

Parejas viables que perduran en el tiempo*

Feasible Couples that Last Over Time

Juan José Cuervo Rodríguez**
Universidad Santo Tomás,
Colombia

Recibido: 14 de febrero de 2013
Revisado: 1 de abril de 2013
Aceptado: 10 mayo de 2013

Resumen

El presente artículo científico presenta resultados del proceso llevado a cabo en el proyecto de investigación docente "Mecanismos de autorregulación en parejas viables que perduran en el tiempo". Se soporta en una mirada compleja de la psicología basada en una epistemología de la construcción. En el ámbito metodológico, se inscribe en los estudios de terapia familiar desde una perspectiva de la comunicación humana como un todo integrado. Participaron nueve parejas. Los criterios de inclusión fueron: cinco o más años de convivencia, participación voluntaria, no presentar (ni haber presentado) problemáticas especiales que ameriten intervención psicoterapéutica y la obtención de un porcentaje significativo en el uso de estrategias de comunicación asertiva en la resolución de conflictos. El método general utilizado fue el análisis de la comunicación en tarea de conversación. Los principales hallazgos señalan una estrecha relación entre el contexto de desarrollo de las parejas, la emergencia de códigos comunicacionales propios y la posibilidad de perdurar en el tiempo; también, se resalta el tipo de comunicación asertiva o constructiva, la construcción de valores como el respeto y la aceptación de las diferencias, y el deseo por vivir y construir bienestar común, como elementos constitutivos de su identidad como pareja.

Palabras clave: investigación cualitativa de segundo orden, comunicación conyugal, parejas viables, resiliencia.

* Artículo de investigación.

** Correspondencia: Juan José Cuervo, Facultad de Psicología, Universidad Santo Tomás. Dirección postal: carrera 9 No. 51-11, Bogotá, Colombia. Correo electrónico: juancuervo@usantotomas.edu.co, psicojuanjose@gmail.com.

Abstract

This scientific article shows the results got in the process of the Teaching Investigation Project called "Self-regulation mechanism in feasible couples that last over time". It is based on a psychologist complex sight, which is also based on the epistemology of the construction. Within the methodological sphere, it is registered in the family therapy studies, taken from Human Communication perspective as a whole. Nine couples participated. The criteria to involve these people were: five or more year of coexistence, free will participation, do not have (or have not had presented) especial problems related to psychotherapy intervention and to get a meaningful percentage in the usage of strategies to communicate in an assertive way, to solve conflicts. It was used the general method related to the analysis of communication in the Task of Conversation. The main findings point to a closer relationship, among the couples context of development, the coming up of self-communication codes, and the possibility to last over time. It is also highlight the kind of communication, assertive or constructive, the values foundation like the respect and the acceptance of differences; the desire to live and to build a common welfare, as the principal bases of their identity as a couple.

Keywords: qualitative research of second order, marital communication, feasible couples, resilience.

Introducción

[...] para describir un sistema dado, el hombre de ciencia debe tomar decisiones. Elige sus palabras y decide qué partes del sistema elegirá primero; hasta decide en qué partes habrá de dividir el sistema a fin de describirlo.

Bateson (Naven: epílogo, 1958)

La comunicación humana estudiada como proceso implica complejidad, tomar en cuenta ámbitos y aspectos diversos, que deben ser analizados e integrados sistemáticamente. Con esta propuesta, en la que se quiere enfatizar la identificación y la comprensión de las pautas que organizan el funcionamiento de algunas parejas, se buscará ingresar en el mundo de los participantes desde la perspectiva que proporciona una base epistemológica y un lenguaje apropiado para referirse al cambio personal y social.

La investigación de la cual se desprende este artículo se inscribe en la línea de estudios sobre terapia familiar y de la pareja que fundamentan la intervención en la concepción sistémica-recu-

siva-retroactiva de la comunicación humana. Lo propio de ésta es indagar en los modos de comunicación en parejas no clínicas y estables. Así, el mundo experiencial es postulado como un proceso recurrente, y su indagación se orienta hacia la comprensión de las redes de relaciones, de los bucles causa-efecto y de los contextos de cambio. En palabras de Morin: "la idea recursiva es, entonces, una idea que rompe con la idea lineal de causa/efecto, de producto/productor, de estructura/supraestructura, porque todo lo que es producido reentra sobre aquello que lo ha producido en un ciclo en sí mismo auto-constitutivo, auto-organizador y auto-productor" (Morin, 1990; Morin, Roger y Motta, 2009).

