica una técnica que permite continuar con el trabajo terapéutico. Finalmente, abordamos la sospecha planteada por los terapeutas en el equipo acerca de la posible presencia de un tercero que nadie revela. Algunos ejemplos de casos emblemáticos ilustran apropiadamente las elecciones clínicas.

Palabras clave: terapia de pareja, técnicas terapéuticas, traición.

SUMMARY

This article examines situations in which couples in crisis ask for therapy while one of the two partners is clearly or secretly engaged in an emotional relationship with another person. In our practice, couples therapy is not credible when there is a third party since the definition of couple implies the mutual commitment of both partners. Therefore, these situations are handled in a consultation context. In the case of an obvious betrayal, revealed or discovered, the person involved in another relationship and his partner will be accompanied to find a way out. In the case of a hidden relationship, a technique that allows the therapeutic work to continue is identified. Finally, the article faces the suspicion, that the therapists arouse in the team, that there is a third party that no one reveals. Some emblematic clinical vignettes of cases illustrate this theme and exemplify the clinical choices.

Keywords: couples therapy, therapeutic techniques, betrayal.

¹ Traducido por Ps. Freddy Orellana con la colaboración de Francesca Silvestro.

INTRODUCCIÓN

EL PRESENTE ARTÍCULO CONSTITUYE una profundización adicional del trabajo clínico con parejas, después del trabajo de Covini (2022) sobre los hijos en terapia y dos trabajos previos (Ghezzi, 2004; Covini, 2013), los cuales siguen siendo referencias en nuestra práctica clínica y en los criterios teóricos y metodológicos.

El primer texto, "Terapia con las parejas, un protocolo consolidado" (Ghezzi, 2004), presenta un método que se articula en cuatro fases: consultación inicial con sesiones en pareja hasta el contrato de terapia, ciclo de sesiones con la pareja después del contrato, ciclo de sesiones individuales para el desarrollo de los aspectos personales en la pareja, y la reanudación de las sesiones en pareja hasta la conclusión. El enfoque terapéutico propuesto se desarrolla en sesiones mensuales de dos horas con la presencia de dos coterapeutas para un total de 12/18 encuentros. El momento del contrato es fundamental y se propone al final de las primeras sesiones de consulta, en las cuales se recopila información sobre la historia de la pareja, la crisis y los intentos de solución experimentados. El contrato definirá un equipo / alianza de cuatro, pareja y dos terapeutas, con entendimientos y claridades compartidas que luego fundamentarán el trabajo clínico.

El segundo texto, "Técnicas de manejo en la terapia de pareja" (Covini, 2013), representa una profundización de la primera fase, con sugerencias y reflexiones que buscan potenciar la claridad y eficiencia de la intervención clínica subsiguiente.

La elección del tema de este artículo surge del debate interno en el equipo Ghezzi-Covini, enriquecido por la contribución de Cesira Di Guglielmo y los estímulos surgidos en la actividad docente en el Curso Bidual de Terapia de Pareja, que ha llegado a su decimoséptima edición en la Scuola Mara Selvini de Milán. Entre los muchos temas posibles que caracterizan el trabajo con parejas, elegimos profundizar en uno crítico y muy delicado: cómo enfrentamos la existencia en la escena de otra relación por parte de uno de los compañeros mientras se solicita terapia de pareja. Utilizaremos algunos ejemplos de la casuística para hacer más ilustrativas nuestras reflexiones y propuestas.

El presente artículo no trata de la infidelidad, un tema que merecería un análisis mucho más profundo (Palazzo, 2020; Perel, 2018), sino más bien una reflexión sobre nuestro trabajo cuando nos encontramos en situaciones en las que, mientras la pareja nos señala sufrimientos y dificultades graves, uno de los dos compañeros está involucrado con un tercero, más o menos conocido. ¿Está relacionada la incomodidad actual de la pareja con esta presencia? No siempre, pero para aquellos que nos piden ayuda, ciertamente la conexión existe. Hay, como señala la literatura, experiencias de parejas que experimentan de manera subjetivamente positiva aperturas a terceros en su relación. Las modalidades asumen formas y colores diferentes, pero lo importante aquí es destacar que, si otras presencias brindan bienestar a los compañeros o no causan sufrimiento, estas parejas obviamente no acuden a nosotros.

Lo que detectamos al interactuar con aquellos a quienes encontramos es que muchas nuevas relaciones surgen en entornos laborales, entre amigos y en diversos contextos sociales, y con cierta frecuencia, el tercero ha sido conocido y frecuentado a través de canales sociales en el mundo virtual. En estos casos, largos intercambios y diálogos sobre diversos temas han creado afinidad, curiosidad, interés y cercanía, por un lado, y distancia en las relaciones cotidianas por el otro. Notamos que, para muchos, el mundo de los chats

se convierte en un espacio propicio para encuentros e intercambios emocionales interesantes.

EVOLUCIONES

La dinámica de las parejas ha cambiado con el tiempo (Andolfi y Mascellani, 2019). Nos encontramos con parejas en crisis que recurren a los clásicos patrones románticos, pero también con parejas que sufren por la presencia de un tercero conocido, llegando incluso a parejas que se cuestionan y necesitan dialogar sobre la revelación/descubrimiento de la homosexualidad de uno de sus miembros.

