



**UNIVERSIDAD DE CHILE
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
ESCUELA DE POSTGRADO**

**UNA CARACTERIZACIÓN TEÓRICA ACERCA DE LA PAREJA HUMANA:
APROXIMACIÓN DESDE EL CONSTRUCTIVISMO**

Tesis para optar al grado de Magíster en Psicología Clínica de Adultos

FERNANDA PAZ KLEIN FAUNDEZ

Profesor Guía:

Juan Orlando Yáñez Montecinos

Informantes:

Paula Andrea Vergara Henríquez

Augusto Zagmutt Cahbar

Santiago de Chile 2023

**UNA CARACTERIZACIÓN TEÓRICA ACERCA DE LA PAREJA HUMANA:
APROXIMACIÓN DESDE EL CONSTRUCTIVISMO**

RESUMEN

Esta investigación teórica busca caracterizar a la pareja humana desde una aproximación epistemológica constructivista, de un modo que se infiera la naturaleza única de sus componentes constitutivos. El constructivismo al abandonar la creencia de un sí mismo y un mundo cognoscible, reconoce una multiplicidad de formas de ser pareja. En el proceso de comprender la esencia de éstas, se considera como base de toda exploración a los componentes definidos como estructurales en su constitución: el individuo, la relación interpersonal y el contexto. Los análisis realizados destacan el rol activo de la pareja en la construcción de su propia definición, lo que ocurre a partir de una dimensión de codeterminación entre la experiencia y su explicación, así como a través de procesos dinámicos de construcción de conocimientos. Como resultado de esto emergen las microidentidades y micromundos que permiten comprender la complejidad integrada de la experiencia vivida en la pareja. La caracterización propuesta aporta a los fundamentos teóricos del modelo constructivista cognitivo y al consecuente ajuste entre la teoría y la práctica clínica con parejas.

Palabras claves: Epistemología constructivista, constructivismo cognitivo, caracterización, pareja, microidentidades, micromundos

AGRADECIMIENTOS

A Mati, porque nuestra historia y el espacio que habitamos juntos inspiraron el desarrollo de esta investigación. Por meses incorporamos a nuestra cotidianeidad el que yo tenga que desarrollar esta tesis y nuestra relación se adaptó naturalmente. Agradezco las conversaciones sobre la esencia de las parejas que tuvimos y que me ayudaron a ordenar mis ideas, tu escucha activa e interesada y toda la contención, energía y alegrías que me entregaste.

También quiero agradecer profundamente a Juan Yáñez, por desafiarme a reflexionar y pensar en cada encuentro, por constantemente perturbar con gracia y humor las construcciones que tengo de mí misma y por haberme transmitido, hace algunos años atrás, la pasión por la psicología clínica, un regalo inesperado en mi vida y que hizo posible el desarrollo de esta tesis.

Y gracias a esas personas que hicieron que me emocione muchas veces por su cariño y preocupación durante este proceso, son una gran fuente de energía: Josefina, compartir nuestras vidas hace todo más fácil; amigas y amigos que, aunque nuestros encuentros fueron postergados han estado muy presentes y a Cata, por esas conversaciones que bordeaban toda coherencia sistémica y que hicieron que los tramos de trabajo sean más productivos y entretenidos.

"Cualquier explicación o descripción de cómo ocurre la praxis del vivir en el lenguaje es operacionalmente secundaria a la praxis del vivir en el lenguaje, aún cuando la explicación y la descripción también ocurren en ella"

Humberto Maturana

INDICE

1. INTRODUCCIÓN	8
2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN	13
<i>Objetivo General</i>	13
<i>Objetivos Específicos</i>	13
3. METODOLOGÍA.....	14
4. BASES EPISTEMOLÓGICAS DEL CONSTRUCTIVISMO.....	16
5. ASPECTOS RELEVANTES DEL CONSTRUCTIVISMO COGNITIVO.....	19
6. COMPONENTES ESTRUCTURALES DE LA PAREJA.....	21
6.1 EL INDIVIDUO: REALIDAD, SUJETO Y MODO DE CONOCER.....	22
6.2. LO INTERPERSONAL: EL INDIVIDUO EN SU RELACIÓN CON OTROS.....	27
6.3 EL CONTEXTO: EVOLUCIÓN EN LA CONCEPCIÓN SOCIOCULTURAL DE LA PAREJA.....	29
7. DIMENSIÓN DE CODETERMINACIÓN EXPERIENCIA - EXPLICACIÓN DE LA PAREJA.....	35
7.1 LA EMOCIÓN EN LA PAREJA.....	37
8. PROCESOS DE CONSTRUCCIÓN DE CONOCIMIENTOS EN LA PAREJA	42
8.1 CONSTRUCCIÓN DE SENTIDOS Y SIGNIFICADOS: LA IDENTIDAD EN LA PAREJA.....	43
8.2 CONSTRUCCIÓN DE LA PAREJA COMO UN ESPACIO INTERSUBJETIVO PREFERENTE.....	47
8.3 CONSTRUCCIÓN DE LA ÉTICA DE LA PAREJA.....	52
9. NATURALEZA DE LA PAREJA HUMANA.....	54
9.1 MICROIDENTIDADES Y MICROMUNDOS: DESDE VARELA A UNA COMPRESIÓN DE LA PAREJA HUMANA.....	56
10. CONSIDERACIONES PARA LA PSICOTERAPIA PARA PAREJAS CONSTRUCTIVISTA COGNITIVA.....	59
11. CONCLUSIONES.....	69
REFERENCIAS	74

1. INTRODUCCIÓN

La pareja humana como organización social se ha constituido a lo largo de los tiempos como una estructura estable, siendo una entidad regulada mediante normativas acordes al contexto y momento histórico. A su vez, dependiendo de la cultura en la que la pareja esté inmersa, podrán observarse diferentes significados comunes asociados a su expresión. No mucho tiempo atrás las parejas se conformaban siguiendo pautas sociales poco flexibles, dos personas, preferentemente heterosexuales, se unían con aspiración de conformar un vínculo matrimonial para así asegurar un conjunto de funciones principalmente asociadas a la economía familiar, procreación y crianza de los hijos (Villegas & Mallor, 2017). Actualmente, estos paradigmas han ido cambiando a nivel mundial. Al analizar las políticas públicas y los datos demográficos, se puede observar que en las últimas décadas las uniones de parejas se han vuelto menos formales y duraderas. En Estados Unidos, el año 2019 la tasa de divorcio fue de 2,3 por cada 1.000 habitantes, lo que representa un total de 746.971 casos (División de Estadísticas de las Naciones Unidas, 2021, tabla 25). Ese mismo año se contrajeron 2.239.720 matrimonios, lo que representa una tasa de matrimonio de 6.8 por cada 1.000 habitantes. Aunque los casos de matrimonios son significativamente más altos que los de divorcio, los primeros han disminuido en las últimas décadas. En contraste, en 1980, la Organización de las Naciones Unidas registró una tasa de matrimonio de 10.5 por cada 1.000 habitantes en dicho país (ONU, 2021). Esta tendencia a la baja en los matrimonios es similar en muchos otros países del mundo, como en España, donde a su vez el divorcio ha aumentado de manera constante desde la década de 1980 (Instituto Nacional de Estadística [INE-España], s.f.). Estos antecedentes dan cuenta de cambios en las tendencias asociadas al matrimonio en algunas sociedades y abre cuestionamientos acerca de lo dinámica que es la pareja como una entidad que evoluciona y se adapta en el tiempo en función a su contexto. En Chile, por ejemplo, durante gran parte de la historia del país la iglesia católica tuvo una fuerte influencia en los asuntos matrimoniales, persistiendo una concepción

tradicional en el entendimiento de las parejas. La separación efectiva entre la iglesia y el Estado en la regulación de estos asuntos es reciente y ocurre en el año 2004 con la promulgación de la Ley N° 19.947 sobre Matrimonio Civil (2004) que otorga la autorización exclusiva del Estado en el reconocimiento del matrimonio. A partir de ese entonces, Chile ha sido parte de un movimiento de cambios en la forma en que se entiende y viven las parejas. Esto se evidencia en que el año 2015, se marca un hito con la entrada en vigencia del Acuerdo de Unión Civil (AUC) que permite la unión legal de parejas del mismo (y también distinto) sexo. El AUC permite formalizar legalmente las uniones mediante la obtención de derechos similares a los del matrimonio (Chile Atiende, s.f.a), lo que representa un reconocimiento y protección legal para las parejas, alternativo a la institución matrimonial convencional. En cuanto a datos demográficos, se ha observado una tendencia al alza en la celebración de este tipo de acuerdos en la población, registrándose el año 2019¹ un total de 8.149, lo que representa la tasa más alta desde su promulgación. Del total, un 19,6% fueron adscritos por parejas del mismo sexo y el porcentaje restante por parejas de distinto sexo (Instituto Nacional de Estadísticas [INE-Chile], 2021). Estos datos dan cuenta de que en Chile la diversidad en la conformación de las parejas es cada vez más evidente y no solo en cuanto a temas de género, ya que un poco más del 80% de los AUC contraídos el año 2019 han sido registrados por parejas heterosexuales, reflejando un porcentaje importante de la población que espera poder formalizar su unión de manera alternativa al matrimonio. Por otro lado, el año 2022 entra en vigor la Ley de Matrimonio Igualitario que representa un avance en materias de inclusión de orientación sexual. Con esto Chile se suma a las 25 naciones que permiten el matrimonio homosexual en el mundo (ChileAtiende, s.f.b.).

Los cambios mencionados, a nivel de la población y de políticas públicas, llevan a reflexionar acerca de cómo las concepciones asociadas a la pareja se van transformando a lo largo del tiempo y evidencian otros cambios ocurridos a nivel

¹ No se hizo referencia a los datos demográficos de los últimos tres años ya que se considera que carecen de representatividad por la influencia de la pandemia del COVID-19

sociocultural. En la actualidad, el cuestionamiento global a la estructura social de desigualdad de género ha llevado a poner en duda las influencias heteronormativas en las dinámicas familiares y de pareja, observándose una mayor flexibilidad en los roles definidos en las relaciones (Tapia & Poulsen, 2009) y una mayor diversidad en las uniones de parejas.

Los antecedentes presentados hasta ahora permiten apreciar lo constante y evolutivo que es el cambio, lo que implica que cualquier descripción basada en una observación de las parejas actuales, será solamente una versión más dentro de la trayectoria de cambios futuros asociados a su expresión (Campuzano, 2001). Por lo que, para comprender este fenómeno, se hará fundamental no simplificar su complejidad y considerar únicamente los elementos contextuales que la conforman, como los significados culturales asociados a esta o lo que se pueda inferir a partir de las legislaciones particulares de un momento sociohistórico. En esta investigación, se abordará el estudio de la pareja considerando no solo su contexto, sino también su componente individual, que hace referencia a las personas que la conforman; y el componente interpersonal, que se refiere a la dinámica y relación entre ellas. A partir de aquí, se denominará como “componentes estructurales” a estos elementos que se interrelacionan para dar lugar a la conformación de la pareja. Éstos van a ser analizados desde una epistemología constructivista, que proporciona una nueva perspectiva para reflexionar sobre la pareja, puesto que entiende a la realidad como *“encarnada en el sujeto, en el sentido de que sólo es posible tener acceso a ella, a través de su – del sujeto - experiencia en el mundo”* (Yáñez, 2005, p.13). Este argumento reconoce realidades divergentes, constituidas en un contexto social y situadas históricamente, pero que son de elaboración individual (Neimeyer, 1998). Por lo que la pareja no podrá ser considerada como algo que exista de forma objetiva, ya que no se concibe a una realidad única e independiente a la experiencia de los individuos (Maturana, 2020). En esta línea, al referirnos a los componentes estructurales propuestos como constitutivos de la pareja, encontraremos a un individuo que será inseparable de su relación con otros y de su contexto, pero que habita un mundo que es altamente personal y construido a partir de sus

experiencias en éste (Yáñez, 2005). Este individuo podrá encontrarse con quién será su pareja, produciéndose una irrupción de cada uno en la vida del otro, que resulte en una dinámica recurrente de coexistencia. Ya sea por libre elección o como en el caso de algunas culturas, por selección concertada. Ahora bien, van a coexistir en un tipo de relación que se diferencia de otras, como las relaciones de amistad o fraternas que también podrían estar constituidas por factores individuales, interpersonales y contextuales.

De ahí la inquietud en la que se basa esta investigación de intentar comprender la medida en que la pareja humana es factible de ser caracterizada, de un modo en que sus componentes puedan dar cuenta de la naturaleza única de este tipo de vínculo y relación interpersonal tan característica de la especie humana. En este sentido, las teorías de epistemología constructivista pueden brindar importantes contribuciones al desarrollo de una caracterización de la pareja que permita la comprensión de las particularidades de este tipo de relación y su abordaje desde una perspectiva clínica. En este contexto, se buscará aportar a los principios que están a la base del modelo constructivista cognitivo. Esta orientación propone una psicoterapia para parejas que deriva de la praxis clínica individual, donde en la práctica se toman los referentes conceptuales de la psicoterapia individual y se asumen para el ejercicio clínico con parejas, realizándose algunas modificaciones pertinentes (Veloza, 2019; Toro, 2017; Urrutia, 2017; Yáñez, 2004a). Si bien, los principios constructivistas cognitivos operan en la práctica clínica con parejas y la metodología es coherente con éstos, las continuidades y discontinuidades teóricas con la propuesta individual del modelo están insuficientemente desarrolladas e inscritas en lo que respecta a la conceptualización de la pareja y al compromiso de ésta con una propuesta epistemológica. Esto podría generar algunas discordancias entre la interpretación de la teoría y su práctica. Por ejemplo, respecto a la ejecución de algunas intervenciones, como el “modeling”. Se observó que algunos terapeutas constructivistas cognitivos desarrollaban la intervención como un modelaje de la comunicación entre la pareja de coterapeutas para la pareja consultante. Esta interpretación no es consistente con los principios teóricos del modelo, ya que

según éstos no existiría una noción de pareja única y verdadera que deba ser imitada por otros, por lo que los terapeutas no deberían actuar como una pareja que represente un ejemplo a seguir (Gómez, 2021).

El entendimiento que logran alcanzar los terapeutas acerca de sus pacientes forma parte de los principios que suelen estar en la base de los modelos psicoterapéuticos, por lo que fundamentar de acuerdo a una teoría particular la caracterización de la pareja humana, contribuirá a dar cuenta de los alcances y la complejidad de la propuesta clínica correspondiente (Gurman, 2015).

Por otro lado, considerar al menos un rango explicativo en torno a la noción de los pacientes, junto con los principios que guían la comprensión de éstos como individuos, es parte de las responsabilidades éticas de los terapeutas y a su vez, una exigencia metodológica y procedimental. Esto va a permitir que los terapeutas se relacionen con los pacientes desde una perspectiva técnica y no desde sus supuestos personales (Willig, 2019; Yáñez, 2005). Sin consciencia de los conocimientos asociados a la comprensión de un paciente, sea este una persona o un sistema más amplio como la pareja, será inevitable hacer suposiciones sobre los significados asociados a la experiencia de éstos y se correría el riesgo de imponer involuntariamente en la praxis clínica, las concepciones personales del terapeuta. A su vez, la comprensión de estas materias constituye la base de la relación terapeuta-paciente, por lo que cualquier acuerdo sobre los objetivos terapéuticos, las intervenciones y el establecimiento de un vínculo terapéutico, conllevará un supuesto epistemológico, es decir, una concepción sobre la naturaleza del conocimiento (Willig, 2019).

Para contribuir a establecer un marco de principios que se orienten a la constitución de una teoría clínica que esté al servicio del procedimiento psicoterapéutico constructivista cognitivo, surge esta investigación teórica que buscará realizar una propuesta de caracterización de la pareja humana. Para esto se considerarán los componentes contextuales, individuales e interpersonales de la pareja y se explorará la dimensión en que estos logran dar cuenta de la naturaleza y funcionamiento particular de las parejas. En la

búsqueda de ampliar las categorías conceptuales existentes desde el constructivismo cognitivo, el desarrollo teórico de esta investigación se fundamentará desde una aproximación epistemológica constructivista. Finalmente, se espera identificar el modo en una noción de pareja justificada teóricamente puede orientar la gestión de los terapeutas constructivistas cognitivos en orden de generar las condiciones para el cambio de la pareja consultante.

Pregunta de Investigación

¿Cómo puede caracterizarse teóricamente a la pareja humana desde una epistemología constructivista dando cuenta de la naturaleza única de los componentes que la constituyen?

2. OBJETIVOS DE LA INVESTIGACIÓN

Objetivo General

Proponer una caracterización teórica de la pareja humana fundamentada en una epistemología constructivista, que dé cuenta de la naturaleza única de sus componentes constitutivos.

Objetivos Específicos

- Describir los componentes propuestos como constitutivos de la pareja humana constructivista.
- Explorar la dimensión en que los componentes de la pareja pueden dar cuenta de su naturaleza y funcionamiento particular.

- Identificar el modo en que los supuestos básicos de la conformación de la pareja guían el ejercicio del terapeuta constructivista cognitivo.

Preguntas directrices

- ¿Cómo podrían describirse los componentes del concepto de pareja humana constructivista?
- ¿De qué forma los componentes de la pareja pueden dar cuenta de la naturaleza de ésta y de su funcionamiento?
- ¿Cómo los supuestos a la base de la comprensión de la pareja guían el ejercicio de terapeuta constructivista cognitivo?