Comunicación humana: modelo orquestal

La perspectiva relacional propuesta por Bateson (1971, 1972, 1979) y Wiener (1961) es el fundamento de la apuesta teórica que asume el presente estudio. La analogía de orquesta como propuesta comprensiva de la comunicación humana es una forma apropiada para representar la interacción diádica o múltiple como un proceso en el que

cada persona participa. La imagen de la partitura invisible recuerda más precisamente el postulado fundamental de una gramática del comportamiento que cada uno utiliza en sus intercambios más diversos con el otro. En definitiva, el modelo orquestal de la comunicación expresa una manera particular de analizar la interacción humana. Winkin, en su texto “La nueva comunicación”, expone el siguiente concepto:

La comunicación es concebida como un sistema de canales múltiples en el que el autor social participa en todo momento, tanto si lo desea como si no: por sus gestos, su mirada, su silencio e incluso su ausencia [...] En su calidad de miembro de una cierta cultura, forma parte de la comunicación, como el músico forma parte de la orquesta. Pero en esta vasta orquesta cultural no hay director ni partitura. Cada uno toca poniéndose de acuerdo con el otro. Sólo un observador exterior, es decir, un investigador de la comunicación, puede elaborar una partitura escrita, que sin duda se revelará altamente compleja. (1987, p. 6)

Toda cultura genera los códigos y las reglas para el adecuado uso y mantenimiento de estos. Cuando una persona nace, entra a participar en dinámicas que han sido generadas y mantenidas a lo largo del tiempo; y es convertida, a su vez, en transmisora y legitimadora de dichos códigos y reglas. Se puede decir que está inmersa, voluntaria o involuntariamente, en una cultura y que de la misma manera participa, voluntaria o involuntariamente, en ella. Desde esta perspectiva se resalta el papel protagónico de todos los actores sociales, donde la sociedad provee los fines y los medios para que a lo largo de su desarrollo, la persona adapte y enriquezca lo socialmente establecido.

Es una secuencia interaccional permanente en la que el intercambio incluye aprobaciones, desaprobaciones, pero, sobre todo, procesos de calibración o acoplamiento; una espiral constante que busca fundamentalmente la legitimización del uso adecuado de dichos códigos y reglas. Estas ideas se soportan, también, en la propuesta de Watzlawick, Beavin y Jackson (2006).

Se parte de la idea de que el ser humano es y se construye en la relación con los otros; las vivencias y las experiencias que tiene en el transcurso de su vida contribuyen a forjar lo que día a día se va reconociendo como su identidad; concebir así el desarrollo humano amplía el margen de acción en términos de posibilidades de crecimiento personal y colectivo; también, de manera ineludible, nos involucra en constantes procesos de toma de decisiones en cuanto a las diferentes elecciones en que las personas se han visto en la necesidad de asumir posturas particulares, muchas de las veces coherentes con su línea o trayectoria de vida —tradicional—, pero otras no tanto. Se considera, por consiguiente, a la comunicación en parejas viables que perduran en el tiempo como el primer acercamiento a este tipo de dinámicas “ejemplares”, en las que los compañeros, individualmente, traen un conjunto de valores y de expectativas, tanto explícitas como implícitas, y se ven en la ardua tarea de conciliar y de llegar a acuerdos; un proceso en el que, en palabras de Minuchin y Fishman (1981), cada cónyuge debe resignar una parte de sus ideas y preferencias, esto es, perder individualidad, pero ganando pertenencia en el proceso de conformación de un nuevo sistema.

Parejas viables que perduran en el tiempo

En primer lugar, tomemos en cuenta que un sistema es delimitado por el observador. Esta delimitación se relaciona con el interés de estudio o de intervención, donde los objetos de observación y de análisis son los patrones de interacción que lo constituyen. En segundo lugar, partamos de la idea según la cual un sistema es un todo resultante de partes interdependientes, en el que se desarrollan patrones de comunicación y mecanismos de control autogenerados y autorregulados en función de las tendencias a la homeostasis, a la evolución y al cambio.

En tercer lugar, la pareja concebida como sistema debe ser comprendida como un todo diferente de la suma de las individualidades de sus miembros; y como una red de relaciones en la que los patrones

de interacción son secuencias comunicacionales particulares y repetitivas que la caracterizan, y, a su vez, la diferencian de otras. En cuarto lugar, en su evolución, la pareja como sistema –abierto– se relaciona consigo misma y con otros sistemas del mismo ámbito o más amplios, para garantizar su viabilidad (Glaserfeld, 2005), al aplicar cambios que le posibiliten ajustarse a las demandas de su entorno; su funcionamiento puede ser explicado en términos de procesos morfostáticos (dinámica entre normas y hechos) encaminados a preservar la estabilidad, y en términos de procesos morfogenéticos, gracias a los cuales ejerce su flexibilidad para adaptarse a los cambios externos e internos a los que está sujeta (tabla 1).