Bauman (2000; 2005), en sus escritos, desde una perspectiva sociológica, reflexiona sobre el cuestionamiento de puntos de referencia, quizás, demasiado rígidos. Destaca cómo la atribución de gran valor a las elecciones realizadas, subrayando la responsabilidad individual y colectiva en el compromiso de respetarlas, han dado lugar a una situación más incierta y cargada de ansiedad. El énfasis excesivo puesto en la mayor libertad individual corre el riesgo de relegar a un segundo plano la fidelidad al compromiso y al cuidado de las relaciones.

Estas consideraciones, junto con la experiencia de la vida actual, deberían llevar a los terapeutas a reflexionar sobre el riesgo que tenemos de influir en la práctica clínica con la propia idea de pareja o ideal de pareja. El riesgo de caer en juicios moralistas o intervenciones condenatorias puede controlarse no solo mediante la experiencia y el conocimiento clínico, sino también a través del trabajo en equipo. A veces, el comportamiento de un partner puede parecerse difícil de aceptar, y corremos el riesgo de colaborar con el otro que quiere ser reconocido como la víctima exclusiva.

Cada vez con más frecuencia nos encontramos siendo interpelados para ayudar a las parejas en la búsqueda de valores compartidos: después de años de unión, parecen descubrir que ya no reconocen el patrimonio de valores que estaba en el origen de su vínculo. Nuestro papel se convierte en el de traductores, aclaradores y acompañantes de pensamientos, emociones y sentimientos que en el presente tienen dificultades para ser compartidos fuera de la sala de terapia. Dos ejemplos indicativos.

La posición culturalmente vegana siempre asumida y compartida por una pareja necesita ser mediada entre los dos compañeros cuando, al convertirse en padres de hijos que ya pasaron la primera infancia, deben enfrentar las decisiones escolares y la inscripción en escuelas que requieren ciertas mediaciones o compromisos. Entre los dos surge un fuerte conflicto. ¿Se trata de la traición de un valor?

"La fidelidad en la pareja no tiene que ver con cerrarse a cualquier otra experiencia sexual...", argumentaba una señora a su esposo que apenas toleraba la solicitud de su esposa de intentar ser más libres.

En este contexto, no profundizamos en la crisis de las parejas que, al mantener abierta su vida sexual a terceros (intercambio de parejas, parejas poliamorosas...), hoy buscan ayuda. Nuestra limitada casuística en la práctica clínica sobre tales situaciones nos obliga a no abordar esta cuestión.

EL TERCERO "INCÓMODO"

Nota filológica: al hablar de un tercero en la pareja, usamos deliberadamente en este texto palabras quizás en desuso, pero fácilmente significativas, como amante y traición; sin ignorar que nuevos lenguajes podrían proponer términos alternativos.

No es raro que, al acudir a un terapeuta de pareja con la solicitud de terapia, se presente una dificultad específica relacionada con la existencia de un tercero, un amante oculto de uno de los dos; una relación a veces recientemente establecida, pero que a veces perdura secretamente durante años. La problemática radica en la contemporaneidad, ya que, mientras existe la vida en pareja, también está en marcha otra relación. Se comprende bien que eventos pasados y factualmente cerrados, aunque dolorosos, tienen un peso diferente y, si dejan secuelas, permiten un tratamiento diferente. Podemos encontrar diferentes tipologías: a veces, la solicitud de terapia de pareja sugiere la presencia secreta de un tercero que el cónyuge involucrado no tiene la intención de revelar a nadie; en otras ocasiones, hay información sobre la presencia de un tercero, desconocido para la pareja, informado al terapeuta por la persona implicada que se siente insegura y confusa. En algunos casos, la persona que ha sido traicionada conoce la existencia del tercero, pero no confía en las promesas de su pareja que, después de ser descubierto o develarse a sí mismo, ha garantizado, solemnemente o mediante comunicaciones y acciones contradictorias, que ha terminado la relación y desea mantener y renovar el vínculo conyugal.

Incluso a veces el terapeuta tiene la impresión de que hay un tercero del cual nadie habla. Es difícil sospechar algo importante de lo cual no se puede hablar y cuya presencia podría ser tan seria como para afectar todo el trabajo. De hecho, es diferente abordar precozmente en la clínica un asunto no revelado en comparación con descubrirla durante un contrato de terapia ya acordado o incluso cuando ha surgido durante el proceso. La cuestión es importante desde un punto de vista técnico, ya que afecta la eficacia de nuestro trabajo: es cierto que no tenemos una bola de cristal, es cierto que solo podemos trabajar con lo que nuestros pacientes nos traen, pero también es cierto que debemos confiar en lo que el instrumento que somos nos señala a nosotros mismos. El tema, por lo tanto, es delicado y complejo. Cuando, por diversos motivos comprensibles, el actor de la nueva relación no quiere hablar de ello durante la sesión, haciendo que el tema sea intratable, y deja o incluso pide al terapeuta que proponga vías de salida, para nosotros como terapeutas es necesario considerar el momento adecuado para salir del secreto.

Como siempre, se aprende de los errores. En el pasado, tuvimos que soportar la indignación de un esposo que, criticado por su esposa por ciertas presuntas libertades, descubrió por sí mismo, después de meses de terapia, que su esposa mantenía otra relación mientras declaraba querer revitalizar la relación de pareja. Al descubrir esto, nos acusaba como terapeutas, no sin razón, de "no haber entendido nada", planteando serias dudas sobre nuestras competencias profesionales.