3. METODOLOGÍA

Para efectos de esta investigación se considerará una perspectiva epistemológica constructivista. Ya que se buscará comprender la complejidad del fenómeno de la pareja humana, en lugar de reducir los significados a la base del fenómeno a unas pocas categorías (Creswell & Creswell, 2018). En particular, se pretende que el logro de los objetivos aporte a la teoría constructivista cognitiva propuesta por Yáñez (2005).

La propuesta metodológica para este proyecto sugiere una investigación de tipo teórica de carácter documental y exploratoria. Documental ya que la principal fuente de información serán libros, publicaciones y tesis que den cuenta del enfoque teórico-clínico de la psicoterapia con parejas. Se plantea como exploratoria por la escasa documentación existente sobre los componentes de la pareja humana que permitan caracterizarla desde el constructivismo.

Para llevar a cabo el desarrollo de la investigación planteada en este proyecto, es que se organizará el procedimiento de recolección y análisis de datos en tres tiempos:

- En un primer tiempo se revisará bibliografía que dé cuenta de la metateoría constructivista cognitiva y sus fundamentos epistemológicos constructivistas, en orden de recolectar datos que permitan, mediante su análisis, describir los componentes constitutivos de la pareja humana.
- En un segundo tiempo se explorará la interrelación de los componentes propuestos como constitutivos de la pareja buscando fundamentar la forma en que dan cuenta de la naturaleza de la pareja. Para este análisis se considerarán los modelos teóricos de epistemología constructivista que surjan como relevantes tras una revisión bibliográfica. Esto para ampliar las categorías conceptuales y dar cumplimiento a los objetivos.
- En un tercer y último tiempo de esta investigación, se buscará conectar la caracterización de la pareja humana propuesta con la práctica clínica desde modelo constructivista cognitivo.

De modo que el presente estudio se fundamentará en diferentes teorías y autores para abordar los principios que conlleven a la consecución de los objetivos de investigación. Centrales en el proceso de revisión bibliográfica son aquellos destacados en la **tabla 1** a continuación.

Tabla 1

Resumen de principios y consecuente teoría y autores principales en referencia

Principio	Teorías	Autores
Concepciones de individuo, realidad/mundo y procesos de conocimiento	Constructivismo, Constructivismo Cognitivo	V.Guidano, M.J.Mahoney, H.Maturana, R.A.Neimeyer, F.Varela, P.Vergara, J.Yáñez
Dimensión experiencia - explicación	Constructivismo, Fenomenología, Neurofenomenología	H.Maturana, A.Steinbock F.Varela
Procesos de construcción de conocimientos	Constructivismo, Constructivismo Cognitivo, Postracionalismo, Neurofenomenología	G.Arciero, M.Dodet, V.Guidano, H.Maturana, F.Varela, P.Vergara, J.Yáñez, A.Zagmutt
Micromundos y Microidentidades	Constructivismo, Constructivismo Cognitivo, Neurofenomenología	F.Varela, J.Yáñez

4. BASES EPISTEMOLÓGICAS DEL CONSTRUCTIVISMO

A lo largo del desarrollo del pensamiento psicológico, se encuentran bajo el alero de las terapias cognitivas, diferentes posiciones teóricas. En ellas, se observa una evolución desde la concepción de la mente como una entidad pasiva, hacia una percepción de ésta como activa y procesal, cargada de intencionalidad (Zagmutt, 2006). Esta evolución da cuenta de un cambio epistemológico importante en las orientaciones cognitivas, que llevan a la ciencia a reformular conceptos básicos como realidad, sujeto y conocimiento.

Así, en el contexto del relevo de un pensamiento objetivista, toma relevancia la epistemología constructivista que abandona la creencia de un mundo y de un sí mismo cognoscible. También, de una verdad universal y externa al sujeto, a la que se accede a través de los sentidos que revelan a un mundo igualado y representado en el conocimiento. De este modo, el constructivismo se contrasta con el enfoque objetivista prevalente en la psicología durante el momento conductista y en la revolución cognitiva de la década de los '70. Y plantea una verdad de naturaleza múltiple y una noción de la realidad ante la que el sujeto tiene negado el acceso más allá del lenguaje y que solo puede ser concebida a partir de la experiencia personal. Entonces, no es posible aspirar a un conocimiento universalmente válido, lo que lleva a una proliferación de realidades diversas, que a su vez son contextuales e históricas y de elaboración individual (Neimeyer, 1998; Yáñez, et.al., 2001).

En sus estudios del ser humano, Maturana y Varela (2003) profundizan en este cambio de perspectiva. Mencionan que la visión desde el enfoque objetivista considera al sistema nervioso como un instrumento, mediante el cual el organismo obtiene la información del ambiente que luego utiliza para construir conocimiento, como si éste fuera una representación o copia del mundo. En contraste a esto, la visión constructivista niega la existencia de una realidad objetiva, sin embargo, esto no quiere decir que se niegue un mundo circundante. Si fuera así, no se podría explicar la adecuación entre el operar de los organismos y sus mundos. Al salirse del plano de la oposición y cambiar la

naturaleza de este análisis a un contexto más comprensivo, se percibirá al sujeto como quien valida la existencia de lo externo y lo hace posible en la descripción generada mediante el uso del lenguaje. Esta inseparabilidad entre la experiencia del sujeto y cómo el mundo se aparece, se encuentra muy bien ejemplificada en uno de los aforismos establecidos por los autores: *“todo hacer es conocer y todo conocer es hacer”*.

Este cambio de perspectiva va a repercutir en distintos campos del conocimiento. Por ejemplo, en lo que podamos comprender que es la ética, a propósito de las responsabilidades asociadas al rol clínico de los psicoterapeutas. De acuerdo con Maturana (2020), desde un paradigma objetivista, en el que se acepta una realidad independiente, que se asume que existe y que no depende de lo que el sujeto haga; la ética tendrá que ver con un proceso racional. Constituyéndose en argumentos que justifican los valores y que obligan a considerar una conducta como ética o no. De modo que, la razón mostraría una verdad por medio del descubrimiento de una realidad innegable. Así, al operar bajo supuestos implícitos de objetividad, la ética surgirá como la búsqueda de argumentos convincentes que regulen las conductas de los seres humanos en relación e interacción con otros seres humanos.

Por otro lado, al considerar la realidad como una proposición explicativa que surge de la experiencia de los sujetos y, por ende, dependiente de lo que el sujeto haga. Nos encontramos con una realidad objetiva *“entre paréntesis”*. Donde lo racional se funda en premisas no racionales, es decir, en la experiencia de los sujetos. Así, los seres humanos, al observar la realidad y operar en el lenguaje, otorgan de coherencia a sus experiencias y al hacerlo, constituirán y validarán los argumentos racionales que darán origen a una realidad particular. De este modo, coexistimos con otros seres humanos en una multiplicidad de dominios de realidad diferentes entre sí. Bajo esta premisa, las consideraciones éticas, o la reflexión sobre éstas, se sostendrán en circunstancias en las que exista un interés por las consecuencias de las acciones humanas sobre otros seres humanos. Así, lo que determine que una conducta sea o no ética será una emoción, aceptación mutua o empatía, y no la razón (Maturana, 2020). Por lo

que será primordial el carácter emocional en esta concepción. En el sentido de que no se presupone que exista un sujeto que en su praxis del vivir sea anterior a su experiencia. De modo que no existiría una conducta ética que sea perseguida como una especie de meta normada por pautas que definan lo que es correcto (Steinbock, 2022). Así, el terapeuta constructivista operará en un contexto interpersonal en donde sostendrá una experiencia con un paciente que será regulada en sus bases por una emoción de aceptación y empatía. Y se orientará a la revelación de la realidad y el mundo del paciente mediante el lenguaje. Esta conducta, que podríamos definir como ética, regulará la coexistencia terapeuta/paciente y desde ese espacio se construirán y harán sentido las teorías clínicas y sus respectivos procedimientos terapéuticos.

Si bien el interés de la psicología por el constructivismo es reciente, su desarrollo puede ser apreciado en el mundo de las ideas y la tradición oral y escrita remontándose inclusive a la Antigüedad. Mahoney (2003) realiza una interesante revisión al respecto, en esta se reconocen representaciones constructivistas en la tradición budista que plantea que el ser humano “es lo que piensa” y que a partir de los pensamientos crea su mundo. A su vez, en la filosofía de Heráclito (540-475 a.C.) también se puede encontrar un énfasis constructivista en sus ideas principales que aluden a los procesos de cambio, en éstas la consideración se encuentra en que todo fluye como un río o todo es un devenir, lo que se expresa en su reconocido dicho *“Ningún hombre se sumerge dos veces en el mismo río”*. Posteriormente, en los últimos siglos, se han observado importantes contribuciones provenientes del campo de la filosofía. Tal es el caso de Giambattista Vico (1668-1744) que afirmaba que el conocimiento emerge de un proceso de construcción que acontece en un contexto social e histórico. O Immanuel Kant (1724-1804) que diferenciaba el “noumena” o la cosa en sí, del “phenomena” o la experiencia personal, teniendo la mente un rol activo en la transformación de la experiencia en pensamiento. Otros filósofos también introdujeron ideas en la línea de que la mente no solo procesa y recupera información del mundo externo y ya más recientemente, un Jean Piaget aportará con una serie de estudios sobre el desarrollo cognitivo a partir de los que

describe al conocimiento como un equilibrio entre lo familiar y lo desconocido para el individuo, que se conseguiría mediante los procesos de asimilación y acomodación. En esta línea, y como parte de una tradición de las ciencias cognitivas, el constructivismo agrupará una serie de teorías y terapias, que pondrán énfasis en algunos principios interrelacionados de la experiencia humana. Primero, la comprensión de los sujetos como participantes proactivos de su propia experiencia (en toda percepción, memoria y conocimiento). Luego, que los procesos de ordenamiento que organizan las vidas humanas operan en su mayoría de manera tácita. Y, por último, que los sujetos mediante su experiencia humana y desarrollo psicológico reflejan la operación continua de autoorganización que tiende al mantenimiento de patrones experienciales (Mahoney, 1998). Las teorías de epistemología constructivista presentan entre ellas ciertas diferencias que las distinguen, como lo es la defensa o evitación de la terminología cognitiva (véase Bricker y otros, 1993; Middleton y Edwards, 1990 citados en Neimeyer, 1998), la aceptación crítica o rechazo al realismo ontológico (véase Mahoney, 1991; Maturana y Varela, 1987 citados en Neimeyer, 1998), o la utilización de un modelo paradigmático o narrativo de investigación en psicoterapia (véase Rennie y Toukmanian, 1992 citados en Neimeyer, 1998), entre otras posibles diferencias. El constructivismo cognitivo precisamente se ampara en las teorías de epistemología constructivista y sienta las bases desde una metateoría a una práctica clínica concreta desde donde se desprende una comprensión del funcionamiento humano particular. A continuación, se introducirán algunos aspectos relevantes de este modelo con el objetivo de poder comprender el contexto del que emerge la teoría con la que esta investigación va a dialogar.

5. ASPECTOS RELEVANTES DEL CONSTRUCTIVISMO COGNITIVO

A comienzos de los años 90, en la institución de la Universidad de Chile, se conforma un equipo de trabajo que abordaba temáticas relacionadas a la psicología clínica en torno al Constructivismo Cognitivo. Los avances en la

producción de conocimiento en esta línea son consolidados en un modelo mediante la tesis doctoral de Juan Yáñez, titulada como “Constructivismo Cognitivo: Bases Conceptuales para una Psicoterapia Breve Basada en la Evidencia (2005). Con este hito el Constructivismo Cognitivo se constituye como una metateoría amparada en una epistemología constructivista. Esta propuesta busca dar cuenta de una perspectiva del conocimiento asociada a una red de teorías en dos niveles: un nivel epistemológico, que propone una noción de lo real y de la relación del sujeto con ésta como una fuente de conocimiento. Y un nivel paradigmático, que delimita el campo de conocimiento y establece una metodología para la generación de éste (Yáñez, 2005). Lo central y que diferencia a una metateoría de una teoría, es que la primera considera distintas teorías para dar cuenta de una consensualidad en las categorías conceptuales que conllevan a explicar un fenómeno, de modo que *“una metateoría permite la constitución de un marco unificado de conocimiento y de una relación e interacción entre teorías que, dinámicamente enlazadas, den cuenta de los alcances y la complejidad del objeto de estudio, ello sin perjuicio que en el contexto de esta dinámica, las teorías modulen o cambien sus diversos campos de explicación y predicción, ampliándolos o restringiéndolos”* (Yáñez, 2005, p.11).

El constructivismo cognitivo encuentra sus bases en las teorías que se focalizan en la autonomía de los individuos. Desde esta perspectiva, Maturana y Varela dan un vuelco en la concepción evolutiva de la dinámica interna de los seres vivos y sobre el entendimiento de las transformaciones en sus linajes como adaptación a los cambios ambientales (Arciero, s.f.). Al respecto, los biólogos y filósofos chilenos argumentan que los organismos cambian de manera autónoma y se producen constantemente a sí mismos (organización autopoietica). Esta dinámica interna se conecta en su operar con el medio de una forma en que el ambiente gatilla (no produce) en el organismo los cambios estructurales. Por lo que, el organismo selecciona los cambios que ocurrirán dentro de él en orden de conservar su organización dada su interacción con el ambiente (Maturana & Varela, 2003). Con este hito para las ciencias cognitivas, se consolida una

perspectiva de análisis de la autonomía de los individuos como sistemas autorreferenciales de conocimiento (Arciero, s.f). Desde donde se encuentran importantes aportes provenientes del modelo procesal sistémico de Vittorio Guidano. El punto de divergencia de su propuesta sostiene que la organización del desarrollo de un sistema de conocimiento no está regida por leyes que puedan ser formuladas en términos racionales (Arciero & Guidano, 2000). Más bien, las distinciones en la percepción de cada individuo construirán significados que van a dar cuenta de una realidad, la que por lo mismo será personal y ordenada en base a procesos autorreferenciales que surgen producto de la constante interacción del individuo consigo mismo y con el mundo (Guidano, 1994). De modo que, en un contexto en el que el individuo es considerado como un actor de su propia existencia, es que se sitúa la emergencia del constructivismo cognitivo. El que, en una ampliación de las categorías conceptuales referidas al funcionamiento humano, constituye sus bases en una metateoría de la que se desprende una comprensión de la realidad, el sujeto y sus procesos de conocimiento. Lo que permite establecer las bases de una teoría clínica y una propuesta de un procedimiento psicoterapéutico (Yáñez, 2005). A lo largo del desarrollo de esta investigación se irá profundizando en los principios y conceptos provenientes de esta metateoría y teoría clínica que contribuyan a la caracterización de la pareja humana propuesta.

6. COMPONENTES ESTRUCTURALES DE LA PAREJA

El qué de la pareja humana o la descripción de ésta de acuerdo con lo que podemos observar de ella con intenciones de objetividad, es de dos personas relacionándose de manera preferente y significativa. El cómo se da este fenómeno, requerirá de un mayor y más complejo esfuerzo descriptivo. Lo principal en este proceso de construcción de conocimiento, será no perder de vista la concepción epistemológica a la base, en este caso, el constructivismo. Ya que se constituye como el dominio de observación de la realidad desde la

que se situará todo análisis orientado a comprender a la pareja. Para este proceso, se han escogido como referentes ciertas categorías de las que se desprende la exploración y análisis de esta investigación. Estas categorías se infieren a partir de una reflexión sobre la definición de pareja como

“...un proceso de construcción complejo, de múltiples factores, tanto personales, interpersonales y contextuales, que concurren con un aporte diferencial y único en cada caso, a su mantención, cambio y proyección” (Yáñez, 2004a, p.4).

Se puede deducir a partir de esta definición que la pareja se construye como una dinámica que se orientará a la mantención, que cambiará en base a lo que gatillen en ella y sus integrantes las circunstancias experimentadas y que podrá proyectarse en un futuro. Este proceso dinámico deberá ocurrir sobre una base que lo garantice. Así, lo que Yáñez menciona como factores, en esta investigación son considerados como los componentes estructurales que harán posible todo proceso y dinámica que caracteriza a la pareja humana. Estos son, el componente individual, contextual e interpersonal que serán desarrollados a continuación.

6.1 EL INDIVIDUO: REALIDAD, SUJETO Y MODO DE CONOCER

Al centro de la pareja humana se encuentran dos individuos actores de su propia existencia. La comprensión de este componente hace inminente considerar una propuesta de lo que es la realidad y de cómo el sujeto se relaciona con esta y estructura sus procesos de conocimiento. Para derivar luego en un entendimiento más amplio de las dinámicas interpersonales y el rol del contexto en la construcción de la pareja. La definición de este componente se llevará a cabo a partir de los conceptos que derivan de la metateoría constructivista cognitiva, incorporándose otros aportes de epistemología constructivista con el objetivo de ampliar la comprensión del factor individual como constitutivo de la pareja humana.

El abandono de la creencia de una realidad objetiva que puede ser captada por los sentidos y que es unívoca para todos, pone de manifiesto un cambio en la comprensión del sujeto y en su modo de conocer. Partiendo desde la base de que no existe una realidad “hecha en sí misma” y que contenga los significados de las cosas, se percibe a la realidad como inseparable de la experiencia del sujeto. Por lo que no hay información fuera de la mente, sino que solamente perturbaciones que se convertirán en información una vez que hayan sido percibidas y elaboradas mediante un proceso autorreferencial. Esto quiere decir, que la observación refleja al orden perceptivo en que se basa, más que a las cualidades del objeto percibido. Y si solo se puede percibir la realidad en la que se vive desde dentro del orden perceptivo, la observación será inseparable del observador y siempre se reflejará a sí misma (Guidano & Quiñones, 2018; Guidano, 1994).