Dicho esto, se puede entrar, entonces, a plantear que: *la pareja viable que perdura en el tiempo puede ser concebida como un sistema abierto, caracterizado por procesos morfostáticos y morfogenéticos particulares que le permite preservarse en el tiempo, a partir del desarrollo de patrones de comunicación/interacción y de mecanismos de control autogenerados y autorregulados* (Cuervo, 2009).

Algunos de estos patrones de comunicación/interacción y mecanismos de control pueden ser caracterizados en términos de adecuada capacidad en el uso de estrategias para la resolución y afrontamiento de sus conflictos conyugales; interés apropiado por la nutrición relacional propia y de los hijos (si los hay); adecuada expresión de los sentimientos, preferencias u opiniones; altos grados de autorregulación; percepción del otro y de sí mismo como seres dotados de identidades propias y de necesidades particulares; valoración mutua en la que se destacan y aprecian las cualidades del otro y de sí mismo; comportamientos que tienen como resultado la proximidad –conductas de apego– (Bowlby, 1969).

Tabla 1.
Procesos morfostáticos y morfogenéticos de los sistemas abiertos (a partir de lo planteado por Hernández [1997])

Procesos morfostáticos
Reorientación o reestructuración de su sistema de normas debido a la ocurrencia de hechos que desestabilizan el sistema. Proceso orientado a mantener o restaurar el equilibrio u homeostasis.
Patrones de interacción y su reiteración en el tiempo los convierten en reglas. Estas tienen un carácter netamente descriptivo de las secuencias interaccionales del sistema.
Las reglas se delimitan y se refuerzan por medio de mecanismos homeostáticos.
Con el paso del tiempo, las reglas actúan como normas que sirven para evaluar la conducta de los miembros.
Despliegue de patrones de funcionamiento coherentes con la concepción que se tiene de los hechos.
Procesos morfogenéticos
Cambios y modificaciones en los patrones de interacción.
Flexibilidad para adaptarse a los cambios externos e internos a los que está sujeta.
Los cambios externos corresponden a eventos críticos provenientes del entorno.
Los cambios internos corresponden a los imperativos del desarrollo.
El sistema logra un balance entre estabilidad y cambio.

Estudio de la comunicación conyugal

El estudio de la comunicación marital, señala Fincham (2004), es un tópico que ha recibido considerable atención desde investigaciones vanguardistas, por medio de diferentes disciplinas (principalmente de la psicología y de la comunicación). El autor señala, por un lado, que la mayor parte de los estudios se han enfocado en situaciones de conflicto y en resolución de problemas, y que solo hasta hace pocos años el interés se está centrando en tópicos como la comunicación en los contextos de apoyo y de expresión de afecto; y

por otro, propone incrementar estudios referidos a la comunicación en los contextos de reparación de la relación. Atendiendo parcialmente a esta invitación, el estudio considera que si bien no estará centrado en la comunicación en situaciones conflictivas, ni en la comunicación en los contextos de soporte o de reparación de la relación, sí buscará directamente ahondar en dinámicas comunicacionales maritales, en el contexto específico de conversaciones con parejas no clínicas y estables que perduran en el tiempo.

Las razones más comunes por las cuales las parejas consultan o buscan ayuda psicoterapéutica son por problemas en sus relaciones y por dificultades en la comunicación. A partir de muchos de estos procesos de intervención se han logrado profundizaciones teóricas interesantes en ámbitos tan variados como la psicopatología, la comunicación, la resolución de conflictos, el manejo de problemas, el divorcio, el manejo del poder, y algunos problemas específicos, como las disfunciones sexuales, la infidelidad, la violencia conyugal y la interculturalidad. Pero, ¿qué sabemos acerca de las parejas que a lo largo de su existencia han logrado no solo afrontar problemas y eventos vitales estresantes y resolver conflictos, sino que, además, han “sobrevivido”, pudiendo ser así catalogadas como viables que perduran en el tiempo?

Algunos autores se han interesado por estudiar este tipo de parejas. Tal es el caso de los estudios realizados sobre eventos de vida estresantes (Domínguez, 2006; Kaslow, 2006; Parada, 2006; Tesser y Beach, 1998; Conger, Rueter y Elder, 1999; Cohan y Bradbury, 1997); sobre patrones que distinguen a los matrimonios resilientes y/o exitosos (Cuervo, 2011b; Eguiluz, González y López, 2008; Bernales, 2006; Acevedo y Restrepo, 2010); elementos de la pareja que mantienen la unión, estabilidad y satisfacción conyugal (Eguiluz, Reyes y Colin, 2011; Eguiluz et al., 2008; Acevedo, Restrepo y Tovar, 2007; Cartheasen, Gottman y Levenson, 1995); matrimonios de larga duración (Eguiluz, 2006; Kaslow y Hammerschmidt, 1992; Kaslow, Hansson y Lundblad, 1994; Kaslow y Robison, 1996; y Roizblatt et al., 1999; Roizblatt et al., 1999); estrés y adaptación familiar (Boss, 1988; Burr y Klein, 1994; Hernández, 1997; Neugarten, 1976; Olson et al., 1983; Patterson, 1988).