Hemos comprendido, por lo tanto, que es un error dejar de profundizar en este tema tempranamente en la terapia, posponiéndolo a eventuales momentos sucesivos. Una elección de este tipo coloca de hecho al terapeuta en una posición de fragilidad: "¿cómo puedo confiar en un profesional si no ha entendido la enfermedad?" podría afirmar con razón un cónyuge que descubre la traición del otro. Incluso quien traiciona no está cómodo:

aparentemente se encuentra en una posición de mayor poder, pero ciertamente está confundido respecto a lo que quiere de la pareja y de la terapia.

Hemos entonces pensado en provocar nosotros mismos la ocasión para poder abordar el problema tempranamente. Subrayamos que no todas las parejas que buscan terapia, obvia y afortunadamente, tienen internamente la dinámica, de una relación secreta para uno, perturbadora para el otro, paralela y contemporánea. Entonces, ¿cómo se puede saber en ausencia de una revelación explícita? Nuestra elección ha sido hacer la pregunta sobre posibles otras historias en curso, siempre y en cualquier momento que una pareja nos solicite terapia o consulta. Este enfoque, que podría parecer excesivo, ha dado sus frutos, de hecho, la experiencia nos ha revelado que hacer tal pregunta no solo es útil sino también revelador. En la base de nuestra pregunta formulada tempranamente hay una convicción que con el tiempo se ha arraigado en nosotros: es imprudente, arriesgado, además de inapropiado y contraproducente, comenzar una terapia de pareja en la duda; conviene moverse con seguridad y actuar a tiempo.

PROCEDIMIENTOS

No pocas veces, la persona involucrada en otra relación, pero aún ligada en la relación con su pareja, siente la necesidad de hablar y exponer personalmente lo que se ha convertido en una carga. La decisión de emprender una terapia de pareja, que testimonia la crisis, pero también el deseo de que el vínculo perdure, no se sostiene con el hecho de cultivar otra relación. Algunos llaman para pedir una cita y nos anuncian explícitamente que mantienen otra relación, pidiendo absoluto secreto sobre la noticia. Otros avanzan más cautamente o de manera críptica en la solicitud de una reunión personal antes de la sesión de consulta en pareja que les proponemos. En ambos casos, se hace necesario tener una sesión individual.

En el primer caso, cuando existe el secreto y se nos pide que lo guardemos, debemos aclarar nuestra imposibilidad de aceptar y proponer la configuración de terapia de pareja. Somos conscientes de que no tenemos los recursos ni la voluntad, en el contexto de la terapia de pareja, para gestionar una bigamia mientras se está llevando a cabo la revitalización de la pareja histórica. Debe ser claro que nuestra preocupación no es de índole moralista; aquellos que vienen a nosotros, terapeutas, no nos preguntan qué deben hacer, aunque sí pueden traernos una mente confusa y un corazón inquieto, ni nosotros tenemos la función de dar consejos, más bien, podemos acompañarles a enfrentar y resolver estos tormentos. No pensamos por ellos, pero les ayudamos a pensar. Debemos expresarnos, descubriendo que hay responsabilidades tanto para nosotros como terapeutas, como para ellos como parejas (Doherty, 1999). Este concepto se puede expresar con una pregunta básica: "¿cómo se puede revitalizar la relación con la pareja, emprendiendo un camino de terapia de pareja difícil y tal vez doloroso, involucrándose con terapeutas, mientras el corazón está en otro lugar?"

Puede ser necesario, entonces, si la otra relación aún está en curso, ver juntos qué camino adoptar. Cuando se nos solicita una sesión individual "para información reservada", aceptamos la solicitud para abordar una solicitud personal legítima, generalmente pidiendo que simplemente se informe al compañero sobre la cita. Es diferente cuando se nos comunica que existió una relación, pero que ya ha concluido. En este caso, pensamos que lo que ocurrió antes de la consulta no necesariamente debe ser revelado.

Como se expuso en el segundo de los artículos citados al principio (Covini, 2018), estas sesiones individuales son manejadas por un solo terapeuta del equipo; esta elección tiene varias ventajas: protege la configuración posterior de una posible terapia de pareja y cuesta menos para los pacientes; al mismo tiempo, garantiza que el compañero ausente sepa que el equipo completo sigue estando disponible para la pareja.

¿Qué hacer con la incómoda comunicación ya proporcionada por teléfono sobre la otra relación en curso o la probable misma comunicación aplazada para el momento más seguro de la entrevista individual? Primera posibilidad: nuestro interlocutor podría decidirse a hablar de ello con su pareja, sintiéndose respaldado por los terapeutas en el contexto de consultación de pareja. Frente a esta propuesta, casi siempre recibimos una respuesta negativa, ya que el implicado teme reacciones que podrían ser incontrolables, no desea causar sufrimiento al otro y, sobre todo, puede seguir estando indeciso sobre qué hacer, confuso acerca de sus elecciones de vida. Comprende que, si quisiera revitalizar la pareja, no debería mantener la relación clandestina y, del mismo modo, puede agregar que ya está considerando ponerle fin. ¿Qué podemos hacer nosotros terapeutas?