Es en la dinámica del sujeto con su medio circundante, que éste logrará diferenciarse del medio y construir una noción de su realidad personal. De este modo, el sujeto producirá un mundo mientras se encuentra en él (Maturana & Varela, 2003; Guidano, 1994; Yáñez, et al., 2001). De acuerdo con Vergara (2011) esta relación mutua e indiferenciable entre sujeto y realidad se encuentra mediada, al menos, por los recursos cognitivos y las experiencias emocionales del sujeto. Los primeros, le permitirán al sujeto conectarse con su medio y generar teorías sobre sí mismo, el mundo y los otros. Y las experiencias emocionales se constituirán como un filtro selectivo de lo que el sujeto percibe y de la forma en que interpreta y constituye dichas teorías.

La estructura cognitiva, propia de la ontogenia y filogenia de los seres humanos hace posible la generación de los sistemas de conocimiento personal. Estos surgen como resultado de la interacción entre el sujeto y la realidad y son organizados mediante el lenguaje (Yáñez, et al., 2001). Para explicar la dinámica de funcionamiento de los sistemas de conocimiento, tomaremos como referencia el análisis realizado por Maturana y Varela de los seres vivos como sistemas determinados estructuralmente. Esto quiere decir que los cambios ocurren dentro del organismo y son determinados por su propia estructura. Esta dinámica

de funcionamiento les permite operar como una red cerrada de cambios, donde todo cambio que presenten generará a su vez otro cambio dentro de ellos mismos, lo que lleva a los sistemas a producir sus propios componentes. En este operar, los sistemas buscarán mantener invariantes ciertas relaciones entre sus componentes, lo que será perturbado por las interacciones con el medio, y a su vez, por su estructura interna propia. Es así, como nada externo logrará especificar los cambios (solo podrá gatillarlos) que ocurren en el sistema determinado estructuralmente, como resultado de una interacción con éste. Es esta condición, la que constituye a los seres vivos como sistemas autopoieticos. Dada su continua producción y recambio de componentes, sin perder la cualidad de su organización. Lo que precisamente permite caracterizar a los seres, como vivos. (Maturana, 2020; Maturana, 2021; Maturana & Varela, 2003).

De modo que, el intercambio constante de información del sujeto con su entorno, lo llevará a modificar su estructura para responder a las demandas que enfrenta. Así, los sistemas de conocimiento se orientarán en primera instancia a la autoorganización momento a momento. Y su orden se establecerá a partir de los procesos asociados al mantenimiento y permanencia del sistema, y será perturbado por los procesos descentralizados que presionarán por una reorganización y cambio para ser incorporados. Mediante esta dinámica de continuidad y de cambio de los sistemas de conocimiento, es que el sujeto logrará adquirir una noción de sí mismo que lo proveerá de un sentido de identidad coherente y permanente en su relación con el mundo (Yáñez, 2005).

Con los antecedentes conceptuales establecidos es factible comprender al sujeto como proactivo en su propia experiencia, ya que buscará otorgarla de significados que sean coherentes consigo mismo, mediante un proceso de autoorganización en su dinámica con la realidad, en la construcción de su identidad y en la formación de su conocimiento (Duarte, 2012; Zúñiga, 2012).

Identidad

Desde una comprensión del sujeto constructivista, se releva la cualidad de autonomía de los individuos como un sistema auto-referencial. Lo que quiere decir que, ante un fluir cambiante de estímulos, el sujeto plasmará un orden en su interior para así distinguir las perturbaciones significativas al mantenimiento de su identidad (Arciero, s.f.). En este proceso, a partir de la diferenciación y el reconocimiento de los estímulos, la explicación asumirá el rol de reordenar la actividad en curso y a su vez, será capaz de cambiar los patrones mismos de la experiencia. El operar de la explicación procederá mediante un ordenamiento racional-cognitivo, el que se llevará a cabo en coherencia con reglas semántico-lógicas, que estarán basadas en premisas proporcionadas de manera tácita por la experiencia inmediata y por lo mismo, aceptadas a priori. El proceso descrito actúa de manera constante y circular entre el “yo” que experimenta y el “mí” que observa y evalúa. De modo que, al autorreferirse a la experiencia en curso, se reordena y reconstruye el sentido consciente del sí-mismo. Y es producto de este proceso de regulación continua entre la experiencia y la explicación que va a surgir la autocomprensión (Guidano & Quiñones, 2018; Guidano, 1994; Dodet, 1998).

Vergara (2011) sostiene que la comprensión de sí mismo del sujeto va a aportar a su percepción de estabilidad y a los procesos de mantención de un estado de equilibrio ante las perturbaciones que experimentará en su relación con un mundo en constante movimiento. El sujeto, al contar con una necesidad de coherencia interna va a desarrollar una visión de sí mismo estable y una visión del mundo que le resultará familiar y reconocible. Lo que será posible por las cualidades de autoorganización y autorregulación de los sistemas de conocimiento. La noción de sí mismo y del mundo emergentes serán construidas a partir de la relación del individuo con su entorno y conllevarán al desarrollo de su identidad personal.

Desde esta perspectiva, la identidad estará constituida por las características personales del sujeto, sus experiencias, sus relaciones significativas y la cultura

en la que participa. Y se construirá como una estructura dinámica en la que participarán procesos asociados a la mantención y al cambio. Por un lado, cada acontecimiento experimentado por el sujeto se traducirá en significados que interpretarán su acontecer, los que serán elaborados en términos explicativos y emocionales. Estas formas de significar van a emerger del rango de posibilidades otorgadas por el sentido personal. El que se constituirá como un factor que le permitirá al individuo contar con una concepción de sí mismo permanente en el tiempo. Por otro lado, la constante interacción del sujeto en un medio provocará en éste desequilibrios que van a presionar a la generación de nuevos conocimientos que permitan la integración de esas experiencias al sí mismo en búsqueda de hacer posible un nuevo sentido de estabilidad. Este componente de cambio va a dirigir y movilizar al sujeto al logro de niveles de mayor complejidad en el tiempo y otorgará de un carácter momentáneo a todo sentido de estabilidad que el sujeto vaya construyendo.

Los procesos asociados a la mantención y reconstrucción permanente y que le otorgan dinamismo a la identidad son la mismidad y la ipseidad. La primera, se refiere a la continuidad personal independiente de los acontecimientos. Y da cuenta de la predisposición del sujeto ante una situación, es decir, cómo se aproxima, experimenta, explica y actúa ante los eventos vivenciados. Cuando la situación ya está en curso, el cómo se constituye la vivencia tendrá que ver con la situación misma, con lo distinto y lo ajeno desde la vivencia del sujeto, puesto que las experiencias nunca serán iguales a pesar de que puedan ser recurrentes. Este proceso, corresponde a la ipseidad y tiene que ver con el reconocimiento del sujeto de una discrepancia producto de un desequilibrio en su mismidad. Lo que presiona a reconstruir una identidad en la que el presente es coherente con el pasado, que resulta en la incorporación de nuevas vivencias y, por ende, en una mayor complejidad que abrirá nuevas posibilidades en las experiencias futuras del sujeto (Vergara, 2011).

6.2. LO INTERPERSONAL: EL INDIVIDUO EN SU RELACIÓN CON OTROS

El componente interpersonal es parte de la naturaleza de los seres humanos. Figurativamente, los individuos “emergen” en un contexto que contempla a otros y el desarrollo de los vínculos con éstos, lo que sentará las bases para la construcción del sí mismo (Yáñez, 2005). A su vez, la relación de pareja ocurre en un plano interpersonal y se constituye como un vínculo afectivamente significativo para los individuos adultos, por lo que, va a desafiar la estabilidad del sentido personal de los sujetos y consecuentemente movilizará el cambio humano (Zagmutt, 2010). De modo que, resulta evidente que la pareja humana no puede ser considerada de manera aislada al elemento interpersonal, puesto que la pareja no sería posible sin dos personas estableciendo un vínculo entre ellas. Por otro lado, porque el individuo se confirmará a sí mismo y a su vez va a desafiar sus sentidos personales, complejizando sus sistemas de conocimiento y cambiando en búsqueda de nuevos equilibrios, a partir de la relación de pareja. Es decir, el componente interpersonal nutrirá a la persona en su plano individual, y a su vez, el cómo se constituyen los individuos y sus procesos de conocimiento definirán la dinámica interpersonal en la pareja.

El vínculo primario de los seres humanos se establece y organiza con las figuras de apego. Los bebés mediante una función biológica desarrollan conductas de proximidad hacia su cuidador principal con un fin de sobrevivencia (Safran y Segal, 1994). Esta relación constituye al sí mismo a partir de la organización de las experiencias del individuo en una matriz afectivo-emocional. Lo que otorgará de un sentido de continuidad a los sujetos que hará posible la conformación de patrones emocionales que presentarán las bases del ordenamiento de sus vivencias futuras (Guidano, 1994). Así, en la infancia, el apego va a representar una dimensión emocional específica, a partir de la que irán tomando forma los significados personales que posteriormente van a conformar la identidad personal (Dodet, 2001).

En el espacio interpersonal, a partir de las interacciones y coordinaciones de acciones recursivas entre las personas, surgirá el lenguaje (Maturana, 2020). Y será éste el que permitirá que se creen las condiciones para la emergencia del mundo interno de los individuos, es decir, generará conciencia. Siendo la función simbólica del lenguaje la que permitirá la organización de los sistemas de conocimiento y, por ende, la coordinación de las experiencias internas con el mundo externo y las relaciones con otros. A su vez, la organización de la realidad del sujeto en un sistema lingüístico y los consensos que el lenguaje genera en las formas de significar la experiencia de manera compartida, harán posible que el sujeto se apropie de su noción de realidad e inclusive abra la posibilidad de hacerla consensual con otros (Yáñez, et al.,2001; Yáñez, 2005; Duarte, 2012).

En lo que respecta a la naturaleza de los seres humanos y la construcción de sus realidades, se observará una polaridad antitética. Ya que, si bien los individuos tienen una naturaleza interpersonal y requerirán de los otros, en un principio, para sobrevivir y luego, para la generación de su conciencia. El individuo estará inmerso a la vez en una soledad epistémica, respecto a su existencia en una realidad que es percibida de ese modo sólo por él mismo y que tiende a concebirse como la única realidad posible (Yáñez, 2005). Pareciera ser que lo único que logrará *“calmar la angustia existencial que produce la soledad epistémica, es la certeza de ser quien se es aun cuando esta certeza no sea absoluta”* (Yáñez, 2005, p.47). Certeza que, a propósito, sólo podrá ser confirmada por otros mediante el reconocimiento ofrecido en la intersubjetividad. Desde una visión del sujeto constructivista se entenderá a la subjetividad como la cualidad humana de hacer posible el conocimiento mediante una acción individual y respectivo punto de vista del sí mismo. Por lo que la polaridad antitética inherente de la naturaleza humana crea una paradoja, ya que cualquier confirmación de sí mismo que realice un sujeto a partir de la validación de otro individuo, en realidad no va a tener mucho que ver con quien es realmente ese sujeto. Más bien, esto va a reflejar la subjetividad y construcción altamente personal de la realidad de los individuos (Yáñez, 2005).

6.3 EL CONTEXTO: EVOLUCIÓN EN LA CONCEPCIÓN SOCIOCULTURAL DE LA PAREJA

Al hacer referencia al componente contextual se estarán tomando en cuenta las circunstancias socio históricas que rodean al devenir de las parejas y que permiten la emergencia de significados comunes asociados a ésta como una entidad o un fenómeno. Si bien desde una comprensión del individuo constructivista, no se podrá aspirar a un conocimiento universalmente válido que represente una copia del mundo externo. La utilización de los recursos simbólicos dados en un contexto y momento histórico en el que se acontece, permitirán construir teorías que serán negociables con otros en un ámbito social. Desde esta perspectiva, las convenciones lingüísticas y las narrativas culturales llevarán a la pareja a la construcción de significados que tendrán una dimensión colectiva en base a la que van a operar. A su vez, la estructuración del mundo y realidad personal se dará en un contexto particular que gatillará cambios en los sistemas de conocimiento de los individuos (Neimeyer, 1998). De modo que, una persona va a contar con una gama de significados colectivos asociados a lo que es una pareja, dados por la cultura y momento histórico en los que acontece su vida. Al tener la experiencia de estar en pareja con otro, estos significados van a gatillar la generación de conocimientos que busquen explicar la experiencia o la praxis de lo que se está viviendo. Por ejemplo, una persona que mantiene estrechos lazos con su familia de origen, la que está compuesta por sus padres y hermanos, todos practicantes del catolicismo y con valores conservadores que los llevan a considerar el matrimonio como una unión indisoluble. Su contexto social se encuentra situado en un periodo histórico donde el divorcio es cada vez más común y visible, por ejemplo, en los padres de los compañeros de colegio de sus hijos. Esta persona se encuentra casada y lleva años en una relación desgastada que le genera un profundo malestar y deterioro de su salud mental. Los contextos que habita influirán en las explicaciones a la experiencia vivida en la relación de pareja, presionando por la generación de nuevos conocimientos los que, en cualquier caso, dependerán para su emergencia de los componentes

de su individualidad. Por lo que, estos contextos podrán ser considerados como perturbaciones a los sistemas de conocimiento individuales, puesto que la persona tendrá que explicarse a sí misma su experiencia asociada a la praxis de estar en pareja en dichos contextos.

Si las variables sociales, culturales e históricas inciden en la creación de significados lingüísticos comunes y, por ende, en la manifestación de los fenómenos individuales y colectivos. Un mismo fenómeno puede concebirse de maneras diferentes dependiendo de su contexto, ya sea geográfico, religioso, económico o cualquier otro elemento que dé cuenta de una cultura o momento social. Lo que se puede observar en la evolución en las concepciones asociadas a lo que es una pareja y en la forma en que se manifiestan como una entidad basada en la relación entre dos personas. Un factor que ha influenciado estos cambios y evolución, a lo largo de los siglos, ha sido el reconocimiento por parte de los sistemas sociales de la pareja. Esto ha llevado a su institucionalización, donde, junto con las costumbres y usos sociales, las leyes han definido e influenciado las características, reconocibles como básicas, de la pareja al asignarla de una función social (García, 2002).

Al referirnos a los tipos de compromisos a la base de la vinculación de una pareja, se pueden observar diferencias a nivel cultural. Por ejemplo, bajo una tradición cristiana el matrimonio se consolida como una alianza indisoluble unida por Dios, la que solo la muerte podría separar. En contraste, el islam considera al matrimonio como un contrato entre un hombre y una mujer, en el que el esposo tiene el poder de terminarlo inclusive sin el consentimiento de la mujer. Por otro lado, ciertas culturas podrán compartir una visión cercana al hedonismo en la vinculación de las parejas, donde lo central pasa a ser la individualidad de cada sujeto y la percepción de satisfacción de éstos en la relación de pareja (Villegas & Mallor, 2017).

El Sociólogo Niklas Luhmann (2008) expone que cualquier cambio en los procesos históricos estará subordinado a la influencia de estructuras estables y a una tradición ideológica. Así, lo que caracteriza a una época es la expresión de información que pasa a ser central en un momento histórico dado, pero que

llegó a ser elaborada de ese modo por el efecto generativo de épocas anteriores. En este proceso, al introducirse cambios diferenciales, se abre la posibilidad de reconsiderar el pasado y el futuro se presenta como asequible de una manera distinta. Tomando como referencia este postulado, es que más que delimitar los cambios en la concepción de la pareja a lo largo de la historia, se buscará dar cuenta de momentos que permitan diferenciar los significados sociales asociados a su expresión.

En esta línea, Campuzano (2001) identifica tres grandes momentos en la historia de la humanidad que permitirán comprender la situación contemporánea de la pareja. En un orden temporal de mayor a menor antigüedad, se encuentran la perspectiva medieval, luego la perspectiva moderna y finalmente, la postmoderna. La primera, con marcadas influencias de una mentalidad cristiano-feudal, donde la realidad pertenece al orden de lo sobrenatural con causalidad última en Dios y donde el hombre es concebido como poseedor de un destino que trasciende al plano de la vida física. En este periodo se estructura la sociedad mediante un orden feudal en el que se observa una división entre aristócratas y vasallos, entre los que tienen y los que no tienen (y trabajan para mantener a los primeros). En este marco se vuelve dominante la ideología moral que velaba por un control severo de los sentimientos, inclusive dentro del matrimonio, y de la sexualidad. Por otro lado, los usos del feudalismo llevaron a regular las normativas asociadas al matrimonio planteándose las uniones maritales como alianzas de linajes que favorecían la conservación de los bienes. Prevalciendo la tendencia hacia la endogamia, lo que favoreció la emergencia del amor romántico extraconyugal como un amor cortés, que fuera expresado en la lírica de los trovadores de la época como dirigido hacia una mujer idealizada y sexualizada y con la que se sostenían relaciones adúlteras. Con el resurgimiento de las ciudades en Europa en el siglo XI por sobre el mundo rural, la clase burguesa asume un rol fundamental en la organización económica, social y política. Con esto comienza un largo proceso de cambio que se consolida entre los siglos XVII y XVIII con el ascenso del capitalismo que origina un nuevo contrato social que *“introduce el concepto de la sociedad como un conjunto de*

productores libres y, por consecuencia, se produce la noción de subjetividad y de libre albedrío” (Campuzano, 2001, p.26). Desde esta perspectiva moderna se abandonan las certezas que otorgaban una sociedad con un orden religioso y las tradiciones del mundo rural, para dar paso a una mentalidad más progresista en la que la noción de individuo asume protagonismo para la organización social y económica. Así, muchas funciones que antes eran responsabilidad de la familia pasan a ser de la responsabilidad del Estado y la subjetividad afectiva comienza a ser una responsabilidad y tarea de las familias, sobre todo en lo que respecta a los cuidados tempranos. A su vez, las familias se vuelven menos extensas que en épocas anteriores, lo que demanda de nuevas formas de vinculación. Si antes la pareja se constituía en un ámbito público (por ejemplo, en las uniones maritales por fines patrimoniales), en esta época la pareja se desplaza al mundo privado. Y la unión de los cónyuges es determinada principalmente por lazos sentimentales, lo que otorga de mayor inestabilidad en las uniones, por lo mismo con el tiempo emerge la figura del divorcio como regulación jurídica. En la época postmoderna, tras las grandes guerras mundiales del siglo XX, ocurre otro importante cambio dado por la inestabilidad y la pérdida de las certidumbres. Y con esto la emergencia de importantes movimientos sociales, como el feminismo, que marcarán una época y las concepciones asociadas a la familia y la pareja (Campuzano, 2001).