Método

La investigación cualitativa de segundo orden (Mejía, 2002) o epistemología cualitativa (González, 2000) se fundamenta en dos preceptos básicos: los contextos de desarrollo y la preponderancia de los procesos reflexivos y autorreferenciales de quienes participamos en ella. Así, todas las experiencias de vida tienen implicaciones en la manera de ser y hacer investigación, “todo acto de conocer trae un mundo a la mano” (Maturana y Varela, 2003). Los conocimientos científicos y los cotidianos o locales se equilibran en cuanto a su legitimidad frente a la construcción de realidades y de formas de concebir el mundo que rodea al ser humano.

En esa medida, el método, más que una serie de pasos predeterminados e irreflexivos, se plantea como una estrategia o plan de acción y de trabajo que está en constante construcción, el cual, como lo señalan Morin et al., (2009), se concibe como un camino que se ensaya y que se disuelve en el mismo caminar; al llevar a reconocer que en un proceso de investigación se reconstruyen estrategias de acuerdo con los momentos presentados y los fenómenos de interés. En esta forma de hacer investigación, la teoría no es el fin, sino la posibilidad de un comienzo.

La investigación cualitativa de segundo orden da cuenta de una lógica epistemológica de la construcción, de una manera particular de ser y hacer; en esta, los instrumentos y datos no son los que identifican el conocimiento, sino que son aquellos procesos particulares que responden a una visión subjetiva, constructora de individuos y organizaciones sociales (González, 2000). Como parte de la ciencia compleja, esta manera de ser y hacer investigación instaura un contexto en el cual las decisiones comprenden lo epistemológico, lo disciplinar y lo metodológico; un contexto de desarrollo y de construcción de conocimiento que reconoce la subjetividad como objeto de estudio de la psicología (González, 2009; 2008; 2002; 2000), el caos, el desorden, la organización, las realidades múltiples, la relación global-local, la relación particular-general, los procesos, más que solamente los resultados; la diversidad de métodos científicos, la

posibilidad de repensar/se en su mismo proceder, el pensamiento abductivo y, en palabras de Morin (2006), el trabajar por el bien pensar.

Es en dicho marco en el que se consolida esta propuesta de investigación, cuyo propósito primordial se centra en comprender características

comunicativas en parejas viables que perduran en el tiempo, al identificar pautas relacionales y mecanismos de autocorrección a partir del análisis de la comunicación en tarea de conversación. Para lograrlo se llevó a cabo el procedimiento que se enuncia en la tabla 2. En la tabla 3 se muestran las parejas que participaron.

Tabla 2.
Momentos del proceso de investigación

Momento	Breve descripción
1. Convocatoria abierta de parejas	Difusión de convocatoria (Cuervo, 2010) por distintos medios: boca a boca, publicación en carteleras, correos electrónicos.
2. Preselección de parejas	Primer contacto telefónico con las parejas referenciadas y que manifestaron su interés por participar en el estudio. Valoración del cumplimiento de criterios de inclusión al estudio (Cuervo, 2009). Citación a entrevista informativa inicial.
3. Selección de parejas participantes	Entrevista informativa inicial y de encuadre. Aplicación de cuestionario sociodemográfico (Cuervo, 2010), aplicación de cuestionario de aserción a la pareja (Carrasco, 1996). Firma del consentimiento informado (Cuervo, 2010). Selección de nueve parejas que cumplieron con criterios. Citación a la sesión para tarea de conversación.
4. Realización de la tarea de conversación	Realización de tarea de conversación (Cuervo, 2011a) bajo la técnica de la <i>communication box</i> (Burleson y Denton, 1997). Lugar: cámaras de Gessel, IPS Universidad Santo Tomás y casas de las parejas. Videograbación del desarrollo de la conversación.
5. Transcripción básica y multimodal	Transcripción de la tarea de conversación a matriz básica (Cuervo 2011a) y matriz multimodal - formato de campo (Cuervo, 2011a).
6. Análisis de la información	Se aplica la condensación de la información recogida en los instrumentos (cuestionario sociodemográfico, ASPA, matrices de transcripción), con el fin de lograr el cumplimiento del propósito del estudio.
7. Socialización de los resultados	Se hace la entrega de los resultados a las nueve parejas. Firma de documento "Cierre conformidad participación en el estudio" (Cuervo, 2011a), con quienes fue posible acordar encuentro personal. Con las otras se envió por correo electrónico.