La señora Marta R., ante la propuesta de convocatoria de la pareja, después de una llamada telefónica en la que declaró una situación de conflicto con su esposo, caracterizada por peleas y acciones llamativas, responde solicitando una sesión preliminar para ella, "para entender mejor y para explicarme con más detalle". Se intuye que la señora probablemente quiera comunicar algo en una conversación directa que no puede expresar por teléfono. Cuando se presenta, habla de temas generales, repite información ya dada por teléfono. Al ser instada a revelar temas más delicados, empieza a hablar de una relación en curso con un amigo de la familia más joven que ella, quien, según ella, la cortejó por su carácter abierto y espontáneo. La relación clandestina ha estado ocurriendo durante algunos meses a duras penas; al principio, ella se ilusionó pensando que "algo podría suceder", luego se dio cuenta de que el amante tenía intenciones ligeras, pero no pudo alejarse. Lloro, no sabe qué hacer; ya una vez lo dejó, pero luego volvieron a empezar; "ese tipo seguiría así siempre, viéndome esporádicamente, no resisto, pero no sé qué hacer". Dice que su esposo no sospecha nada. Fue ella quien propuso la terapia de pareja para reducir las peleas y sentirse menos humillada por los estallidos de su esposo. Si ella y su esposo logran una mayor tranquilidad, le sería más fácil dejar a la otra persona. En este caso, se le dice a la señora Marta que, en plena autonomía y toma de decisiones personales, si desea intentar la terapia de pareja con su esposo, no puede estar vinculada a otra relación. Marta todavía llora, dice que lo sabe y entiende muy bien, pero se siente en arenas movedizas. No obstante, en este punto le toca a ella decidir.

A veces, con algunas sesiones, acompañamos a aquellos que están viviendo esta incertidumbre a salir de un debate centrado en los méritos y deméritos de uno u otro y a enfocarse principalmente en sí mismos y en sus elecciones. "Nunca pensé que me enamoraría de otro...; no me reconozco..." son expresiones de sorpresa que, si se recopilan, remiten a una exploración de uno mismo que trae a la superficie, con dificultad y sufrimiento, nudos no resueltos muy antiguos.

LA CONSULTACIÓN

Nuestra práctica clínica nos ha indicado desde hace tiempo que, en la plena autonomía decisional del sujeto que nos contacta, iniciar la terapia con un campo libre de otras relaciones garantiza el buen desarrollo del proceso y posibilita un resultado positivo. Probablemente, hay otros terapeutas de pareja que no consideran necesaria la limpieza del campo, que nosotros consideramos indispensable, y que reciben a aquellos que buscan ayuda siempre y en cualquier caso. No nos consideramos competentes para trabajar en el contexto terapéutico con una situación demasiado compleja, como la de "tener el pie en dos zapatos". Otra cosa, como ya mencionamos, es trabajar con estas complejidades en un contexto de consultación, donde los márgenes de libertad, pensamiento y acciones posibles, tanto para quien busca ayuda como para quien escucha, son mayores.

A veces, en el pasado, dado que ahora nos hemos vuelto prudentes y oportunamente suspicaces hasta el punto de plantearnos regularmente la pregunta sobre la existencia de un tercero, nos ha ocurrido suponer durante las sesiones de consulta que algo nos había sido ocultado y, detrás del espejo en los intervalos de la sesión, sospechar la existencia de otra relación en curso para uno de los dos involucrados. ¿Qué hacer, entonces, si la pregunta surge al interior del equipo?

Franco y Giovanna solicitan terapia de pareja señalando un silencio sexual que dura desde hace tres años. Ambos tienen 40 años y trabajan en un estudio de arquitectura asociado, junto con otros colegas. Han estado conviviendo durante 7 años, pero su historia comenzó hace más de 10 años; no tienen hijos, por elección. Es ella quien siempre lo ha buscado, y él admite haberse dejado de implicar, aunque con cierta reserva. Mantienen intereses comunes, pasión por los viajes y una buena relación con varios amigos. Ella siente que él está muy distante, le ha preguntado si aún se siente ligado a ella, sin obtener respuestas claras. Ahora se preocupa por la falta de entendimiento sexual y se pregunta si esto es la causa o el resultado de su malestar. Por lo tanto, ha decidido buscar terapia de pareja y ha aceptado la premisa de las sesiones iniciales de consulta, logrando llevar a Franco consigo, aunque no esté particularmente involucrado. Durante estas sesiones, ella parece interesada en una reparación de la relación, mientras que Franco sigue manteniéndose un poco al margen. La pregunta sobre la posibilidad de que la crisis incluya también la existencia de otra relación abierta por parte de Franco nos parece creíble. Ciertamente, no queremos empezar la fase terapéutica manteniendo la duda. Como en otras circunstancias similares, utilizamos una artimaña probada. Durante la segunda sesión, poco después del inicio, proponemos continuar durante un tiempo limitado con dos breves tramos individuales para explorar mejor las motivaciones personales para la terapia.