La globalización y las tecnologías han posibilitado que en la actualidad la velocidad de los cambios no tenga precedentes. Anteriormente, las concepciones de las distintas entidades sociales podían establecerse por largos periodos de tiempo y de manera transversal en las generaciones. Actualmente inclusive en las diferentes cohortes de una misma generación se pueden observar múltiples expresiones del ser pareja. Algunos sucesos que han influenciado en esta movilidad tienen que ver con la crisis de los modelos del patriarcado. La regulación paulatina de los derechos de las mujeres, su incorporación progresiva al mundo laboral y educacional, la regulación de la natalidad mediante métodos anticonceptivos y la existencia del divorcio, han dotado de mayores libertades a las mujeres para poder planificar sus biografías

más allá de los supuestos tradicionales que presionaban para que se ajusten a un rol de madre y esposa (Tapia & Poulsen, 2009). En este contexto en las sociedades occidentales se observa una construcción de significados en torno a la pareja que cuestionan y amortiguan las expectativas dadas por el género. Esto trae nuevas organizaciones dentro de los roles de los integrantes de la pareja y alternativas múltiples para su expresión. Por ejemplo, en cuanto a la expresión de la sexualidad, a una mayor disponibilidad y acceso a métodos anticonceptivos y por ende a la libre elección en la concepción, a alternativas para esto (concepción natural o mediante tratamientos de fertilidad) y distintas opciones en las regulaciones jurídicas de la unión entre parejas, así como la posibilidad de cohabitar sin un contrato de por medio. Entonces la relación de pareja pareciera estar dotada de mayores libertades, no sujeta a convenciones mercantiles o de clase como antaño (Verdú, 2008). Lo que trae nuevas expectativas y demandas para estar en pareja más allá de la mantención de la viabilidad económica y el aseguramiento de la procreación (Gurman, 2015). En este contexto, existen atisbos de elementos que favorecen la convivencia en la pareja, así como también la satisfacción de necesidades profundas del yo de los integrantes de ésta. Así, la afirmación personal, la autoestima o la cooperación en un mundo de individualidades son demandas que podrían recaer con mayor fuerza actualmente en las relaciones (Luhman, 2008).

De modo que, es posible observar como la pareja va cambiando a lo largo de la historia y cómo estos cambios son determinados por las ideologías culturales. Las que, a su vez, van a diferir entre ellas respecto de las premisas que se aceptan implícita o explícitamente sobre la pareja y que influirán en el acontecer de los distintos discursos y acciones. En la cultura moderna occidental, la razón, junto con los argumentos que emerjan de ésta, tienden a ser validados universalmente buscando el camino de la objetividad y devalúan la legitimidad de las emociones (Maturana, 2020). Por lo que fácilmente se podría asumir que existen ciertas cosas de manera independiente al actuar y experimentar individual de los sujetos que están en pareja. Si bien, no se puede negar las influencias socio culturales en la conceptualización de la pareja, tampoco se

pueden considerar estos significados colectivos como guías exclusivas para su comprensión. Hacer esto, dejaría a la pareja en una consideración de ésta como siempre igual y predecible en su devenir. De un modo en que todas las parejas podrían ser generalizables a una gama de posibilidades que las definan. Lo que relegaría a un segundo plano los aspectos propios de la individualidad de quienes conforman la pareja, así como los elementos interpersonales y relacionales, componentes que fueron desarrollados anteriormente.

A modo de resumen, en el proceso de caracterización de la pareja humana, se establecen los componentes estructurales de ésta. Primero, los dos individuos que la conforman, comprendidos como sujetos proactivos en la construcción del conocimiento y los significados otorgados a sus experiencias. Por ende, proactivos en la construcción de sus realidades e identidades. Quienes habitan en un determinado momento histórico y social, en una cultura particular. Y que establecen una relación interpersonal, que genera un dominio colectivo donde los individuos salen de su solipsismo aparente y son empujados a la existencia con un otro distinto de sí mismos. Aunque estos componentes son importantes, por sí solos no logran describir la complejidad de la naturaleza de la pareja humana. Por lo que es necesario realizar un esfuerzo descriptivo mayor para generar conocimientos que permitan caracterizar al objeto de estudio. A la base de todo cuestionamiento respecto de la pareja, se encuentra el hecho de su existencia. La pareja humana existe y hay ciertas condiciones que se dan para que esto ocurra. Lo primero, tendrá que ver con la dimensión referida a la experiencia misma de los individuos al estar en pareja, con su praxis vivida en la relación y la organización en explicaciones orientadas a volver coherente la experiencia en pareja. Al explorar esta dimensión se espera contar con más información que permita comprender las condiciones y procesos que hacen posible la existencia de la pareja humana en toda su complejidad.

7. DIMENSIÓN DE CODETERMINACIÓN EXPERIENCIA - EXPLICACIÓN DE LA PAREJA

Anteriormente, al describir al componente interpersonal, se hizo referencia al desarrollo del sí mismo de los individuos a partir de un ordenamiento de las experiencias primarias en la vida. Lo que pone de manifiesto el que los seres humanos sentirán afecto antes de que emerja un “yo” que conoce. Al respecto, Varela (2010) considera que el afecto surgiría producto de una dinámica pre-reflexiva que autoconstituye el sí mismo. Esta dinámica es la que será inseparable de la presencia de los otros y que se sostendrá en los correlatos corporales del afecto o “cuerpo vivido”. A partir de esto, el individuo podrá vincularse y captar a otros como organismos y subjetividades semejantes y no como cosas. En la pareja, entonces, aquello que abrirá las posibilidades de vinculación entre sus miembros tendrá que ver con una experiencia sentida que posteriormente será organizada en una construcción de conocimientos. Así, los procesos de codeterminación entre la experiencia y su explicación, podrán orientar los cuestionamientos acerca de aquellos elementos que permitan construir las bases que dan cuenta de la naturaleza de la existencia de la pareja.

Para la exploración de esta dimensión se tomará la perspectiva neuro fenomenológica, expuesta por Varela (2010) que postula al sujeto como agente cognitivo. En el sentido de que siempre operará en la inmediatez de una situación, ante las que tendrá una disposición a actuar que va a surgir de sus propios recursos. Para comprender lo anterior, es importante recordar que no existe un mundo “pre-dado” independiente del sujeto. De tal forma, lo que determina los modos posibles de actuar ante una situación, tendrá que ver con la estructura sensoriomotriz del sujeto. De ahí que todo objeto percibido, o cualquier elemento del mundo fuera del sujeto, será inseparable del hecho de que tendrá que ser manipulado por la conducta sensoriomotriz de éste. Esta conducta, involucra entre la interpretación sensorial y la acción motriz correspondiente, una vinculación entre éstas. La que está dada por toda una

gama de expectativas cognitivas (o marco cognitivo) y por una tonalidad emocional.

En el ámbito de la pareja, será importante reconocer que el cómo sus miembros perciben la realidad, tendrá que ver con el resultado de la actividad perceptiva de cada uno. Por lo que los objetos o el conocimiento que dan cuenta de sus realidades personales, van a co-emergir en función de lo que Varela menciona como la estructura sensoriomotriz (que es más que solo la percepción y posterior acción). Esta estructura será la que determine el modo de estar “encarnado” de cada individuo. Y con encarnado se está refiriendo a que la cognición es posible por la experiencia y por la capacidad del sujeto de proyectarla en una explicación. Por lo tanto, serán las experiencias subjetivas de cada uno de los integrantes de la pareja las que den pie a la generación de construcciones asociadas al mundo de la pareja.

Siguiendo la línea de la co-determinación entre lo interno, o la mente del sujeto, y lo externo, las experiencias del sujeto, revisaremos la propuesta de Humberto Maturana (2020). El autor plantea que los seres humanos operan como observadores y acontecen en el lenguaje, el que, a su vez, les permite hacer distinciones de su experiencia. Al referir que los seres humanos “acontecen”, se está considerando que todo lo que realicen como observadores simplemente les ocurre, siendo cualquier explicación secundaria a la experiencia de encontrarse a sí mismos en el hacer, o en la praxis del vivir. Complementario a esto, se considera que el acontecer ocurre en el lenguaje, ya que no puede existir ninguna posibilidad de hacer una referencia a uno mismo, o a cualquier elemento externo, fuera de éste. De esta forma, toda descripción en el lenguaje sobre la praxis del vivir será secundaria a la praxis del vivir en el lenguaje, aun cuando esta descripción también ocurra en ella. Así, las explicaciones y descripciones no reemplazan lo que ellas explican o describen, pero si pueden cambiar su devenir. Teniendo, todo lo que se dice o se piensa, consecuencias en la manera en la que se vive.

En las relaciones de pareja, cada individuo será un observador de su propia experiencia. Y mediante la operación de distinción en el lenguaje de la praxis de su vivir, va a generar una realidad que surge como propuesta explicativa de esta experiencia. Donde la observación no revelará una realidad independiente y objetiva, más bien, va a revelar una objetividad entre paréntesis. Por lo que cada integrante de la pareja podrá tener su propia interpretación de una situación vivida de manera conjunta, la que en cualquier caso no va a reemplazar la experiencia misma sentida en relación.

7.1 LA EMOCIÓN EN LA PAREJA

Al hacer referencia a la codeterminación entre la experiencia y la explicación, se releva el papel central de la praxis del vivir en la construcción de conocimientos. Así, el mundo externo y todo lo que el sujeto haga para estar en éste, se plantean como inseparables, puesto que las construcciones del mundo dependen de la experiencia del sujeto en éste (Varela, 2010). Así, las emociones manifestadas como señales que van a ofrecer mensajes acerca de las experiencias vividas se constituyen como un aspecto esencial del ser humano (Greenberg, 2015). Y en la pareja, se van a conformar como una fuente de información acerca de quién es el otro y quién es uno mismo (Arratia, 2009). Lo que pone de manifiesto la dimensión evidencial de las emociones. Pero no sólo como meros apoyos a juicios racionales, puesto que una experiencia sensible podrá formar sentido sin la intervención directa de juicios conscientes sobre la experiencia activa (Steinbock, 2022). En las parejas vinculadas afectivamente esto podrá observarse en lo que Steinbock (2022) menciona como el carácter interpersonal que adquieren las emociones, en el sentido de que podrán abrir o cerrar el “ser” de un individuo al del otro. Lo que va a generar múltiples posibilidades intersubjetivas. Las experiencias sentidas que acompañan el devenir de las parejas son tantas que pueden ser difíciles de categorizar. En el contexto de este análisis se desarrollarán aquellas que son consideradas como expansivas de los vínculos interpersonales y que abren las posibilidades de construcción de

sentidos. Estas son la confianza y el amor. Esta selección, sin embargo, es exploratoria y no quiere decir que se estén considerando como constitutivas de la pareja humana el amor y la confianza. Puesto que, en la práctica, existen parejas en las que estas emociones no están presentes, ya sea de manera circunstancial o más permanente.

Para llevar a cabo este análisis y poder comprender cómo las emociones se donan y constituyen en sus posibilidades. Se tomará como referencia exclusiva el método fenomenológico realizado por Anthony Steinbock (2022) y se desarrollarán las reflexiones pertinentes para contextualizarlo desde el ámbito de la pareja. Esta elección se justifica en que el autor busca describir las emociones con el objetivo de liberar lo experimentado tal y cómo es, no solo el qué (la cosa, los significados) de lo que se nos aparece, sino que el cómo es dado ese qué y la forma en que se acepta como tal (lo esencial de la experiencia). Para esto, el autor señala que lo primero es suspender o poner entre paréntesis las asunciones cotidianas que definen el estar en el mundo y así liberar su sentido. De este modo, se recupera la dimensión en la que se constituye el sentido y se retrocede al origen de su donación.

Confianza desde Steinbock (2022)

Esencial para la existencia social, la confianza, vincula con los demás mediante un enlazarse o estar unido a otro. En un acto que realiza la libertad tanto de quien confía, como de en quién se está confiando. Esto no es una libertad “de algo”, sino que es expresada en un darse a uno mismo libremente sobre otro, en su libertad. Esto quiere decir, por un lado, que nadie puede ser obligado a confiar en otra persona, por ejemplo, por miedo. Y, por otro lado, en el acto de dar confianza, se presupone la libertad del otro de cumplir o fallar a dicho acto, puesto que no tiene que ver con una obligación hacia el otro de corresponder la confianza y tampoco tiene que ver con un juicio que haga un balance de

experiencias pasadas y defina, tras un minimizar los riesgos, si esa persona es alguien que cumplirá o no con mi confianza. Las experiencias pasadas pueden estar asociadas a la confiabilidad, pero esto se aleja de la dimensión interpersonal, ya que un objeto podría ser considerado como confiable, por ejemplo, por la garantía ofrecida por el fabricante de éste o por los materiales que lo constituyen. Ahora bien, la obligación evidencia una falta de confianza, sin embargo, las dimensiones socioculturales e históricas pueden hacer posibles otros significados de esta emoción, como interpretarla a modo de una imposición ante la que el otro debe responder, lo que denota dominación o control. Aspecto que puede ser observado en algunas relaciones de pareja, donde uno o ambos integrantes al confiar, obligan implícitamente al otro a cumplir con sus expectativas. En estos casos es posible observar cómo existe una interpretación de la confianza como dependiente de los acuerdos específicos que la pareja haya establecido. Sin embargo, a pesar de que una pareja haya definido reglas claras acerca de lo que se espera de cada persona en la relación, la confianza puede surgir como un problema si una o ambas partes no confían en el otro. Puesto que ésta no se basa en reglas o en acuerdos, sino que surge como un acto de donación de quién está confiando.

La confianza no necesita de nada para darse, ya que es una donación que dispone al sí mismo de una persona y lo enlaza a otro en confianza. A su vez, implica una apertura a las posibilidades del otro. Donde se presupone la libertad y también la trascendencia de la otra persona, en el sentido de que la trascendencia no es conocida. Es decir, incluyo a un otro en un significado compartido, donde el futuro está abierto en cuanto al devenir interpersonal. Esta apertura implica una exposición, por lo que revela vulnerabilidad. Es una realización de la libertad personal en un acto de confianza que enlaza a un otro, en una disposición completa que, por ende, implica vulnerabilidad. Esta disposición no experimenta la posibilidad de traición, puesto que no se puede experimentar que se será traicionado por alguien y al mismo tiempo confiar en esa persona *“cuando la bailarina se lanza a sí misma a los brazos de otro, ella no está simultáneamente desconfiando o anticipando la traición. Esto hace*

evidente aquí cómo confiar es un descansar en, un relajarse en, e incluso una intimidad y un ser apoyado por otro” (Steinbock, 2022, p.307). Así, al no basarse en un juicio que considere “lo negativo” y al representar una disposición de completa entrega, la confianza solo va a ser destruida si la persona en la que se confía rompe el vínculo de confianza establecido hacia ella a través de la traición. Puesto que, en última instancia, la confianza es una emoción que surge de la propia persona que confía.

Amor desde Steinbock (2022)

El amor es un acto creativo en un sentido que origina o inicia y no es causa de nada. Puede orientarse a cualquier cosa, a personas, ideas, objetos, a la naturaleza, al arte o a cualquier tipo de expresión creativa. De modo que el individuo se abre de manera inmediata a la integridad de otro, independientemente de lo que sea ese otro. En el plano interpersonal amar es un movimiento, puesto que se orienta hacia otro en la plenitud de lo que éste es, sin imposiciones o condiciones del tipo “si cambias esto, te amaré”. El acto de amar tiene una naturaleza incondicional, no tiene límites que busquen ser completados como si se buscara una meta, ni tampoco está restringido a contextos particulares o determinadas especificidades. Tampoco tiene límites temporales, a pesar de que el acto de amar pueda terminarse, la experiencia está abierta al infinito e incluso supera los límites de la muerte, pudiendo amar a alguien, aunque este ya no esté con vida.