Tabla 3.
Parejas participantes

Identificación	Características generales
P01	Alicia (55) y Zabrina (47): 3 meses de noviazgo, 15 años de unión, ambas con formación académica posgradual, 2 hijos. Etapa de ciclo vital: nido vacío.
P02	María (32) y Lucas (41): 1,5 años de noviazgo, 7,5 años de matrimonio, los dos tienen formación académica de pregrado. Etapa de ciclo vital: pareja con preescolar, 1 hija, embarazo.
P03	Sergio (42) y Susana (40): 5 años de noviazgo, 14 años de matrimonio, los dos con formación académica posgradual. Etapa de ciclo vital: pareja con hija en edad escolar, 1 hija.
P04	Fernando (37) y Laura (40): 1 año de noviazgo, 13 años de matrimonio, los dos con formación académica posgradual. Etapa de ciclo vital: pareja con hijo adolescente, 3 hijos.

Identificación	Características generales
P05	Wilmer (45) y Carol (43): 1 año de noviazgo, 17 años de matrimonio, los dos con formación académica posgradual. Etapa de ciclo vital: pareja con hijo adolescente, 2 hijos.
P06	Libardo (46) e Isadora (37): 6 meses de noviazgo, 13 años de matrimonio, los dos con formación académica bachillerato. Etapa de ciclo vital: pareja con hijo adolescente, 2 hijas.
P07	Jairo (69) y Cristina (69): A años de noviazgo, 44 años de matrimonio, los dos con formación académica posgradual. Etapa de ciclo vital: nido vacío, 2 hijos.
P08	Julio (68) y Claudia (63): 6 meses de noviazgo, 39 años de matrimonio, él con formación académica posgradual y ella de pregrado. Etapa de ciclo vital: nido vacío, 3 hijos.
P09	Julio (46) y Dennis (42): 3 años de noviazgo, 23 años de matrimonio, los dos con formación académica posgradual. Etapa de ciclo vital: pareja con hija adulta joven, 3 hijas.

Resultados

Se contactaron 31 parejas que, por referencia o por interés propio, al parecer cumplían con los criterios indicados en la convocatoria abierta. De estas, solo ocho cumplieron en su totalidad dichos criterios; una de ellas, aunque no había obtenido un puntaje válido en el cuestionario ASPA, por criterio del director se decidió incluirla en el estudio. Las otras 22 parejas no participaron por algunas de las siguientes razones:

- No cumplían con el criterio de convivencia mínima de 5 años.
- Dificultad de desplazamiento a Bogotá.
- Temor a ser expuestos públicamente, al no ser abiertamente reconocidos como pareja homosexual.
- Incumplimiento en dos oportunidades a la cita acordada con el director.
- Haber participado en procesos psicoterapéuticos (psicología y psiquiatría) por un tema de índole conyugal.
- Separación.
- Temor a exponer su vida privada.
- Dificultades de salud para asistir a encuentros; no contactan al director, aunque hayan quedado en hacerlo.
- O fundamentalmente, porque no están interesados.

Cuestionario sociodemográfico (Cuervo, 2010)

Pregunta 1: ¿A qué atribuyen ustedes que su relación de pareja haya perdurado en el tiempo?

P01: “A unos principios de respeto, comunicación asertiva, amor, química, empatía, metas y proyectos de vida compartidos, construidos a lo largo de la convivencia. Formas de resolución de conflictos de manera consensuada. Capacidad de adaptación y ajustes individuales en pro de la pareja. Manejo adecuado del dinero”.

P02: “A la comunicación, al amor como un elemento indispensable, al no idealizar a la otra persona, al trabajo en equipo en los buenos y difíciles tiempos. A conciliar permanentemente y no pretender ganar ni pasar por encima del otro”.

P03: “Pensamos que nuestra relación ha perdurado en el tiempo por varias razones: la primera la fundamentamos en el respeto por el otro; la segunda en el conocimiento del otro; tercero, en el dividir roles tanto económicos como sociales, y el último, para no extendernos, la comunicación asertiva y espiritual en conjunto”.

P04: “Al respeto familiar. Al amor —gradual y cambiante— de la pareja. Al enfoque a largo plazo de los objetivos por alcanzar, sabiendo que el matrimonio es duradero y que el objetivo es llegar al final juntos. A los antecedentes familiares que nos indican relaciones de pareja duraderas y con buenos resultados en nivel de crianza.”

P05: "A la disposición de hacer las cosas el uno por el otro, nos cuidamos, hacemos cosas por el otro, nos complementamos. Somos transparentes, sin perder la individualidad; respeto, ella es graciosa y el otro aprende. Cambiar por el otro. Podemos cambiar. Somos flexibles".

P06: "Respeto, diálogo, tolerancia y que Dios ha sido el centro de nuestro hogar".