Nadie objeta y un terapeuta se acomoda con Franco en otra habitación, mientras la otra terapeuta continúa con Giovanna. La tarea es precisa: preguntar explícitamente a Franco si está manteniendo otra relación, ya que percibimos en él cierta resistencia al setting y nos cuestionamos sobre la credibilidad de la terapia de pareja en la que tanto insiste Giovanna. Apenas se hace la pregunta, sin objeciones, como en un movimiento liberador, Franco admite: desde hace año y medio se encuentra clandestinamente con un antiguo amorío que ha redescubierto, al principio casi como un juego, luego más involucrado, y ahora con dudas. El aspecto sexual está presente, pero no es realmente determinante. Expresamos a Franco nuestra fuerte perplejidad de involucrarnos en un proceso de pareja mientras él mira en otra dirección. Él objeta que no está realmente comprometido, al menos no tanto. Quizás él no pueda involucrarse demasiado y, por lo

tanto, incluso la traición tiene un valor relativo. Con él nos preguntamos qué hacer. No una terapia de pareja, al menos no ahora, decimos. Se siente aliviado, pero se pregunta cómo justificarlo ante Giovanna. Le proponemos a Franco que seamos nosotros, los terapeutas, quienes, al percibir su indecisión actual, la posterguemos hasta un momento de mayor determinación compartida. Franco acepta y confía, relajándose. En cambio, con Giovanna, la breve conversación ha tenido como tema su demora en decidirse a buscar ayuda y, por lo tanto, ha resultado ser útil; Giovanna llora cuando no puede explicar por qué esperó tanto para tomar la iniciativa de contactar a especialistas, sintiéndose la más infeliz de los dos. Después de un intervalo en el que los terapeutas nos reunimos y conversamos, decidimos reunir a ambos y presentar la baja motivación actual de Franco para la terapia de pareja. La mujer acepta con pesar que su compañero no está listo, intenta insistir, pero finalmente acepta nuestra propuesta de posponer la terapia durante seis meses. Estamos en marzo, a posterior de las vacaciones de verano italianas, uno de los dos, según decidan, se pondrá en contacto telefónicamente para concertar una cita o para informar sobre la situación, aunque sea de incerteza decisional. Aún Giovanna sigue obteniendo el compromiso de Franco —no sabemos cuán auténtico o instrumental, sin embargo, el clima emocional ha cambiado— que de algún modo se pregunta "qué quiere ser de grande". Los despedimos. Franco nos llamará un año después para solicitar una sesión de pareja, la relación externa está cerrada desde hace muchos meses, "pero sabe, doctor, me tomé mi tiempo para darme cuenta de que Giovanna y yo podríamos volver a estar mejor".

¿Cuál fue, verdaderamente, el aspecto positivo expresado en la acción singular de hacerle a Franco la pregunta directa? Él la ha utilizado como una oportunidad anticipada; él fue comprendido y no juzgado por la situación en la que se encontraba. Aprovechó la oportunidad de salir del paso en ese momento, siendo consciente de que luego tendría que responder de manera responsable a la demanda de los terapeutas, quienes interpretaron y valoraron a su vez, la espera de Giovanna. Lo que podría parecer un movimiento audaz, quizás temerario, al preguntar cuál es la realidad de los hechos por parte de psicólogos que tradicionalmente deberían ocuparse de vivencias y significados, resultó ser útil porque llegó de una manera inusual directamente al corazón y la mente. La práctica de llevar a cabo una intervención poco convencional, fuera de los cánones consolidados, dividiendo a la pareja en la fase de consultación solo para investigar posibles relaciones adicionales, ha sido probada por nosotros, experimentada por colegas y alumnos, y hasta ahora ha dado resultados útiles, eliminando los riesgos y las complicaciones difíciles derivadas de una revelación tardía, calificándose así como una oportunidad adicional entre nuestras herramientas profesionales.

Mientras que para Franco y Giovanna el tiempo ha permitido un movimiento provechoso, en otros casos puede ser necesario idear una estrategia dilatoria que permita avanzar con seguridad. Nos referimos a situaciones bastante comunes en las que solo el partner involucrado sabe del tercero, que lo ha revelado ya sea espontáneamente o a raíz de nuestras preguntas con la modalidad de breves conversaciones separadas durante una sesión de consulta. Esta persona puede afirmar genuinamente estar interesada en la terapia de pareja y encontrarse en la fase de cerrar la relación clandestina. Se reflexiona entonces con él sobre cuánto tiempo se necesita para llegar a esa meta: ¿un mes, dos, más? Al final de la reflexión conjunta, se puede acordar un tiempo creíble. Solo al final de este período, en plena seguridad, la persona que ha cerrado la relación informará al terapeuta sobre el hecho consumado, permitiendo que se abra la puerta de la terapia. Pero, ¿qué decirle al partner?

Será directamente el terapeuta quien, después de discutirlo con el colega, retirará el fósforo encendido de la mano del responsable. Cuando retomamos la sesión conjunta, el terapeuta declarará aproximadamente lo siguiente, de una manera casi ritual: "Hemos entendido que ustedes como pareja tienen el deseo de emprender un proceso de recuperación y revitalización, pero los consideramos no completamente listos, por tanto, les damos algunos meses de reflexión, estaremos disponibles para volver a vernos en breve para comenzar con más seguridad". Se deberá gestionar la eventual disconformidad del compañero libre y más motivado, pero si se acompaña la propuesta de espera con ideas razonables y pertinentes para una reflexión individual y de pareja, suele ser aceptada. Esta modalidad de trabajo generalmente ha demostrado ser efectiva y ha permitido salir de situaciones confusas. Queda entendido que de la relación que la persona implicada ha cerrado no se hablará más, al menos por parte de los terapeutas, ya que es un suceso anterior al inicio de la terapia.