Este movimiento es dinámico y denota una apertura a la persona en su singularidad, lo que genera nuevas posibilidades que no pueden preverse. Estas posibilidades no se dan fuera del acto de amar, es decir, la persona se revela y manifiesta su plenitud a través de ese amar. Por lo que, en este proceso la persona no podrá constituirse como un objeto que se quiere poseer. Más bien, en el amar, emerge un dejar ser al otro para que éste se realice a sí mismo. Lo que no quiere decir que se quiera “mejorar” al otro, ya que es el movimiento del

amar el que hará que se manifieste espontáneamente la profundidad del valor intrínseco del amado, sin ninguna intención o deseo por parte del amante y de manera independiente a si ese valor ya existe o debería existir, ya que no se evalúa el valor (o valor potencial) de una persona y luego se decide amarla. En su espontaneidad creativa el amor generará su propia normativa que va a caracterizar a la relación interpersonal estableciendo sus demandas particulares asociadas al acto de una persona que ama en presencia de quien es revelado en el amor. De tal forma, el amor abrirá dimensiones que serán imprevisibles, tanto de la persona, como en el vínculo con el otro. En este proceso, el amante podrá estar tan dedicado a su amado que existirá una renuncia de su sí mismo, lo que expresa vulnerabilidad y deviene en un amar como un acto desde el otro. Tanto el amor como la confianza se caracterizan por ser emociones que se donan a otro. La confianza al enlazarse a un otro se expone a la trascendencia de éste y, por ende, a dimensiones no vistas de esa persona. Por lo que abre nuevas posibilidades en la relación, como la experiencia de amar. El amor, por su lado, es un movimiento más amplio. Que elimina los límites del otro y se encuentra más abierto a la alteridad que la confianza, ya que es un acto receptivo de muchos tipos de “otredades” y no solamente de personas. En el movimiento de amar, como un acto creativo orientado a la apertura de otro en su singularidad y en dirección de lo que llegará a ser, el amante se dará a sí mismo y se revelará en humildad aceptando lo dado (Steinbock, 2022).

Finalmente, se puede desprender que el amor y la confianza como emociones interpersonales se diferencian cualitativamente de los procesos de construcción de conocimiento. De ser consideradas desde esta dimensión el amor y la confianza se estarían reduciendo a un juicio o a una asunción. Transformándose en creencias que reducirían la existencia de la experiencia de amar y confiar. De este modo, el amor no liberaría límites, ni tampoco revelaría las profundidades del ser amado. Y la confianza no dispondría del sí mismo de una persona para enlazarlo a un otro abriendo las posibilidades de la vulnerabilidad.

Los actos de amar y confiar no requieren que la persona conscientemente haga algo para ser experimentados. Estas emociones representan una donación espontánea a otro. En la relación de pareja, éstas van a revelar el ser de los individuos y por lo mismo abrirán posibilidades de expansión y transformación en el vínculo. Las emociones desarrolladas permiten dar cuenta de un patrón de funcionamiento a partir de una experiencia sentida que podrá, como en el caso de la confianza y del amor, abrir el “ser” de un individuo a otro. Pero también existen otras emociones que podrán cerrarlo. Como es el caso del orgullo que, como emoción interpersonal, implica una insistencia del individuo en sí mismo. Esto excluye la contribución de significados de los otros hacia el mismo y también los significados compartidos hacia el mundo. De modo que denota una resistencia a los nexos interpersonales y a las contribuciones de los demás a partir de una afirmación de sí mismo como la única o la más importante fuente de sentido (Steinbock, 2022).

Consecuentemente, las emociones dadas en un contexto interpersonal de pareja van a abrir nuevas posibilidades en la relación en lo referido a la construcción de conocimientos. Así, el sentir una experiencia permitirá la constitución de sentidos y significados personales y compartidos. Lo que a su vez dará pie a otros procesos en los que se profundizará en el próximo capítulo.

8. PROCESOS DE CONSTRUCCIÓN DE CONOCIMIENTOS EN LA PAREJA

En la pareja, la forma en que los integrantes de ésta experimentan su relación va a influir en la percepción y comprensión que tengan de la misma. Al tomar en consideración que la cognición es posible por la experiencia y la capacidad de los individuos de proyectarla en una explicación (Varela, 2010), surgen los procesos que hacen referencia a la construcción de conocimientos en la pareja. Estos son continuos, cambian constantemente y se refieren a cómo los miembros de la pareja explican y organizan las experiencias compartidas. Estos contemplan una construcción de identidad de la pareja a partir de la

configuración de sentidos y significados. A su vez consideran los conocimientos que emergen en la conformación de la relación como un espacio intersubjetivo preferente. Y finalmente el proceso asociado a la construcción de la ética de la pareja que alude a las regulaciones implícitas o explícitas del espacio mutuo habitado.

8.1 CONSTRUCCIÓN DE SENTIDOS Y SIGNIFICADOS: LA IDENTIDAD EN LA PAREJA

El ser humano, como parte de su naturaleza, podrá generar conocimiento de sí mismo solamente a partir de la relación con otros. Siendo su existencia inseparable de sus relaciones con el mundo y los demás. Las relaciones, en general, presionan a que se genere una reciprocidad entre los integrantes que les permita comprender el fenómeno que está aconteciendo y también lo que le ocurre a cada uno en dicha relación. Este proceso tendrá un impacto en la comprensión de quién es uno mismo y quién es el otro (Duarte, 2012). En particular, el vínculo de pareja se caracteriza por el alto componente de experiencias afectivas que moviliza. Así, mientras se construyen los significados sobre quien es uno, estos son compartidos con la pareja, en un proceso permanente de reconocimiento de uno mismo y diferenciación en la relación (Zagmutt, 2010). De modo que los procesos de organización del modo de sentirse de los individuos en la relación se complejizan. Puesto que ocurrirán en un plano individual y compartido, donde se orientan al mantenimiento y a la constitución de sentidos, y a su vez, a los procesos de cambio y de organización en significados del acontecer momento a momento.

Sentido y Procesos de la Mismidad

En las parejas, los individuos van a organizar a partir de un proceso personal, su acontecer en la relación. Lo que va a ocurrir de manera simultánea en los

integrantes de la pareja. Este proceso se orienta a la búsqueda del sentido de permanencia o mantención del sí mismo, mediante el continuo de proximidad y distancia emotiva con el otro (Dodet, 2001). Dando cuenta de cómo los integrantes de la pareja logran mantener una conexión emocional significativa, sin perder el sentido individual de sí mismos.

En este proceso, se pondrán de manifiesto las continuidades entre las organizaciones centrales de apego que contribuirán a la percepción de un sentido de sí mismo estable de los individuos que se reconocen en la relación con el otro. Lo que entrará en juego, por ejemplo, en el momento de la elección de la pareja, en los modos de vincularse o en las rupturas de las relaciones afectivas (Arciero, 2005; Dodet, 2001).

A su vez, en el nivel individual, se produce un proceso de reorganización de la experiencia del otro, lo que da lugar a un tipo de conocimiento que asume de un carácter personal la experiencia factual de la pareja. Esto le entregará estabilidad al modo de sentirse con el otro y permite que se incorporen las posibilidades de comprensión de éste. Cada vez que una revelación es reconocida como única, o nueva en la pareja, se produce una articulación del sí mismo personal que renueva el equilibrio alcanzado en la relación hasta el momento (Arciero, 2005). Así, los procesos asociados a la mismidad conllevan a que los miembros de la pareja puedan otorgar de unicidad y coherencia a sus sentidos de sí mismos en la relación con el otro.

Por otro lado, la mismidad también va a ocurrir como un proceso conjunto asociado a las cualidades que otorgan a la pareja un sentido de estabilidad a lo largo del tiempo. Así como en el plano individual los sujetos cuentan con una necesidad de coherencia interna, que aporta a los procesos de mantención de estados de equilibrio ante las perturbaciones experimentadas en la relación con el mundo (Vergara, 2011); en la pareja, la mismidad otorgará de un sentido de familiaridad que permitirá el reconocimiento mutuo ante las distintas situaciones que la pareja experimenta. Por ejemplo, consideremos el caso de una pareja que reconoce que la comunicación abierta y la escucha son parte de sus valores

fundamentales. A lo largo de su relación, cuando han enfrentado conflictos, éstos son resueltos a través del diálogo y la comprensión del punto de vista del otro. En consecuencia, se definen a sí mismos como una pareja en la que cada uno puede hablar y ser escuchado con respecto a lo que siente. Esta dimensión compartida de sentido contribuye a la percepción de continuidad y estabilidad en el tiempo de la relación. Como resultado, los miembros de la pareja van a enfrentar las distintas situaciones vividas con una predisposición a actuar que les será conocida y familiar.

Significados y Procesos de la Ipseidad

Para Vergara (2011) cualquier referencia a los significados personales va a considerar, inevitablemente una consideración de los procesos narrativos. Los que son entendidos como *“un proceso continuo del ser en el que el sujeto actualiza las nociones que tiene del mundo, de otros y de sí mismo”* (Vergara, 2011, p.78). Tomando esto en consideración, los significados en la pareja van a estar relacionados con los procesos de ipseidad que dan cuenta del proceso de constitución de las vivencias de la pareja. Lo que ocurre, por un lado, en el plano individual, donde contribuye a modular la emotividad de cada integrante de la pareja y permite la negociación recíproca de sus identidades. Esta dimensión narrativa personal separa al sí mismo del otro y, por ende, facilita la diferenciación. Lo que es fundamental para la preservación del vínculo afectivo, puesto que generar una esfera no compartida de la identidad personal hará posible la negociación con el otro (Arciero, 2005).

Por otro lado, la integración de las tramas narrativas individuales permitirá la construcción de una historia común, percibida como singular y exclusiva, mediante la reconfiguración narrativa permanente del mutuo acontecer. Esta narración compartida construye un "nosotros" como sujeto de una historia común mediante una estructura unitaria y coherente que surge de la constante distinción e integración de la experiencia cotidiana (Arciero, 2005; Dodet, 2001).

La narración de la pareja resultará de una articulación de un significado compartido que hará coherente la experiencia de reciprocidad emocional. La reciprocidad emocional se experimenta y la articulación del significado compartido hace posible la narrativa de pareja, lo que a su vez cambia la experiencia de reciprocidad emocional. Esta dinámica constitutiva de la pareja ocurre por un proceso mutuo de experimentar una activación emocional en la relación, que será atribuida a los sí mismos en una narración común (Dodet, 2001).

El acontecer de las relaciones de pareja está expuesto a la organización del modo de sentirse con el otro (ámbito emotivo) y es guiado por la continua construcción del relato compartido. El que también va a componer la imagen del otro y a su vez, organizará la identidad personal. De esta forma, los integrantes de la pareja se vinculan en una esfera emocional mutua y también en una dimensión reflexiva que regulará el accionar y sentirse de sus integrantes (Arciero, 2005). En otras palabras, la narrativa conjunta de la pareja va a ser coherente con los procesos que puedan ocurrir a nivel individual asociados al reconocimiento del sí mismo de cada uno en la relación. Así, la narrativa y sentido personal de los integrantes de la pareja se nutren con la narrativa de la pareja (Zagmutt, 2010).

Tomando como referencia a Vergara (2011) la identidad es un proceso constante en el que las percepciones y organizaciones de la experiencia se convierten en cualidades distintivas que caracterizan a un individuo. En su construcción van a participar los procesos de mismidad e ipseidad. En la pareja la identidad va a adquirir un carácter especialmente dinámico y complejo, ya que los procesos asociados a la mantención y reconstrucción permanente se van a producir tanto a nivel individual como compartido. Esto implica que los miembros de la pareja se reconocen a sí mismos en la relación y se reconstruyen en función de las vivencias experimentadas en ese espacio intersubjetivo. Al mismo tiempo, en la dinámica de la reciprocidad, se produce un proceso de identificación construido

a partir de la forma en que la pareja se reconoce a sí misma y de la narrativa que surge de la experiencia compartida momento a momento.

8.2 CONSTRUCCIÓN DE LA PAREJA COMO UN ESPACIO INTERSUBJETIVO PREFERENTE

La intersubjetividad es una condición ontológica fundamental del ser humano, que implica la capacidad innata de estar en relación con otro desde las experiencias primarias (Merleu Ponty citado en Duarte, 2012). En este sentido, individualidad e intersubjetividad van a ser necesariamente complementarias (Varela, 2010). Esto se relaciona con los procesos de construcción de conocimiento puesto que la mente humana emerge a partir de los vínculos y relaciones interpersonales establecidas desde temprana edad con las figuras de apego (Zagmutt, 2010). Al reflexionar sobre estas temáticas en la pareja humana, surge la inquietud de comprender cómo dos individuos que se encuentran construyen un vínculo progresivamente significativo que resulta en la conformación de la pareja como un espacio intersubjetivo preferente (y los significados otorgados a éste). En esta progresión, las acciones realizadas que conlleven a la aceptación de la coexistencia con el otro serán el resultado de un proceso emocional, de un sentirse en la experiencia con ese otro que posteriormente será organizado a partir de un proceso de construcción de sentidos y narrativas individuales y compartidas.

Zagmutt (2010) realiza una propuesta sobre el ciclo de vida común en las parejas, donde la fase de elección es aquella en la que los individuos al tener una experiencia interpersonal se escogen de una manera que es primordialmente emocional y posteriormente organizada en una explicación coherente con la narración de sus sí mismos. Así, la elección del otro estará fundada en una forma positiva de experimentarse a uno mismo y de reconocerse como persona. Proceso que ocurrirá en los dos individuos de manera recíproca

y donde ambos van a confirmar formas previas de sentirse en el mundo en la relación con el otro.

Al trasladar los postulados de Maturana (2020; 2021) al ámbito de análisis de la pareja, podemos observar que en el trayecto en que el espacio de interacción entre dos personas comienza a volverse recurrente, existirá un acoplamiento estructural entre los individuos. La interacción frecuente con otro comenzará a generar una historia de cambios a nivel de los sistemas de conocimiento individuales que no afectará la conservación de la organización de éstos. Así, a pesar de que existirán cambios estructurales gatillados por la interacción, los individuos se experimentarán a sí mismos en coherencia con sus sentidos personales. Esto va a ocurrir de manera recíproca, por lo que los cambios que se irán dando en un plano individual van a ser congruentes entre los integrantes de la pareja a lo largo de sus interacciones. Así se irá construyendo una adaptación mutua y congruente, donde a pesar de la existencia de elementos que gatillan cambios a nivel individual, los sujetos van a mantener la organización de sus sistemas de conocimientos. Solo esto hará posible que se genere una aceptación mutua de la coexistencia con la pareja. Si no fuera así y ocurriera, por ejemplo, que uno de los individuos es perturbado por la interacción con el otro de un modo en que los cambios que presionan sus sistemas de conocimiento no logran ser incorporados, la experiencia de este individuo con el otro no sería confirmada por ningún repertorio experiencial previo y se produciría un desequilibrio tal que difícilmente llevaría a una libre aceptación del otro en una dinámica de pareja.

Por otro lado, la aceptación o no aceptación del otro hace referencia a un proceso de entendimiento, por lo que estará dado por la razón. Pero de la razón desde una comprensión constructivista y no objetivista, es decir, de un proceso de distinción mediante el lenguaje de las coherencias operacionales de la propia experiencia. De modo que serán las emociones las que van a determinar los argumentos racionales para explicar lo vivido en relación con el otro y que van a llevar al individuo a distinguir sus circunstancias y a considerarlas en referencia al deseo de coexistir con el otro.

Cuando las interacciones de la pareja comienzan a generar una historia de recurrencias, lo que se va a observar será una coordinación de acciones y conductas. Esta coordinación, se va a realizar y expandir en la medida que los cambios estructurales que van ocurriendo en el plano individual sean congruentes entre los miembros de la pareja. En la medida que eso ocurra, surgirán nuevas coordinaciones de acciones que no habrían existido con una historia de interacciones diferente y los individuos establecerán una coordinación consensual que emergerá de manera espontánea. Para Zagsmutt (2010) esta fase correspondería a la etapa de formación de la pareja, en la que se establece un vínculo, las reglas relacionales y los roles emotivos que definirán el sentido de sí mismo de cada integrante de la pareja. Estos acuerdos tácitos serían los equivalentes a lo mencionado previamente como las coordinaciones consensuadas y definirán el carácter único de la relación. Una particularidad de esta fase es que los individuos se encuentran en un estado de fusión en el sentido de que aún se están conociendo y no existe una diferenciación respecto del otro. Con el tiempo, los conocimientos asociados a quién es el otro y quienes son como pareja comenzarán a generar discrepancias, van a aparecer las individualidades y, por ende, la necesidad de diferenciación con el otro. El sentido de sí mismo, que anteriormente era experimentado como una confirmación constante, ahora es desafiado y demandará a la pareja a negociar nuevos significados comunes. Esta fase, nominada como la mantención de la pareja, complejizará la dinámica intersubjetiva haciéndose más necesaria una expansión de las coordinaciones consensuadas de la pareja que lleve a renegociar las reglas relacionales preestablecidas en orden de complementar las individualidades con los proyectos y significados comunes de la pareja. A este fenómeno, se sumará el que cada individuo va a participar de otros contextos y relaciones sociales externas al núcleo de la pareja. En este devenir personal, cada uno experimentará distintas situaciones que irán generando cambios estructurales en sus sistemas de conocimiento. Por lo mismo, va a cambiar la manera de experimentar y sentirse en la relación, lo que va a demandar de una coordinación entre los integrantes de la pareja que sea

congruente con los cambios ocurridos en el plano individual. Estos momentos pueden ser fácilmente integrados a la dinámica relacional o también podrán sobrepasar la capacidad innata de coordinación constituyéndose en momentos de crisis en el desarrollo de la pareja. El cómo se transite por estos momentos de crisis podrá resultar en una reorganización y posterior incremento en los niveles de complejidad de la pareja o, por el contrario, en su desgaste, declinación y pérdida de la reciprocidad emocional. Al respecto, *“la crisis terminal es la que ocurre cuando fracasan los intentos de reconstruir significados comunes que permitan llevar adelante el proyecto de pareja... No se percibe más al otro como una relación única y exclusiva, sino como alguien fuera del proyecto de vida”* (Zagmutt, 2010, p.184).