P07: "Al deseo como de vivir bien, en busca de la unidad familiar; porque si vivo mal, mi familia se desintegra. La unión familiar es la que perdura. Al aguante. Esa fue la formación y ejemplo de los padres. Nosotros tuvimos guía de los padres y de la familia. Separarse es un error porque se acaban los capitales".

P08: "Al diálogo, a la tolerancia. El matrimonio para toda la vida. Es esa época no se pensaba en la idea de separarse. Al amor. La afinidad en cuanto a profesión. Al ejemplo de los padres y del entorno familiar. Mantener buenas relaciones con las familias de origen. El patriarcado (manejo de autoridad). El respeto, no maltratos, no desautorización. No acudir a violencia física. Sinceridad".

P09: "Mutua comprensión en la toma de decisiones. Prima el amor frente a todas las condiciones y circunstancias que hemos vivido. Siempre hemos estado enfocados en nuestro futuro, el de nuestros hijos, pero lo más importante, en nuestra vejez".

Pregunta 2: si tuvieran la oportunidad de dar un consejo a una pareja que está empezando, ¿qué les dirían?

P01: "Mantener límites claros y distancia con las familias. Mantener canales de comunicación claros, respetuosos, asertivos. Llegar a acuerdos con el manejo de los recursos económicos. Establecer acuerdos en relación con la educación de los hijos. Tener una experiencia de vivir solos antes de convivir como pareja. Mantener la individualidad y a partir de ella fortalecer la mutualidad. Mantener niveles apropiados de paciencia".

P02: "Afianzar y fortalecer sentimientos. Planear en pareja. Intereses comunes, así no sean los mismos gustos. Tener en cuenta los reflejos de sus familias haciendo análisis de dichas experiencias.

Mostrar interés y gusto por lo que el otro hace. Apoyo incondicional".

P03: "Lo primero sería manejar la paciencia y la tolerancia frente al otro. Segundo, maneje su relación como una empresa; ceda, pero también exija. Y por último, respeto profundo por el otro, y en la adversidad construya y proyéctese a futuro".

P04: "Aprender a conocer a su pareja; nunca intentar cambiarla y respetar los espacios individuales, compartir muchos más espacios entre los dos. Ver el matrimonio como un negocio, donde los dos socios ganan o se quiebran".

P05: "Buscar ayuda en términos de identificar similitudes, orientación. No dejar al azar la vida. Tener y construir un proyecto de vida, y si se quiere, de familia. Mantener al margen la injerencia de las familias".

P06: "Que se respeten, que dialoguen y no dejen pasar las cosas, incluso que desde novios planeeen la forma de cómo se ven como esposos".

P07: "El entendimiento. Recomiendo —el silencio es más elocuente que las palabras— no cantaleta, no contestar; a veces las palabras lesionan. Hay un pequeño diálogo. Aprender a comunicarse, ser tolerantes. Respeto mutuo total (en todos los campos). El uso de las palabras. La comprensión, el diálogo. El diálogo se debe dar cuando no hay palabras lesivas".

P08: "Que lo hagan con compromiso, convicción. Respeto a la palabra. Coherencia entre palabras y acciones. Responsabilidad permanente. El respeto como fundamental para estar juntos. Respeto del espacio del otro. Y aceptar las familias de origen. Buscar y contar con ayuda de la familia. Respeto por ellos. No girar en torno a lo económico. Como mamá —que se conozcan íntimamente, pero que dejen para que de parte del hombre haya curiosidad, que dejen algo. Reservados, no entregarse totalmente—. Mucho diálogo. Sinceridad. La confianza mutua. Ojo a los engaños. Cariño, ternura, comprensión. Construirse como pareja desde novios.

P09: "Primero, conocerse y aceptarse desde el inicio de la relación. Segundo, sembrar respeto, fidelidad y amor para recoger frutos asertivos,

idóneos y fuertes para el futuro en su vejez. Tercero, la participación mutua en toma de decisiones, quehaceres, hijos, etc. Nunca hablar mal del otro frente a nadie, edificarse mutuamente. Cuarto, *nunca* permitir que terceros se entrometan en su relación.”

Cuestionario de aserción en la pareja (ASPA) (Carrasco, 1996)