Diferente es la situación en la cual la relación de uno de los partner con un tercero es conocida en el momento de solicitar terapia de pareja. En este caso, el nudo está representado por la dificultad del sujeto que actúa en la relación externa para cerrar ese vínculo y por la duda que persiste en el cónyuge que ha sido traicionado respecto al cierre auténtico de la relación, afirmada o prometida. En este caso, proponer un contrato de terapia de pareja nos parece impropio, mientras que es oportuno gestionar los problemas en el contexto más libre y ágil de la consultación.

PERMANECER EN LA FASE CONSULTIVA

Consideramos que es oportuno permanecer en el contexto de consulta, prolongándola adecuadamente, incluso cuando, al revelarse la relación con otro, el sujeto involucrado no pueda decidirse y sea genuinamente incapaz de elegir. A veces, incluso ocurre que el mismo cónyuge adolorido observador, a pesar de su sufrimiento e inquietud, sea él o ella, se involucre inapropiadamente (¡e imprudentemente!) en la temática muy personal de la elección.

El señor Carlo Ottavi, un ejecutivo de 37 años, su esposa, Alda, empleada, y dos hijas en edad escolar, ha desarrollado un vínculo afectivo con una mujer separada y madre de dos niños que son compañeros de escuela de las hijas. Descubierta por su esposa después de algunos meses turbulentos, él ha salido de casa y vive en un estudio. Alda lo insta a una consulta de pareja con la intención de buscar terapia. Él no se opone, siente que debe esforzarse por salvar el matrimonio al que dice no querer renunciar, pero sigue viendo a la otra persona... se siente confuso. Las primeras dos sesiones son de difícil conducción, ya que se deben equilibrar las lágrimas de Alda y sus súplicas a su esposo con las críticas de Carlo a la manipulación diaria de su esposa "que me hizo hacer lo que ella quería durante toda la vida, torcida como está su mente y cargada con sus fragilidades". Ella está incrédula y desconcertada por los eventos revelados, nunca habría supuesto que "alguien como él, paciente, pacato, pudiese hacer tal desbandada". Él le responde que no se trata de un desvío, sino del descubrimiento de la posibilidad de una vida diferente. Nosotros, terapeutas, actuamos como espejos, escuchamos, pedimos aclaraciones, comentamos cortésmente, subrayamos redundancias, evidenciamos contradicciones; permitimos que se produzca un difícil enfrentamiento entre dos personas que parecen no tener ya ningún punto en común, ya que hoy son extraños al sentir del otro. Buscamos, en la reconstrucción de la historia de pareja, las raíces de la crisis subyacente a la elección

de él de vincularse con otra mujer; utilizando la circularidad, hacemos que hablen el uno del otro no en el terreno de los reproches, sino en el de captar emociones y razones. En la cuarta sesión (la frecuencia acordada es quincenal), el Sr. Ottavi tiene una posición más clara y afirma: "Es útil venir aquí a hablar con ustedes, pero debería venir solo porque ahora he comprendido que soy yo quien debe decidir si recuperar el pasado o mirar hacia un futuro diferente; hoy ya no es Alda quien tiene poder sobre mí; entiendo su malestar y lamento eso, pero sé que debo llegar a decidir yo". La consulta continúa, con el consentimiento de Alda, con dos sesiones individuales de Carlo en las que se enfoca en sus propias dudas, pero también en sus puntos fuertes, en sus opciones posibles y las compara con diversos escenarios, tanto factuales como emocionales, propios, de la esposa y de las hijas. Alda viene a una sesión, dolorosamente consciente, ya que cree que no tiene cartas para jugar y está en una posición de espera. Luego de otras dos sesiones en pareja, durante la segunda, el Sr. Ottavi anuncia que ha tomado una decisión, deja a su esposa con la que ya no ve ninguna posibilidad de reavivar la relación, y estará con la nueva pareja. Alda ya es consciente de la decisión de Carlo y ha comenzado a pensar en sí misma sin su esposo, aunque se ve muy herida.

¿Cuál es el sentido de la consulta en un caso como el de Alda y Carlo? Las sesiones permitieron una salida gradual de la congestión acusatoria o reivindicatoria y de la confusión paralizante en la que ambos se encontraban de manera diferente. La consultación ha permitido y promovido una escucha de sí mismo y del otro, antes imposible, hasta permitir a ambos darse cuenta de la imposibilidad de una verdadera recuperación. Es un contexto muy rico, clínicamente productivo, orientado a aclarar los sentidos y sentimientos de cada uno, a contener el aspecto agresivo, a calmar la ansiedad de decidir de inmediato, a sentirse recibidos y legitimados. Los terapeutas ofrecen un espacio seguro para ser acompañados en momentos delicados que la pareja no puede manejar por sí misma. En el caso de Carlo y Alda, la elección de uno de ellos fue cerrar la relación; sin embargo, en otras situaciones, la consulta prolongada ha tenido la función de redescubrir lentamente la esperanza de una recuperación, de la cual puede surgir una solicitud de ayuda que luego puede desembocar en una terapia de pareja, propiamente tal.