Por otro lado, así como la pareja experimentará a lo largo de su historia distintos niveles de interacción respecto a la progresión desde la fase de elección, a su permanencia y posible declinación. También lo hará en su recurrencia diaria a partir de los contextos intersubjetivos² en los que deviene la interacción. Estos contextos han sido caracterizados por Yáñez (2004a) de acuerdo con el tipo de compromiso que demandan a nivel personal en los integrantes de la pareja y a los estados intencionales. Hasta ahora, han sido identificados como los siguientes:

Cotidianidad

Caracterizada por la constitución de un espacio simbólico reconocido como familiar, que estará a disposición de los sujetos para su retorno, donde podrán experimentar la cotidianidad del ser pareja. A nivel conductual, predominan los estados rutinarios y de coordinación con el otro. Por lo que el reconocimiento y el sentido de permanencia propios de la mismidad se despliegan favoreciendo los procesos de mantenimiento. Así, la pareja experimentará en la cotidianidad

² En publicaciones anteriores, Yáñez (2004a) se refería a este concepto como los “estados interpersonales” de la Pareja. En el contexto de un comunicado personal Yáñez (2022) conceptualiza los anteriores estados interpersonales como los contextos intersubjetivos de la pareja.

un espacio de domicilio y de encuentro con el otro, que es seguro y cercano a la condición de apego por sus niveles de regulación emocional y protección. Este nivel de interacción responde a demandas de funcionamiento diario como, por ejemplo, los espacios de ocio y de descanso o la organización de las labores domésticas o familiares.

Intimidad

En la construcción de este espacio relacional ocurre una intensificación de la individualidad de los integrantes de la pareja. En un gesto de entrega, cada individuo pone a disposición del otro su mundo interno. Construyéndose un “contexto clausurado mutuo” en el que se intersectan los espacios personales. Este estado se caracteriza por un despliegue en la actividad de apego y de exploración. La conducta de apego otorga de una base segura para hacer disponible el sí mismo de uno a la influencia del otro. Lo que permitirá que emerjan señales que invitarán a explorar dominios del otro y límites en la interacción desconocidos. Esta regulación, entre la necesidad de confirmación dada por el apego y la diferenciación y alejamiento propias de la conducta de exploración, presionará las dinámicas de la mismidad con niveles de perturbación que bordearán la mantención de la coherencia de los sistemas de conocimiento personales. Así, frecuentemente podrá asociarse este estado a dinámicas de la pareja en las que predomina la ternura, pero donde también se moviliza la curiosidad como expresión de deseo y goce por y con el otro.

Erotismo

Referido al estado de la pareja en el que la corporalidad se vuelve el vehículo de exploración mediante interacciones que expresan una intención del deseo erótico. El componente no verbal en la comunicación de la pareja asume un rol central, anclándose el erotismo en un cuerpo en estado de excitación que

progresará a un ritmo personal definido por los parámetros corporales que aspirará una complementariedad interpersonal dada por *“la concreción del anhelo de completitud y reciprocidad en la intención de exploración y consecuente apego con el otro”* (Yáñez, 2004a., pág.14).

Práctica sexual

Este estado transita hacia la satisfacción sexual de la pareja dado por el alivio erótico. La corporalidad alcanza su máxima expresión desentendiéndose del contexto e incluso del otro en una especie de egocentrismo que despliega los repertorios sexuales personales en búsqueda de la completitud y satisfacción.

La interacción constante y preferente que otorga el espacio de la pareja va a resultar en el devenir de dinámicas intersubjetivas diversas. Las que en este apartado han sido diferenciadas y desarrolladas, por un lado, en relación a la progresión significativa del vínculo de la pareja y a la declinación de la mutualidad. Y, por otro lado, en cuanto a los contextos por los que la pareja transita a lo largo de su coexistencia. La coordinación intersubjetiva en el espacio preferente que otorga la pareja, se va a dar en el plano de la mutualidad. Por lo que cabe preguntarse por la forma en la que se regula este proceso, lo que hace referencia a la construcción de una ética de la pareja, desarrollada a continuación.

8.3 CONSTRUCCIÓN DE LA ÉTICA DE LA PAREJA

Considerar una ética de la pareja se hará relevante puesto que la condición basal de ésta se encuentra en el elemento alter, como una forma de vivir con otros. En la pareja esto hace referencia al vivir en coexistencia, al espacio mutuo habitado por los individuos y las normativas que regulan la relación.

El flujo de coordinaciones de acciones consensuales entre los integrantes de la pareja podrá dar cuenta de sus reglas o normativa. Las que no necesitan ser

explícitas, puesto que no se trata de una definición de reglas impuestas que obliguen a las personas a ajustar sus conductas a esquemas establecidos. Más bien, se adquieren de manera espontánea en la relación y a partir de la recurrencia de la interacción se vuelven transparentes para los individuos. Esta transparencia pone de manifiesto una disposición espontánea a actuar, a lo que Varela (2010) se ha referido como el *know-how*. Este *know-how* va a ser compartido y dependerá de cada situación que se viva. Así, por ejemplo, uno de los integrantes de la pareja despierta abruptamente y agitado tras una pesadilla por la mañana, el otro, que se encontraba despierto leyendo a su lado, sin pensar en un juicio racional con alguna intención particular y de manera espontánea, es movido por la situación a abrazar y contener a su pareja. Este tipo de disposiciones a actuar son de naturaleza propiamente ética, puesto que a su base se encuentra una experiencia asociada a una emoción e interés por el otro. En la recurrencia de situaciones, la pareja aceptará ciertos principios para su coexistencia en orden de conservar un modo de vivir que comprenderá intereses mutuos. La base de la ética de la pareja será una respuesta espontánea que emergerá producto de una experiencia. Y si bien la emoción que involucra un interés por otro es común al referirnos a la ética, ese interés se vive de manera distinta dependiendo de lo que cada sistema de pareja especifique sobre quién es ese otro (Maturana, 2020). Así, por ejemplo, en una pareja no monógama, no será considerado como una falta a los principios de la pareja o infidelidad el tener sexo casual con terceras personas. Sin embargo, si la pareja establece un límite y define que las relaciones con terceros no involucrarán contextos cotidianos, ni de intimidad y se acotarán solamente a un contexto intersubjetivo erótico y de práctica sexual, de transgredirse dicho principio surgirá una contradicción emocional con respecto a los intereses de la pareja. Esta activación emocional será explicada con argumentos que podrán resultar en una contradicción ética en el caso de que la emoción niegue la situación ocurrida, pero a la vez se acepte racionalmente o desde el discurso. En el caso del ejemplo, quien descubre que su pareja se involucró con otro más allá de lo netamente sexual, podrá sentirse traicionado y en una posición de vulnerabilidad. Sin embargo, por querer resolver

la situación y por miedo a perder al otro, decide en su discurso y conducta aceptar la transgresión, emergiendo así un conflicto ético que pondrá en juego los intereses personales mediante una negación del factor emocional.

De manera que, la pareja constituirá los principios y reglas característicos de su relación de manera espontánea y transparente a las situaciones vividas. Algunos serán implícitos y otros explícitos, pero a la base siempre se encontrarán los límites de aceptación propios definidos por los individuos que conforman la pareja. En este proceso, la ética surgirá como un tema, cuando exista una ruptura a lo que es aceptado en el otro y en la dinámica relacional y cuando se pongan en juego los fundamentos emocionales que validan los argumentos de coexistencia con el otro.

9. NATURALEZA DE LA PAREJA HUMANA

Los primeros elementos que guiaron el proceso de reflexión acerca de la naturaleza de la pareja humana en esta investigación revelan las bases o componentes estructurales que garantizan la existencia de la pareja. Estas son, un individuo inseparable de su construcción de la realidad y proactivo en sus procesos de conocimiento. El que a partir de su praxis del vivir organizará sus experiencias para otorgarlas de significados coherentes con su sí mismo. Un individuo que, a pesar de estar inmerso en una soledad epistémica (en el sentido de que el conocimiento que tenga de la realidad y sí mismo dependerá de sus percepciones y de su actuar en un mundo como observador) es un individuo de naturaleza interpersonal (Yáñez, 2005). Estando las bases de la experiencia afectiva y la construcción del sí mismo sujetas a la presencia de otros seres humanos. Así, en la pareja como sistema vincular *“se cumple la característica humana básica de necesitar a un otro para construir un yo”* (Zagmutt, 2010, p.172). A su vez, la pareja se va a desenvolver en un contexto que presionará por volver coherentes las experiencias vividas. Desde un dominio contextual más amplio, la pareja será parte de un momento histórico determinado, al ir acotando

el contexto encontramos que también será parte de una cultura y a su vez, de distintos sistemas sociales que constituirán su mundo cotidiano. De modo que la pareja no existe en un vacío, sino que está inmersa en un contexto particular que constantemente va a gatillar cambios en los procesos de la pareja que harán que sus circunstancias se transformen. Los tres componentes estructurales de la pareja humana, si bien dan forma a su existencia, no dan cuenta de la naturaleza única de este fenómeno. Puesto que muchas otras relaciones también podrían estar constituidas por dos individuos, que establecen una relación interpersonal, en un contexto particular.

Los componentes estructurales se van a combinar en una dimensión referida a la experiencia y su organización en conocimientos. Desde aquí, no se asume que exista nada que sea anterior a la experiencia, estando la cognición encarnada en los individuos. Es decir, todo objeto percibido va a ser inseparable de la manipulación del individuo en el mundo (Varela, 2010). En esta línea será la capacidad de sentir la experiencia y de proyectarla en estructuras conceptuales significativas lo que hará posible los procesos de construcción de conocimiento. En la pareja, lo que determine el modo de encarnar las experiencias de sus miembros tendrá que ver con cómo se encuentra cada uno a sí mismo en la experiencia o, en palabras de Maturana (2020), en la praxis del vivir. Por otro lado, en esta dimensión existirán emociones que adquieren un carácter interpersonal por sí solas en los integrantes de la pareja y abren o cierran el ser de un individuo al del otro.

A partir de la dimensión experiencia-explicación de la pareja se desprenderán procesos de construcción de conocimientos centrales para la comprensión del fenómeno. Estos hacen referencia a la organización de la experiencia de los individuos en la relación, que ocurre en el plano individual y compartido. Van a dar cuenta de la identidad de la pareja a partir de la construcción de sentido y de la organización de la experiencia en curso en significados. Así como también, de la construcción de conocimientos que harán posible la constitución de la pareja como un espacio intersubjetivo preferente. Y finalmente, de la regulación de la

coexistencia a partir de los límites de aceptación propios definidos de manera implícita o explícita en la construcción de la ética de la pareja.

Al combinar la dimensión experiencial y de conocimiento, junto con los procesos que se desprenden de ésta, los componentes estructurales de la pareja van a adquirir un sentido que llevará a la emergencia de su esencia dando forma a su naturaleza en lo que conoceremos como las Microidentidades y Micromundos de la pareja.

9.1 MICROIDENTIDADES Y MICROMUNDOS: DESDE VARELA A UNA COMPRENSIÓN DE LA PAREJA HUMANA

Los conceptos de microidentidad y micromundo fueron desarrollados originalmente por Francisco Varela (2010) y forman parte de su teoría neurofenomenológica. En el contexto exploratorio de esta investigación y en búsqueda de ampliar las categorías conceptuales existentes, son tomados como referencia trasladando su análisis para la comprensión del fenómeno de la pareja humana. En esta línea, los individuos tendrán, ante cada situación experimentada, una serie de disposiciones a actuar que van a ser entendidas como sus microidentidades. La elección de la microidentidad suele ser un proceso automático dada la inmediatez del cómo se presentan las situaciones. Una vez que esto ocurre, se producirá un micromundo en el individuo. En éste, la percepción de los demás y de las cosas será inseparable de la experiencia. Tanto micromundos como microidentidades serán constituidos históricamente, ya que es común reconocer una recurrencia de las situaciones experimentadas y de las acciones que encarnamos y que componen las identidades (Varela, 2010).

Cuando dos individuos establecen un vínculo de pareja, estos van a disponer de un espacio de existencia mutuo. Cada uno transitará en su cotidianeidad por otros espacios y en algún momento retornarán a la coexistencia. En ésta, los integrantes de la pareja experimentan de manera conjunta distintas situaciones

que demandarán una especificación a nivel de sus identidades (Yáñez, 2004). Lo común será que las situaciones que experimenten sean variadas y también recurrentes, por lo que con una intención descriptiva pueden ser categorizadas. Para este análisis tomaremos como referencia los estados interpersonales de la pareja definidos por Yáñez (2004a) como contextos intersubjetivos transitorios. Es decir, momentos de encuentro entre dos subjetividades que se distinguen por la demanda diferencial para los individuos involucrados en la interacción y también por la coordinación de los deseos recíprocos. Estos son, la cotidianidad, intimidad, erotismo y práctica sexual.

La pareja va a transitar por estos contextos intersubjetivos de manera conjunta. El tránsito se va a iniciar por una tensión en la continuidad del modo en el que se está habitando la relación en un momento dado. Así, una pareja puede estar inmersa en una situación cotidiana, por ejemplo, preparando la cena. Cuando uno de los integrantes de la pareja observa con deseo al otro y le hace un comentario que expresa una intención que abre las posibilidades de moverse a un plano erótico. En ese momento, se tensa la relación y la situación automáticamente interpelará las identidades de los individuos de manera simultánea. De modo que, en cada uno surgirán nuevas disposiciones a actuar ante el quiebre de la cotidianidad, las que corresponden a sus microidentidades. La elección que ocurre de manera automática y personal de una microidentidad, definirá el modo en que cada uno habitará la situación y encarnará la experiencia, así como su postura conductual correspondiente. Al ocurrir esto, se producirá un micromundo distinto para cada individuo. Retomando el ejemplo, los dos sujetos que estaban preparando la cena tras ver tensada la relación en su plano cotidiano van a seleccionar una forma de transitar por el momento de quiebre. Aquí, pueden ocurrir varias cosas, una alternativa será que cada individuo transite involucrando una identidad que sostenga el momento de cambio, es decir, recíprocamente emergerá en cada uno un micromundo que conectará con un momento más íntimo, moviéndose la pareja a un estado intersubjetivo donde comenzarán a acariciarse y besarse en una disposición y demanda del deseo que será mutua. Otra alternativa podrá ser que

uno de los individuos ante la mirada y expresión del otro seleccione una disposición a actuar que bloquee la emergencia del deseo, encarnando la experiencia con ansiedad y generando un micromundo en el que se sentirá en una situación de presión por satisfacer la intención de deseo de su pareja, por lo que de igual modo procede a responder conductualmente a besar y acariciar al otro. Esta disposición a actuar será percibida como poco espontánea por su pareja, lo que pondrá en juego la emergencia de nuevas microidentidades en este individuo, quien seleccionará una predisposición de obligación hacia el otro por corresponder a la expresión inicial de su deseo la que, al no darse, hará que emerja en esta persona un micromundo en el que se sentirá decepcionada del otro. En esta versión de la historia, si bien la pareja sostendrá un momento de mayor intimidad física, cada uno de los individuos se encuentra habitando un micromundo que probablemente no favorecerá el tránsito a un estado intersubjetivo de intimidad que abra las posibilidades de lo erótico.

Por tanto, en una relación de pareja, sus integrantes transitarán por diferentes contextos intersubjetivos que van a ser transitorios. En cada uno de éstos, existirá una demanda de especificación de sus identidades. La elección automática de una microidentidad ante una situación vivida de manera conjunta va a definir el modo en que cada individuo encarnará esa experiencia. Esta elección ocurre de manera automática y tiene que ver con la dimensión experiencial y con los procesos de construcción de conocimientos asociados. Al ocurrir este proceso de elección de la microidentidad, se generará un micromundo nuevo que podrá o no ser percibido por el otro. El que a su vez va a generar nuevas disposiciones a actuar y así los micromundos de la pareja van emergiendo y entrelazándose en cada momento. Será precisamente el modo de habitar los micromundos lo que determine la naturaleza única de la pareja. Así, será factible que dos individuos, con sus subjetividades a la mano, establezcan una relación interpersonal, en un contexto particular y lo que éste gatille en ellos; y que al combinarse sus dimensiones experienciales y de construcciones de conocimientos, coexistan en un espacio intersubjetivo preferente en el que

emergerán micromundos que serán habitados con la certeza espontánea mutua de que se es una pareja.

10. CONSIDERACIONES PARA LA PSICOTERAPIA PARA PAREJAS CONSTRUCTIVISTA COGNITIVA

El contar con un marco conceptual de referencia respecto al funcionamiento de la pareja humana, va a permitirle a los terapeutas constructivistas cognitivos comprender la experiencia subjetiva de sus pacientes y orientar los procedimientos terapéuticos correspondientes. De acuerdo con Yáñez (2005) contar con una teoría que permita comprender los supuestos a la base que guían la comprensión de los pacientes permitirá delimitar los niveles posibles de explicación o interpretación de los sucesos y fenómenos que se presentan en la clínica y también generar proposiciones conceptuales o interpretaciones alternativas a los esquemas disfuncionales de los pacientes. Permittiéndose así una mayor flexibilidad y adecuación de las técnicas y metodologías psicoterapéuticas a las necesidades particulares de cada paciente. En este sentido, el modelo constructivista cognitivo de psicoterapia para parejas ha podido tomar ciertos elementos del procedimiento de psicoterapia individual y modificarlos para su praxis clínica. Como lo son el encuadre, las fases del proceso, la utilización de una devolución tras la fase de evaluación, así como algunas técnicas e intervenciones (Urrutia, 2017). La propuesta de caracterización de la pareja humana desarrollada a lo largo de esta investigación puede aportar a la teoría clínica en sus distintas fases como lo es establecido a continuación:

1. Encuadre

Desde el constructivismo cognitivo se comprende al encuadre como *“las reglas interpersonales que regulan la relación terapéutica y cuya función es la de*

proveer un contexto relacional estable, seguro y proyectado en un tiempo suficiente que permita alcanzar las metas psicoterapéuticas” (Yáñez, 2005, p. 92-93). Este puede ser explícito o implícito, el primero hace referencia a las reglas acordadas que definen los límites de la relación terapéutica y el segundo a las reglas que subyacen a la relación terapéutica y que dependen principalmente del comportamiento no verbal del terapeuta y de los usos y costumbres de una cultura particular (Yáñez, 2005).