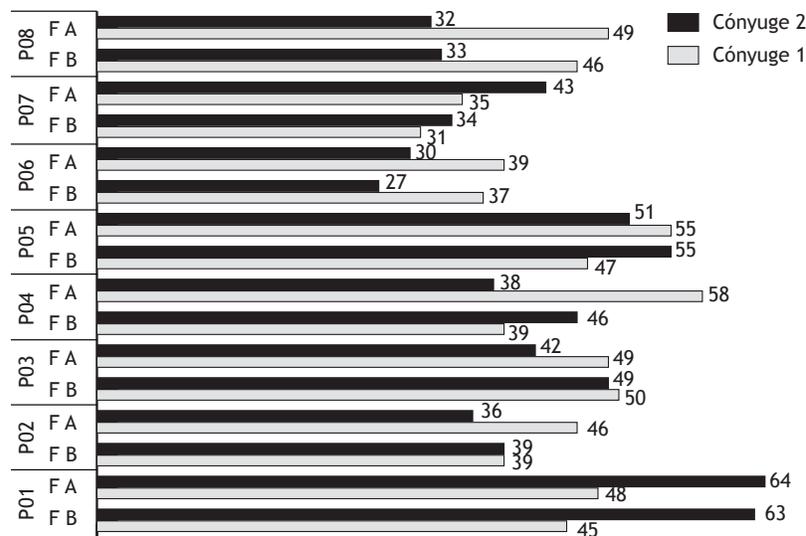
El cuestionario ASPA permite evaluar el uso de cuatro tipos de estrategias (asertividad, agresividad, agresividad-pasividad y sumisión) de las parejas en la resolución de los conflictos propios de su vida conyugal cotidiana. Se organiza en forma A (autopercepción) y forma B (percepción del cónyuge). En la figura 1 se encuentran los resultados correspondientes al porcentaje de uso del tipo de estrategia *asertividad*. Obsérvese que los datos de la P07 no se incluyen, debido a que por dificultades visuales de la esposa, se obtuvo un puntaje que la invalidó; aun así, se tomó la decisión de que la pareja continuara en el estudio, pues en la observación de la dinámica relacional de los dos cónyuges se evidenció un uso asertivo de comunicación.

Tarea de conversación (Cuervo, 2011a)

Bajo la técnica de la *communication box* (Burleson y Denton, 1997) se construyó la tarea de conversación. Esta se efectuó en las cámaras de Gesel de la IPS de la Universidad Santo Tomás con las parejas P01, P02, P03, P04, P05, P06 y P09; con las parejas P07 y P08 se practicó en sus casas por solicitud de ellos mismos, eso sí, garantizando un lugar y un tiempo donde pudieran conversar con tranquilidad y sin interrupciones.

Cada actividad estaba organizada a partir de dos tareas (Cuervo, 2011a), que debían conversar por un espacio de 20 minutos cada una. Las dos preguntas de dicha tarea fueron: tarea 1, “respondan a la pregunta ¿qué garantizará que ustedes continúen como pareja por muchos años más?”; tarea 2, “con el propósito de consolidar su vínculo afectivo, ¿qué cosas hacían cuando eran novios o recién casados que no hacen ahora, y qué cosas hacen ahora que no hacían antes?”. Cuando se cumplía con el tiempo estipulado se les indicaba, según fuera el caso, con el sonido del citófono o diciéndolo de manera directa.

Figura 1. Consolidado general de asertividad (%)



Por cuestiones de espacio del presente documento, no se incluyen las descripciones detalladas de las tareas de conversación; esta información puede ser consultada en los archivos del PID que son preservados por el director.

Discusión

Pautas relacionales y mecanismos de autorregulación

La propuesta comprensiva que da soporte a esta apuesta investigativa se fundamenta en tres pilares que se aúnan en la idea según la cual el ser humano es activo y protagónico en la construcción de su vida y de la vida de los que están a su alrededor. En primer lugar, ubicamos el carácter interactivo del desarrollo humano, en el cual son las pautas relacionales y no solamente las conductas aisladas (Keeney, 1985) las que nos llevan a configurar el intercambio de ideas, expectativas, temores, emociones, etc., en la consolidación de nuevos sistemas interactivos, compuestos también por nuevas y negociadas ideas, expectativas, temores, emociones, etc.

El carácter constructivo, en segundo lugar, constituye la consideración de reconocer al ser humano como constructor de realidad, como constructor de conocimiento; construcción mediada por el lenguaje y dada en el lenguaje, consolidada en marcos de referencia constituidos a partir de la experiencia con los otros y consigo mismo; reconocida como la fuente de toda recreación, fundamentada en procesos racionales y también en “procesos subjetivos —emociones, contradicciones... expresión íntegra del flujo de la vida—” (González, 2000). Y, finalmente, el carácter de atribución de sentido como aporte indistinguible de ese propósito humano de comprender lo que desea comprender; un carácter que resalta una finalidad sublime por hacer significativo aquello que ocurre y en lo que participamos; un pilar que nos conecta con nuestra historia personal de significación.

Pilares con los que un estudio psicológico reconoce valores como la solidaridad y la corresponsabilidad; que enfatizan en los ámbitos ético, estético

y pragmático de nuestros actos y que son el marco desde el cual el estudio buscó responder a la pregunta de ¿qué sabemos acerca de las parejas que a lo largo de su existencia han logrado no solo afrontar problemas y eventos vitales estresantes y resolver conflictos, sino que, además, han “sobrevivido”, pudiendo ser catalogadas como viables que perduran en el tiempo?