Anna, de treinta y cuatro años, y Sergio, de treinta y nueve, ella médico y él funcionario, casados desde hace siete años y padres de una niña de cuatro años, traen a la sesión sus dificultades. Ella afirma "no sentir nada por él" y quiere separarse; él, desconcertado por lo que describe como "un rayo en cielo despejado", cuestiona esta posición y solicita terapia de pareja. Se activa entonces la praxis de la consultación inicial. Después del relato común de un compromiso apasionado, surge una especie de gran decepción por parte de Anna: después del nacimiento de la niña, ha observado que él, aprovechándose de sus responsabilidades maternas que le impedían tener la vida relacional previa, cambiaba y se desinteresaba de ella, centrándose en sus amigos y el trabajo. Sergio responde, admite quizás menos pasión y presencia, pero intenta restar importancia y promete más atención, no quiere perderla. Anna informará, en una sesión individual propuesta por los terapeutas, que desde hace seis meses ha iniciado una relación con un colega. Sin embargo, quiere afirmar y subrayar que el origen de la crisis con Sergio es anterior y que la nueva relación es una experiencia transitoria, más bien una prueba que ya ha fracasado y que ahora está en fase de cierre. Declara que quiere separarse para vivir sola, decepcionada del matrimonio, de los hombres y de sus promesas

inconsistentes. En la cuarta sesión de la fase consulta de pareja, Sergio afirma triunfante el haber descubierto la relación de Anna con un colega y se desencadena ante los terapeutas un ataque rabioso que reproduce las vehementes acusaciones que ya le había expresado después del descubrimiento. La señora está afligida; ha intentado explicarle a su esposo que el otro no es la razón por la cual ya no siente atracción por él, pero ve que él, ciego y sordo, se conforma con reprocharla y culpabilizarla. Anna está reforzando su intención de separarse. De todos modos, ha cerrado la relación con el colega y está convencida que no habrá otras consecuencias de ello. Con esfuerzo, ayudamos a Sergio a comprender que hay cierta verdad, si no en los hechos, al menos en los sentimientos de Anna; que definirla traidora es pertinente pero no resolutivo; que su dolor es legítimo y creíble, pero es necesario hablar de los dos, de los errores que ocurrieron, sin limitarse solo a acusar a Anna. Él intenta escuchar, pero ya no confía; ella se siente en falta, pero también infelizmente no comprendida. Los despedimos invitándolos a reflexionar, a calmar las quejas mutuas, a vivir quizás un poco suspendidos, sin decidir apresuradamente; aprovechando las vacaciones de verano para hacer una pausa. Los volvemos a ver en septiembre, él está más tranquilo, pensativo; ella siempre en tono bajo, pero también sorprendida por algunas inesperadas atenciones de él. En un par de sesiones logramos estimular la confianza para proponer el contrato de terapia de pareja. El proceso resultará productivo, ya que ambos descubrirán rápidamente aspectos que no han comprendido de sí mismos y del otro durante demasiado tiempo, encontrando energías para reencontrarse.

EL CONTRATO COMO HERRAMIENTA PARA REMOVER

Hemos afirmado el valor simbólico y estratégico del contrato en la terapia de pareja (Ghezzi, 2004) y creemos que se puede recurrir adecuadamente a él en estas circunstancias. Volveremos entonces a la cuestión del partner dudoso respecto a que su cónyuge haya interrumpido realmente la otra relación que, en su momento, emprendió y luego descubrió. La temática es compleja, involucra las dudas de los terapeutas y también las del cónyuge que ha perdido la confianza original, incluso por las posibles mentiras contadas respecto al cierre efectivo de la relación descubierta. Las dudas del cónyuge traicionado sin duda necesitarán tiempo y compromiso para calmarse, como terapeutas, nos queda la tarea de ayudar a reflexionar sobre cómo dar pasos hacia una mayor garantía. Si el momento y la situación nos parecen creíbles y estamos convencidos de la oportunidad de proponer la terapia de pareja, en una entrevista privada o en una sección de la sesión de pareja, solicitamos a aquellos que han entrelazado otra relación y han afirmado, sin la confianza del cónyuge, haberla concluido, que nos garanticen, como terapeutas, la veracidad de lo que sostienen, subrayando así, a través de una comunicación verbal, las responsabilidades que asumen al afirmar algo falso.

En caso de respuesta positiva, nos sentimos preparados para realizar una jugada fuerte hacia el cónyuge aún dubitativo. Proponemos un contrato de terapia en el que lo invitamos a seguirnos: somos, también nosotros terapeutas, testigos confiados del fin de la otra historia. El contrato, con su ritualidad, tiene una función altamente movilizadora, avanza en el sentido del cambio terapéutico y, por lo tanto, nos parece un movimiento oportuno. Si el otro mantiene las dudas y no logra tranquilizarse, temiendo siempre que su pareja no haya cerrado definitivamente la relación, podemos afirmar: "su pareja se ha comprometido, no solo con usted, sino también con nosotros, los terapeutas; tratemos de darle crédito". Podemos agregar una nota importante que justifica este movimiento

aparentemente arriesgado: en caso de que más adelante se revele que la otra relación no se ha interrumpido realmente, el cónyuge que mintió asumirá la responsabilidad de haber mentido y el cónyuge dubitativo podrá tomar definitivamente nota de la completa falta de confiabilidad de su pareja y decidir consecuentemente.