Gómez (2021) establece que el encuadre explícito está constituido por los acuerdos respecto a la frecuencia y duración de las sesiones, el horario de éstas, los honorarios o la regla de oro, que hace referencia a la indicación de no discutir fuera del contexto terapéutico las temáticas abordadas durante las sesiones. Así como también de la especificación de las fases del proceso, donde se define una estructura de terapia breve que considera tres o cuatro sesiones de evaluación en pareja (con posibilidades de incluir una sesión de evaluación individual con cada integrante de la pareja por separado) y la sesión de devolución. Finalmente, es parte de este componente el desarrollo del proceso psicoterapéutico mediante la modalidad de coterapia en el que participan dos terapeutas en el trabajo clínico. Una caracterización y comprensión de la pareja constructivista va a contribuir al encuadre explícito en la consideración de los pacientes como una pareja única y que es el resultado de un proceso dinámico que surge entre dos individuos que construyen y negocian sus propias realidades. De esta forma, es importante que los terapeutas consideren las circunstancias específicas de la pareja desde la perspectiva de ésta y no desde sus creencias personales. Lo que permitirá el establecimiento de acuerdos efectivos que puedan reflejar las necesidades reales de los consultantes. Por otro lado, tener en consideración los supuestos a la base del funcionamiento de la pareja les permitirá a los terapeutas establecer objetivos realistas para el proceso de los consultantes, lo que a su vez otorgará de un cuidado y resguardo de la alianza terapéutica. Finalmente, una comprensión de las parejas consultantes común entre los coterapeutas facilitará el trabajo coordinado y evitará los desacuerdos teóricos

respecto al abordaje de los contenidos de la pareja, ofreciendo así una experiencia más consistente a los pacientes.

Por otro lado, el encuadre implícito hace referencia a la actitud del terapeuta que permite el manejo de la relación con los pacientes en un nivel técnico. Lo que se basa en los estados intencionales de neutralidad, abstinencia y receptividad (Yáñez, 2005). Los terapeutas al ponerse en el marco de referencia de la pareja consultante y no considerarla como algo dado o preestablecido, podrán beneficiarse en cuanto a la demanda que acarrearán estos procesos psicoterapéuticos de alta complejidad intersubjetiva, favoreciendo el proceso de permanecer neutrales a los conflictos de la pareja y por lo mismo más receptivos a los contenidos desarrollados durante las sesiones. A su vez, los terapeutas podrán evitar actuaciones no intencionales que puedan ocurrir producto de un enganche emocional a los contenidos de la pareja. Así, tener en consideración que cada pareja genera una dinámica de coordinación consensuada que es congruente entre los miembros de ésta y con sus sistemas de conocimiento individuales, en la que ambos individuos al relacionarse confirman formas previas de sentirse a sí mismos; puede ayudar a la condición terapéutica referida a la importancia de la abstinencia de los terapeutas en las transferencias involuntarias de elementos personales durante las sesiones, como las ideologías expresadas en lo que “podría” o “debería” ser una pareja (Urrutia, 2017). A su vez la caracterización propuesta va a fundamentar las intervenciones de actos de habla del terapeuta descritas desde el modelo constructivista cognitivo, lo que beneficiará la adscripción de los terapeutas a los estados intencionales propios del encuadre implícito.

2. Cambio Psicoterapéutico

La respuesta al cómo se generan las condiciones para el cambio de los pacientes en psicoterapia tiene que ver con la adscripción a una determinada teoría clínica por parte de los terapeutas y el valor atribuido a éste. Desde el constructivismo

cognitivo se comprende al cambio como una fluctuación constante y necesaria que se da en los organismos en respuesta a las demandas del medio. Implica una reorganización de los sistemas de conocimiento de los individuos que les permitirá poder responder a dichas demandas, a la vez que alcanzan una mayor complejidad en su funcionamiento (Yáñez, 2005). Al referirnos al cambio en el contexto psicoterapéutico encontramos que *“la psicoterapia es, al mismo tiempo, una presión y una creación de condiciones que favorezcan la reorganización o el reordenamiento del sujeto”* (Yáñez, 2005, p. 83). De esta forma el rol del terapeuta se orientará a perturbar los sistemas de conocimiento de los pacientes para así generar las condiciones para el cambio. En el contexto de la psicoterapia para parejas estas consideraciones van a adquirir una connotación particular, puesto que la dinámica intersubjetiva en el encuadre terapéutico se complejiza al ser los pacientes dos individuos y la dinámica de pareja entre estos. Por lo tanto, se deberán reconocer los procesos de cambio tanto en el plano individual de cada integrante y al mismo tiempo tener en cuenta los aspectos intersubjetivos. Tomando en consideración la caracterización de la pareja humana desarrollada, se proponen dos niveles de cambio en las parejas consultantes.

- Nivel de cambio individual

El cambio individual en la psicoterapia constructivista cognitiva podrá evidenciarse en los procesos que lleven adelante los integrantes de la pareja respecto al reconocimiento de sus “sí mismos” en el contexto de la relación. En la dinámica intersubjetiva, los individuos van a ir reconstruyendo sus identidades personales en función de las vivencias que experimenten con el otro. Si bien los procesos de generación de sentido hacen referencia a un acto epistémico, los significados que emergen y que organizan el sí mismo van a emerger producto de un proceso emocional, de un sentirse en la experiencia de la relación. De modo que, en el devenir de las parejas vinculadas afectivamente, las emociones asumen un carácter interpersonal y abren o cierran el ser de cada individuo al

del otro. A través de la psicoterapia podrán generarse posibilidades de expansión y transformación en el vínculo que lleven a la constitución de sentidos personales que estén al servicio de la pareja y sus circunstancias.

- Nivel de cambio relacional

La psicoterapia también podrá constituirse como un espacio que facilite la construcción de significados comunes que combinen las experiencias individuales de los integrantes de la pareja en la construcción de una narrativa compartida. Esto puede llevar a una mayor conexión emocional y entendimiento entre los integrantes de la pareja que les permita una coordinación consensuada al servicio de los desafíos y conflictos que puedan estar enfrentando. El cambio en el nivel relacional se va a orientar hacia los límites de aceptación mutua que establezcan los integrantes de la pareja como pertinentes. En este sentido, no va a existir un fin terapéutico preestablecido en la línea, por ejemplo, de mantener a la pareja unida. Más bien será la misma pareja que producto de un proceso de coordinación determine los argumentos que los lleven a considerar sus circunstancias de coexistencia.

Para generar las condiciones del cambio en la pareja consultante, los terapeutas constructivistas cognitivos deberán tener en cuenta los dos niveles en los que se da este proceso. Reconociendo la importancia de la individualidad en la conformación de la pareja y también de los procesos asociados a la intersubjetividad; los terapeutas podrán comprender a la pareja como una construcción recíproca en la que cada integrante va a buscar una coherencia interna personal (Arratia, 2009) y también los significados comunes que les permitan reconocerse como una pareja única y organizar sus experiencias. Considerando lo anterior, el actuar de los terapeutas buscará estratégicamente la perturbación de los sistemas de conocimiento individuales y compartidos. Y se orientará desde un punto de vista comunicacional, en todo lo dicho en el contexto de la sesión, hacia ambos integrantes de la pareja. Así,

independientemente de que una intervención esté dirigida solo a uno de los individuos, el poder de cambio también se traslada hacia el oyente (Urrutia, 2017). Al tener una comprensión del funcionamiento de la pareja, los terapeutas van a poder orientar técnicamente su procedimiento terapéutico, accediendo a los contenidos a partir de la experiencia y buscando la narrativa en conjunto con la pareja que permita reorganizar su intersubjetividad.

4. Técnicas Procedurales

Desde el modelo constructivista cognitivo se han descrito algunas técnicas procedurales que le dan un sello y estilo característico a esta propuesta psicoterapéutica. Las que están orientadas a crear las condiciones para el cambio en los pacientes de acuerdo con las necesidades particulares de cada caso (Yáñez, 2005). Estas técnicas han sido inscritas y desarrolladas para el contexto de la psicoterapia con parejas. A continuación, se mencionarán algunas de éstas, junto con los aportes que se desprenden de la caracterización de la pareja desarrollada en esta investigación:

- La técnica de exploración experiencial se orienta a la reorganización de las experiencias de los pacientes en sus estructuras de conocimiento (Yáñez, 2005). En su aplicación con las parejas consultantes, resulta en una profundización de las experiencias en, o a partir de, la relación. Facilitando el contacto con las emociones experimentadas y su expresión en sesión (Veloza, 2019). La consideración de la conformación de los micromundos emergentes de la pareja va a permitir guiar la gestión terapéutica mediante una aplicación de esta técnica orientada a retroceder al origen del sentido de las experiencias. A su vez, este mecanismo actuará como un contenido revelador de las experiencias emocionales y de los procesos de construcción de identidades de la pareja. Lo que va a llevar a los individuos a enfrentarse con su acontecer experiencial inmediato, facilitando la significación de sus vivencias.

- La técnica de cambio de configuración utilizada en el formato de coterapia, implica una modificación del ordenamiento de las posiciones en el encuadre terapéutico y una intencionalidad particular en los actos de habla. Así, mediante el movimiento y la intensificación de canales de comunicación, se intervienen patrones habituales de la pareja generando las condiciones para el cambio (Toro, 2017). La aplicación de esta técnica va a abrir una dimensión experiencial en sesión, donde la reorganización intersubjetiva va a generar un contexto en el que aparecerán las microidentidades de los integrantes de la pareja, constituyéndose éstas en lo que Yáñez (2005) denominaría, al referirse a las técnicas procedurales, como una *“fuente de las condiciones para producir el cambio y la reorganización o reestructuración de la coherencia sistémica del paciente”* (p.105).

- La técnica del modeling y su variación del diálogo entre coterapeutas, se basan en los procesos de aprendizaje vicario y apelan a una modificación conductual indirecta de alguno de los miembros de la pareja. Lo que ocurre a partir del aprendizaje observacional en sesión de una dinámica de interacción terapeuta-paciente o entre los coterapeutas, que se espera genere nuevos repertorios relacionales en la pareja o una flexibilización de los existentes (Veloza, 2019). Al tener en consideración la concepción de individuo desde el constructivismo y la forma en que el ambiente o contexto gatillan los cambios en los sistemas de conocimiento individuales (en vez de representar copias objetivas del mundo). Así como también, la consideración de cómo dicha concepción deriva en los procesos de construcción de conocimientos de la pareja. Se podrá intencionar la aplicación de esta técnica como promotora de significados en la pareja que representen su experiencia inmediata en la sesión, lo que ocurriría en una modalidad de perturbación de los sistemas de conocimiento individuales y compartidos. Y no como la representación de modelos de rol a imitar por alguno de los miembros de la pareja consultante. Así, ocurre lo que Yáñez (2005) refiere como un desplazamiento del sentido de paradigmas cognitivo-conductuales

asociados a una técnica particular, hacia una aplicación de ésta que tribute a paradigmas constructivistas.

La revisión de las tres técnicas mencionadas permite inferir el modo en que una caracterización de la pareja humana podrá aportar al ejercicio terapéutico. Lo que ocurre a partir de la constitución de una base conceptual que permite respaldar la utilización de técnicas que puedan provenir, por un lado, de la propuesta de psicoterapia individual constructivista cognitiva; o que, por otro lado, representen etapas del desarrollo del modelo previas a la constructivista, como el caso del modeling donde se distinguen principios basados en la etapa cognitiva de su desarrollo. Esto va a otorgar de un sustento teórico sólido al ejercicio psicoterapéutico, que va a permitir la justificación adecuada de la elección de técnicas procedurales pertinentes para el trabajo clínico con una pareja particular. Así como también la aplicación de éstas de manera efectiva.

5. Psicopatología

Al referirnos a los problemas de las parejas, encontraremos en los manuales diagnósticos que éstos no son considerados como una entidad patológica en sí misma. Es decir, no suele hacerse referencia a ellos como un trastorno psicológico en sí mismo que considere un conjunto específico de síntomas asociados con una afección particular. En el DSM-5 por ejemplo, se listan los problemas de pareja en el apartado “*problemas de relación*” y se hace uso de esta notación para fines diagnósticos en los casos en que las dificultades de la pareja son el objeto principal de la atención clínica, al igual que en otros casos en los que las dificultades afectan el “*curso, diagnóstico y tratamiento*” de un trastorno psicológico en alguno de los integrantes de la pareja (Caballo, Salazar & Carrobles, 2014). De modo que, se sugiere que los problemas de ajuste en la relación pueden ser un factor que contribuya a los trastornos mentales en uno o ambos integrantes de la pareja. Esta interdependencia entre la relación de pareja y la salud mental individual precisamente ha llamado la atención del campo de

la investigación, ya que es frecuente que los cambios en las dinámicas de las parejas estén asociados a la emergencia de síntomas emocionales. Quizás por lo mismo, en la actualidad, existe una proliferación de los modelos explicativos respecto a los problemas de la pareja, su evaluación y tratamiento (Capafóns y Sosa, 2014).

Si los problemas en las parejas no son considerados como un trastorno mental en sí, hablar de síntomas de la pareja puede resultar impreciso y confuso en algunos contextos. Por lo mismo, a partir de esta investigación se sugiere hacer referencia a los problemas y malestares consecuentes de la pareja que consulta a psicoterapia del modo que fue comunicado de manera personal por Yáñez (2022) refiriéndose a estos como los “*fundamentos críticos sintomáticos*” de la pareja. Este concepto permite aludir a un espectro más amplio de las problemáticas primordiales, como lo pueden ser las condiciones que tensionan la dinámica relacional, los desafíos u obstáculos clave que puedan estar enfrentando, los patrones problemáticos en la interacción o los elementos que puedan ocasionar la emergencia de sintomatología a nivel individual en alguno de los integrantes de la pareja. Los fundamentos críticos sintomáticos de la pareja van a tener que ver con la disposición de microidentidades que van a emerger ante momentos de quiebre en los contextos intersubjetivos de la pareja. Así, la elección de una disposición a actuar particular en los integrantes de la pareja podrá dejar de ser coherente con los sentidos compartidos, desafiando la construcción de significados conjuntos. En esos momentos la construcción del mundo de la pareja se desafía, puesto que este dejará de ser habitado en la mutualidad. Dando pie a la emergencia de los fundamentos críticos sintomáticos los que podrán expresarse en distintas dimensiones como es referido a continuación:

- Así como las emociones abrirán las posibilidades de expansión del vínculo, también podrán cerrarlas y producir una desvinculación con el otro. Por ejemplo, con la confianza, cuando una persona libremente se abre a las posibilidades del otro al confiar en él, se aventura a la trascendencia de éste y por lo mismo expone su vulnerabilidad (Steinbock, 2022). Y si experimenta una traición, se

dará pie al surgimiento de muchos otros posibles estados emocionales en reacción o defensa a esta experiencia lo que podría llevar a un incremento de las dificultades en la pareja y los malestares en el plano individual que esto pueda acarrear.

- Al considerar los procesos de generación de conocimiento en las parejas, podemos encontrar que las situaciones afectivamente significativas pueden desafiar el sentido personal (Zagmutt, 2010). Si la perturbación es muy grande y la experiencia no puede ser integrada a los sistemas de conocimiento, se descompondrán los mecanismos de autoorganización, lo que podría generar síntomas a nivel individual (Yáñez, 2005). Al igual que ocasionar el que la experiencia con el otro deje de ser confirmada por repertorios de experiencias previas surgiendo desequilibrios en las dinámicas y procesos de la relación.
- En cuanto a los procesos intersubjetivos en una pareja, ambos integrantes van a experimentar cambios constantes en su estructura personal (ya sea dentro de la dinámica de la pareja o a través de relaciones externas a ésta), si estos dejan de ser congruentes entre sí, se producirá un desajuste en la adaptación mutua o acoplamiento estructural que va a llevar a una alteración en sus procesos de coordinaciones consensuadas. Por otro lado, la pareja aceptará ciertos principios de manera “transparente” en su dinámica cotidiana, los que van a definir los límites implícitos o explícitos de su ética de pareja. Cuando surge una contradicción emocional que transgrede los límites de aceptación de alguno de los individuos, se pondrán en juego los argumentos que validan la forma (y posiblemente también el deseo) de coexistencia con el otro.

Así, los fundamentos críticos sintomáticos de la pareja van a representar en la psicoterapia una puerta de entrada a la exploración del modo de vivirse de los individuos en las distintas experiencias y en referencia a su marco de sentidos y significados. Un reconocimiento del cómo los individuos encarnan sus experiencias conjuntas y del consecuente micromundo que emerge, permitirá expandir las posibilidades de coordinación consensuadas de la pareja que estará

al servicio de la construcción de nuevas formas de habitar la relación acorde a las necesidades y expectativas de la pareja.