Conviene en este punto, tanto por utilidad general como por presentar prácticas clínicas idóneas a la situación examinada, hacer referencia a una cláusula del contrato de terapia, innovadora respecto al protocolo citado, decidida precisamente después de las experiencias de encuentros de parejas con un tercero presente. Al cierre las sesiones de consulta, después de evaluar la congruencia de las solicitudes presentadas por los dos miembros de la pareja a los terapeutas, se propone el contrato de terapia. Además de los temas significativos ya conocidos, hemos añadido una nota que expresamos con las siguientes palabras: "Dado que parecen estar listos y lo suficientemente motivados para la terapia de pareja, les pedimos que acepten la siguiente condición: se comprometen, durante la duración de la terapia, a no iniciar ni mantener otra relación ajena a la pareja, y cada uno asume la responsabilidad de informar personalmente a los terapeutas si incumple esta indicación. Esto afecta al éxito de la terapia. Este compromiso no se les pide solo por razones de respeto y corrección recíproca, sino principalmente con el fin de garantizar la eficacia del trabajo terapéutico que nuestro equipo asume con ustedes". La cláusula expuesta, que podría parecer rígida o moralista, en realidad representa una condición de responsabilidad para los dos miembros de la pareja y de seguridad para los terapeutas. Contribuye a fortalecer la alianza entre los cuatro involucrados en el sistema terapéutico, que son los protagonistas del proceso. Hasta ahora, las reacciones de los compañeros han sido siempre positivas, incluso al abordarlas en detalle. Hay quienes se ríen, bromeando con afirmaciones como "Doctor, con las complicaciones de nuestra crisis, ¿Ud. piensa que podemos ponernos en una situación así?"; quienes reciben la indicación como una instancia racional y casi obvia; quienes, después de un momento embarazoso, captan la importancia preventiva de la sugerencia, compartiendo su sentido y admitiendo: "de hecho, nunca se sabe qué podría suceder en la vida". El sentido de lo que podría parecer como una prescripción paradójica es establecer una regla preventiva, clara y segura, que nos permite embarcarnos en el viaje de la terapia con una garantía adicional.

CONCLUSIONES

Hablar de estrategias clínicas inmediatamente evoca la idea de un enfoque de trabajo basado en la confrontación activa con los pacientes, presentando la terapia como un intercambio de movimientos planificados de antemano. Por supuesto, esto no es así. Nuestro propósito en este contexto es destacar cómo la solicitud de ayuda presentada por dos partners puede ser difícil y compleja de abordar, al punto de requerir una cuidadosa planificación del trabajo clínico. Como ya se ha afirmado ampliamente, lo que causa sufrimiento es permanecer, en este momento de dificultad, en la relación. La "curación", que no implica la desaparición de un síntoma ni la salida de la relación, requiere ser alcanzada a través de un proceso en el cual se intenta refundar un vínculo sufriente. Aceptar acompañar en este proceso a quien está sufriendo requiere estar atentos respecto a algunos posibles tropiezos relacionales que es necesario saber reconocer, ya que pueden representar trampas en la construcción de una buena alianza terapéutica y hacer de la terapia un camino difícil.

En el artículo, hemos apuntado precisamente a la necesidad de hacerse cargo de la singularidad de la presencia de un tercero, justamente cuando se solicita una terapia de pareja y hemos presentado maneras y técnicas adecuadas de gestión. Además de la situación específica descrita en el artículo, pensamos, entre otros, en dos temas importantes. El primero, bastante común, está implícito en la solicitud que los partners hacen a los terapeutas para que actúen como jueces capaces de asignar culpas y razones ante experiencias y relatos divergentes de lo ocurrido a lo largo del tiempo. El segundo consiste en el posible riesgo de minimizar el malestar de los hijos por parte de padres que, como pareja, están viviendo subjetivamente una profunda crisis.

Estos y otros temas debemos tenerlos en mente para buscarlos y reconocerlos, a través de la construcción de un espacio acogedor, atento, equilibrado y sensible. Si los consideramos y los identificamos, podemos transformarlos, hacerlos más articulados y complejos para construir un terreno de trabajo común. Nuestro conocimiento y las técnicas que poseemos pueden aumentar la seguridad de emprender un viaje cuya meta es lograr un mayor bienestar para la pareja y para todos en el núcleo familiar.

BIBLIOGRAFIA

- Andolfi M. & Mascellani A. (2019). *Intimità di coppia e trame familiari*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Bauman Z. (2000). *Amore liquido*. Roma-Bari: Laterza. Bauman Z. (2005). *Vito liquida*. Roma-Bari: Laterza.
- Covini P. (2013). *Tecniche di presa in carico nella terapia con la coppia*. *Terapia Familiare*, 101: 9-35. Milano: FrancoAngeli.
- Covini P. (2022). *I figli nella terapia con le coppie* (in stampa).
- Doherty W.J. (1999). *Scrutare nell'anima. Responsabilità morale e psicoterapia*. Milano: Raffaello Cortina Editore.
- Ghezzi D. (2004). *Terapia con le Terapie Familiare*, 74; 11-41. Milano: FrancoAngeli.
- Palazzo S. (2020). *Il tradimento*
- Perel E. (2018). *Così fan tutti. 45 coppie, un protocollo consolidato. nella coppia*. Bergamo: Corponove. Milano: Solferino.