11. CONCLUSIONES

Esta investigación se propuso caracterizar teóricamente a la pareja humana desde una aproximación epistemológica constructivista. En este análisis, los componentes constitutivos de la pareja debían dar cuenta de la naturaleza única de esta relación, de la esencia de su existencia. Para dar cumplimiento a este objetivo general, se tomó como base de toda exploración a los componentes denominados como estructurales en la constitución de la pareja. Estos son, el individuo, la relación interpersonal y el contexto en el que deviene. Y hacen referencia a lo tangencial o a lo que se puede observar con intenciones de objetividad de la pareja. Al no tener clara una respuesta a los cuestionamientos sobre la esencia de la pareja, pareció pertinente desarrollar un análisis de los componentes estructurales en búsqueda de describir la complejidad de este fenómeno. Lo que, a su vez, se esperaba que permitiera la indagación de la dimensión en que estos componentes podían dar cuenta de la naturaleza y del funcionamiento particular de la pareja. Finalmente, y tras considerar que esta investigación se propuso aportar a la teoría clínica del modelo de psicoterapia para parejas constructivista cognitivo, se identificó el modo en que los supuestos y principios que constituyen una comprensión de la pareja guían el ejercicio de los terapeutas. Este diseño de investigación se estructuró a partir de los objetivos específicos, los que en su análisis y cumplimiento permiten el desarrollo de las conclusiones que se presentan.

Para poder comprender el fenómeno de la pareja humana, es fundamental tener en consideración el dominio de observación, relativo a una comprensión particular de la realidad y de los individuos que se está utilizando. Este dominio va a constituir las bases sobre las que se fundamentará cualquier posible análisis que se quiera llevar a cabo. En este sentido, la epistemología constructivista

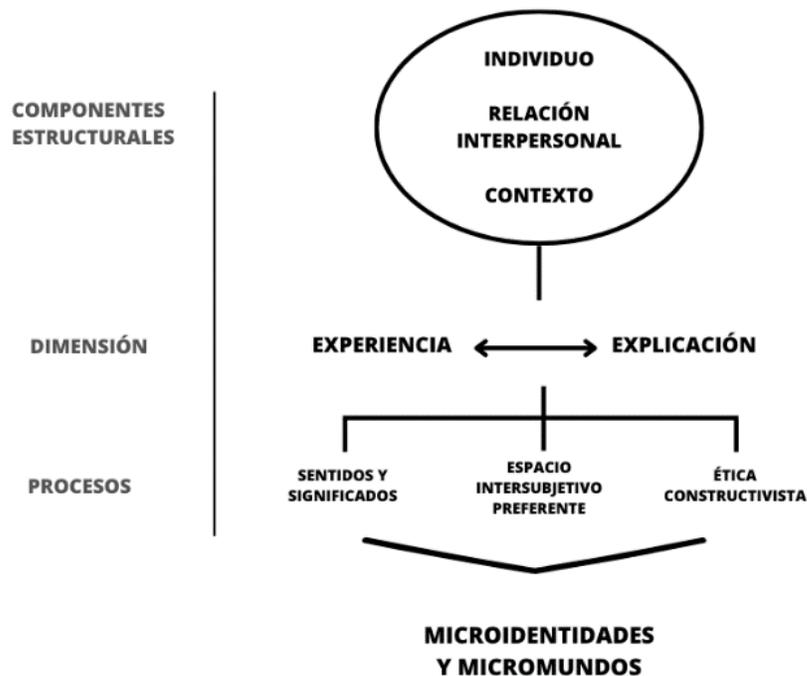
permitió describir los componentes estructurales de una forma en que se abrieron las puertas a nuevas reflexiones acerca de la dimensión que estos adquieren para dar cuenta de la naturaleza de la pareja. Así, al considerar que todo proceso de construcción de conocimiento en los sujetos es inseparable de la experiencia de éstos en un mundo y que por lo tanto la realidad es de elaboración individual; se reconoce que no existe una noción de pareja única y que toda descripción que podamos hacer de ésta como observadores externos y no participantes de su dinámica interna, será solo una observación inseparable del observador. De esta forma, la pareja adquiere un rol activo en la constitución de su naturaleza como única e irrepetible. Es decir, será la misma pareja la que a partir de su dimensión experiencial y de la organización de esta en conocimientos, la que se defina a sí misma. Lo que ocurre a partir de procesos complejos y dinámicos, dadas las características intersubjetivas involucradas en este tipo de relación. Estos procesos resultan en la emergencia de lo que fue descrito como los micromundos, que se constituyen tras el proceso de especificación de las microidentidades de cada individuo (o elección de una disposición a actuar) y definen el modo de encarnarse de cada uno en las experiencias vividas en la pareja. Bajo estas consideraciones, es factible caracterizar a la pareja humana en base a sus componentes, dimensión y procesos que al combinarse dan cuenta de su naturaleza única que emerge a partir de las microidentidades y micromundos.

Como se observa en la *figura 1*, los componentes estructurales se combinan en una dimensión de codeterminación entre la experiencia y su explicación, que hace alusión a la inmediatez de la experiencia sentida y la explicación u organización de ésta. El interjuego de los tres componentes en esta dimensión hará posible la emergencia de procesos asociados a la construcción de conocimientos en la pareja. Los cuales son complejos y dinámicos, puesto que suelen ocurrir en un espacio individual y compartido. Las categorías conceptuales que hacen referencia a estos procesos y que fueron consideradas como relevantes son: la construcción de sentidos y significados que devienen en las identidades, la constitución del espacio intersubjetivo preferente y la

definición de una ética constructiva que regule la relación. Estos procesos van a determinar la tonalidad emocional y el marco de conocimientos que van a llevar a los individuos a encarnar su acontecer a partir de una complejidad integrada de la experiencia vivida en los micromundos que emergen a partir de los distintos contextos intersubjetivos por los que transitan los individuos en su relación.

Figura 1

Caracterización teórica constructivista de la pareja humana



A partir de esta caracterización y en un esfuerzo descriptivo en orden de poder transferir los conocimientos, es factible considerar a la pareja como “un espacio intersubjetivo preferente entre dos individuos que entrelazan sus experiencias y la organización de éstas en conocimientos. De lo que se desprende una serie de procesos dinámicos que van a ocurrir en una esfera personal y compartida, que resultan en una elección recíproca y recurrente de coexistir en la multiplicidad de

micromundos a disposición de la especificación de sus identidades en la praxis de su vivir”. Es importante mencionar que la propuesta de definición fue realizada con el cuidado de no reducir a categorías que limiten a la pareja o la predeterminen. La elección de conceptos busca dar cuenta de la complejidad integrada de la experiencia de los individuos en pareja y no simplemente de la suma de sus componentes y procesos constitutivos.

La propuesta de caracterización teórica de la pareja humana presentada va a permitir guiar el ejercicio clínico de los terapeutas constructivistas cognitivos, a partir de una comprensión de la dinámica intersubjetiva de los pacientes y de la constitución de los micromundos individuales que se entrelazan y dan cuenta de la naturaleza única de la pareja. Estos conocimientos entregan una base teórica que le permitirá a los terapeutas adecuar los procedimientos clínicos a las necesidades de cada pareja dentro de un marco de comprensión que delimita los niveles de interpretación asociados a su funcionamiento. En esta línea, se destacan tres aportes concretos a la gestión terapéutica, por un lado, la consideración de dos niveles de cambio en los procesos psicoterapéuticos con parejas, referidos a la esfera individual y compartida. Por otro lado, la justificación en la elección de las técnicas procedurales y su aplicación efectiva. Finalmente, aporta a la mantención de los estados intencionales del terapeuta de neutralidad, abstinencia y receptividad que favorecerán la escucha y el desenganche emocional a los contenidos de las parejas, lo que también favorecería el proceso de alianza con ambos integrantes de la pareja.

Junto con el alcance mencionado referido a la gestión de los terapeutas, esta investigación aporta a los fundamentos teóricos del modelo constructivista cognitivo mediante una caracterización de la pareja humana que permite comprender la complejidad de este fenómeno y a su vez permite una mayor adecuación del procedimiento psicoterapéutico de esta orientación.

Es importante considerar que dado el carácter exploratorio de esta investigación y la poca bibliografía existente acerca de la noción de la pareja humana y su naturaleza desde el constructivismo, se tomaron algunas referencias teóricas que no necesariamente daban cuenta de la pareja y se trasladó el análisis al

objeto de interés de este estudio. Esto podría considerarse como una limitación ya que sería bueno contar con más datos específicos que puedan respaldar los análisis desarrollados.

En esta línea, la caracterización teórica de la pareja humana propuesta y la comprensión preliminar que se desprende respecto de su dimensión, procesos y esencia o naturaleza, permiten proponer nuevas líneas de investigación más específicas como las sugeridas a continuación:

- De tipo teórica, acerca de la fenomenología de las microidentidades y micromundos. Para profundizar en la esencia de la pareja y en el cómo los micromundos dan cuenta de una especificidad a nivel de las identidades de sus integrantes. Por otro lado, también resultaría interesante investigar cómo la experiencia encarnada genera sentido en sí misma. Lo que sería un aporte para la generación de conocimientos teórico asociado a estas temáticas.
- De tipo empírica, orientada a comprender los significados asociados a las microidentidades y micromundos de la pareja, por ejemplo, a partir de su identificación y análisis en un contexto de psicoterapia. Esto aportaría con datos que permitan validar y contrastar los desarrollos teóricos.

Finalmente, una caracterización como la desarrollada en esta investigación les permitirá a los terapeutas encontrar significados comunes asociados a la comprensión de las parejas que consultan a psicoterapia. Estos significados provienen de un dominio de observación particular que fue desarrollado y justificado teóricamente a lo largo de esta investigación. De este modo, la caracterización de la pareja propuesta podrá ser considerada como parte del modelo constructivista cognitivo. Contar con estas definiciones va a abrir las puertas a nuevos ejercicios reflexivos que lleven al modelo a continuar evolucionando y desarrollándose.

REFERENCIAS

1. Arciero, G. (2005). *Estudios y diálogos sobre la identidad personal: reflexiones sobre la experiencia humana*. Buenos Aires, Argentina. Amorrortu
2. Arciero, G. (s.f.). La psicología y la psicoterapia post-racionalista: el futuro y el pasado. Recuperado el 08 de noviembre de 2022 de <http://www.ipra.it/es/el-postracionalismo/>
3. Arciero, G., & Guidano, V. F. (2000). Experience, explanation, and the quest for coherence. In R. A. Neimeyer & J. D. Raskin (Eds.), *Constructions of disorder: Meaning-making frameworks for psychotherapy* (pp. 91–118). American Psychological Association
4. Caballo, V., Salazar, I. & Carrobles, J.A. (2014). *Manual de Psicopatología y Trastornos Psicológicos*. Ediciones Piramide
5. Campuzano, M. (2001). *La pareja humana: su psicología, sus conflictos, su tratamiento*. México: Plaza y Valdés, S.A. de C.V
6. Capafóns, J. & Sosa, C. (2014). Problemas de pareja. En V.E. Caballo, I.C. Salazar & J.A. Carrobles, *Manual de psicopatología y trastornos psicológicos* (pp. 720 - 735). Ediciones Pirámide
7. ChileAtiende. (s.f.a.). Celebración de acuerdo de unión civil (AUC). Recuperado el 07 de enero 2023 de <https://www.chileatiende.gob.cl/fichas/45209-celebracion-de-acuerdo-de-union-civil->

14. García, J. A. (2002). La estructura de la pareja: implicaciones para la terapia cognitivo conductual. *Clínica y Salud*, 13, 89-125

15. Gómez, P. (2021). El encuadre de terapia de pareja del modelo constructivista cognitivo como generador de condiciones para el ejercicio de una psicoterapia en pareja. Tesis para optar al grado de Magíster en Psicología Clínica de Adultos. Universidad de Chile, Santiago

16. Greenberg, L. (2015). *Emotion-focus therapy: coaching clients to work through their feelings*. Washington DC, United States of America. American Psychological Association

17. Guidano, V. (1994). *El sí mismo en proceso*. España, Editorial Paidós

18. Guidano, V. & Quiñones, A. (2018). *El modelo cognitivo post-racionalista. Hacia una reconceptualización teórica y clínica*. Bilbao, España. Desclée de Brouwer

19. Gurman, A.S. (2015). The Theory and Practice of Couple Therapy. En A.S. Gurman, J.L. Lebow & D.K Snyder, *Clinical Handbook of Couple Therapy* (pp. 1 – 18). The Guilford Press

20. Instituto Nacional de Estadísticas. Chile (2021). Anuario de estadísticas vitales, 2019. Recuperado de: https://www.ine.gob.cl/docs/default-source/nacimientos-matrimonios-y-defunciones/publicaciones-y-anuarios/anuarios-de-estad%C3%ADsticas-vitales/anuario-de-estad%C3%ADsticas-vitales-2019.pdf?sfvrsn=97729b7b_5

21. Instituto Nacional de Estadística. Gobierno de España. (s.f.). Instituto Nacional de Estadística. Estadística del movimiento natural de la población. Recuperado el 5 de marzo de 2023, de <https://www.ine.es/jaxiT3/Datos.htm?t=2852>
22. Ley N° 19.947, sobre Matrimonio Civil. (2004). Recuperado el 05 de marzo de 2023, de <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=225128>
23. Luhmann, N. (2008). *El amor como pasión*. Barcelona, España. Ediciones Península
24. Neimeyer, R.A. (1998). Psicoterapias constructivistas: características, bases y direcciones futuras. En R.A. Neimeyer & M.J. Mahoney, *Constructivismo en Psicoterapia* (pp. 29 - 58). Ediciones Paidós
25. Mahoney, M.J.(1998). La continua evolución de las ciencias y psicoterapias cognitivas. En R.A. Neimeyer & M.J. Mahoney, *Constructivismo en Psicoterapia* (pp. 59 - 87). Barcelona, España. Ediciones Paidós
26. Mahoney, M.J. (2003). *Psicoterapia constructiva*. The Guilford Press. Nueva York constructivismo: historia y relevancia actual (pp.299-317)
27. Maturana, H. & Varela, F. (2003). *El árbol del conocimiento*. Buenos Aires, Argentina. Grupo Editorial Lumen
28. Maturana, H. (2020). *La objetividad, un argumento para obligar*. Santiago, Chile. Editorial Planeta Chilena SA

29. Maturana, H. (2021). *Transformación en la convivencia*. Santiago, Chile. Editorial Planeta Chilena SA
30. Organización de las Naciones Unidas (2021). World Marriage Data 2021. Recuperado el 05 de marzo de 2023 de https://www.un.org/en/development/desa/population/publications/dataset/marriage/WMD_2021/MainFrame.html
31. Safran, J.D. & Segal, Z.V. (1994). *El proceso interpersonal en la terapia cognitiva*. Barcelona, España. Editorial Paidós
32. Steinbock, A. (2022). *Emociones morales: el clamor de la evidencia desde el corazón*. Barcelona, España. Herder Editorial S.I
33. Tapia, L. & Poulsen, G. (2009). La evaluación del ajuste marital. Unidad de investigación en terapia de parejas, manual de ajuste marital. Universidad del desarrollo. Chile.
34. Toro, N. (2017). Cambios en la configuración intersubjetiva: una intervención posible para la terapia Constructivista Cognitiva con parejas. Tesis para optar al grado de Magister en Psicología Clínica Adultos. Universidad de Chile, Santiago, Chile
35. Urrutia, J. (2017). Adaptación de las intervenciones terapéuticas para su uso en la terapia de parejas Constructivista Cognitiva. Memoria para optar al título de Psicólogo. Universidad de Chile, Santiago, Chile
36. Varela, F. (2010). *Ética y Acción*. Santiago, Chile. Dolmen Ediciones S.A.

Velozo, O. (2019). Avances de un modelo de psicoterapia de parejas Constructivista Cognitiva en la Universidad de Chile. Memoria para optar al título de Psicóloga. Universidad de Chile, Santiago, Chile.

37. Verdú, V. (2008). Prólogo. En *El amor como pasión* (pp. 13-22). Barcelona, España. Ediciones Península

38. Vergara, P. (2011). El sentido y significado personal en la construcción de la identidad personal. Tesis para optar al grado de Magíster en Psicología mención Clínica Infanto Juvenil. Universidad de Chile, Santiago

39. Villegas, M. & Mallor, P. (2017). *Parejas a la carta: las relaciones amorosas en la sociedad posmoderna*. Herder Editorial.

40. Willig, C. (2019). Ontological and epistemological reflexivity: A core skill for therapists. *Counselling and Psychotherapy Research*, 00, 1-9. <https://doi.org/10.1002/capr.12204>

41. Yáñez M., J., Gaete, P., Harcha, T., Kühne C., W., Leiva T., V., & Vergara H., P. (2001). Hacia una metateoría constructivista cognitiva de la psicoterapia. *Revista De Psicología*, 10(1), Pág. 97–110. <https://doi.org/10.5354/0719-0581.2001.18556>

42. Yáñez, J. (2004a). Teoría sexual cognitiva. Material para uso docente de circulación restringida. Universidad de Chile.

43. Yáñez, J. (2004b). Apunte sobre procedimiento psicoterapéutico. Material para uso docente de circulación restringida. Universidad de Chile.

44. Yáñez, J. (2005). *Constructivismo Cognitivo: Bases conceptuales para una psicoterapia breve basada en la evidencia*. Tesis para optar al grado de Doctor en Psicología. Universidad de Chile, Santiago, Chile.

45. Zagmutt, A. (2006). *La evolución de la terapia cognitiva posracionalista*. Conferencia plenaria ofrecida durante el VI Congreso Latinoamericano de Terapias Cognitivas, Buenos Aires.

46. Zagmutt, A. (2010). *Vínculos afectivos, mentes conectadas*. Santiago, Chile. Uqbar Editores.

47. Zúñiga, K. (2012). *Avances en la noción de sujeto y subjetividad en el constructivismo cognitivo: aportes del paradigma de la complejidad*. Memoria para optar al título profesional de psicóloga. Universidad de Chile, Santiago.