Iniciemos este análisis resaltando cómo la implicación de las parejas en el estudio garantizó que nos compartieran su *ser* para poder aprender de lo que ellos y ellas han aprendido en su vida conyugal cotidiana. Sus expresiones de afecto y de disposición frente al desarrollo de la misma investigación dan muestra de una comunicación asertiva, constructiva o nutricia —en palabras de Campo y Linares (2002) y Linares (2006; 2010)—, en la cual la expresión abierta y espontánea de ideas, opiniones, desacuerdos y acuerdos es la característica principal; esto también se ve reflejado en los resultados obtenidos en el cuestionario ASPA, en los que las ocho parejas hacen mayor uso de las estrategias de tipo asertivo (en relación con las de tipo agresivo, agresivo-pasivo y sumisión), la cual refiere:

La expresión de los sentimientos, preferencias u opiniones personales de una manera directa, sin intentar forzar el acuerdo del otro a través del control aversivo, tal como castigo o amenaza de castigo. Uno puede expresar asertivamente sentimientos positivos y negativos, considerando entre los primeros el afecto y entre los segundos el enfado o la ira. (Carrasco, 1996)

En las respuestas dadas a las preguntas incluidas en el cuestionario sociodemográfico también se identifican aspectos de consolidación de un vínculo fundamentado en el amor, el respeto, la sinceridad, la honestidad, entre otros; elementos que coinciden con lo expuesto por Domínguez, R. (2006); Parada (2006); Graham (2000, cit. en Eguiluz et al., 2008); Bernales (2006); Acevedo y Restrepo (2010); Eguiluz et al. (2011); Eguiluz et al. (2008); Acevedo et al., (2007). Llama la atención lo señalado por la pareja P08 en cuanto a la importancia de un conocimiento íntimo previo, antes de convivir; esto pone de manifiesto una

disposición, apertura y flexibilidad de pensamiento en relación con los tiempos históricos actuales, ante los cuales es pertinente una actitud distinta frente a las relaciones de pareja. Ellos reconocen la importancia de aceptar a la pareja desde el noviazgo, pero también dando una opción a conocerse antes de comprometerse, situación que fue señalada por ellos mismos en la tarea de conversación como “impensable” en tiempos pasados.

A diferencia de lo señalado por Eguiluz et al., (2008); Bernales (2006); Acevedo y Restrepo (2010); Eguiluz et al., (2011); Eguiluz et al., (2008); Acevedo et al., (2007), solo la pareja P06 manifiesta como central la presencia de Dios en su hogar; para ellos es fundamental su participación activa en la Iglesia cristiana de la que hacen parte; claro está, para las otras parejas una dimensión espiritual es importante, pero no lo reconocen como imprescindible para lograr continuar juntos como pareja por muchos años más.

Las pautas relacionales, sean simétricas o complementarias, son connotadas por los miembros de la pareja como significativas en la consolidación de un estilo comunicativo compartido y negociado; basado en el reconocimiento mutuo, en el respeto por las individualidades, en el respeto por los espacios compartidos, en la claridad frente a la participación o injerencia de terceros en su vida conyugal; pautas relacionales que dan cuenta de un estilo comunicativo claro, preciso, pertinente, empático; estilo nutricional de comunicación con el que han aprendido a aprender desde la práctica (propia y de otros); experiencias que entran a enriquecer las alternativas de acción frente a supuestos que los lleva a anticiparse frente a la posibilidad de “si nos pasa a nosotros, ¿qué haríamos?”. Espacios de reflexión/conversación en los cuales se consolidan elementos que, como mecanismos de autorregulación, contribuyen a constituirse como parejas viables que perduran en el tiempo.

En definitiva, estas parejas, como muestra de dinámicas sociales ejemplares de las cuales podemos aprender, nos enseñaron a buscar vivir bien.

Son parejas que se reconocen como corresponsables en la construcción de una sociedad mejor, una sociedad en la que el respeto por el otro y por sí mismo inicia desde el mismo seno familiar, desde la misma planificación del tipo de pareja que quiero ser y hacer. Son parejas que reconocen los tiempos difíciles por los que está atravesando la sociedad actual, y que le apuestan a que su afrontamiento es más fácil acompañado de otro o de otra con quien se puedan resolver miedos, construir proyectos; amar, rabiarse; desesperar, esperar, anhelar, evitar; y, sobre todo, soñar. Parejas que resaltan ese aspecto elemental de consolidar, lo que llamo, *escenarios para la resiliencia* (Cuervo, 2011b).

El concepto de parejas viables que perduran en el tiempo

El concepto de parejas viables que perduran en el tiempo se sustenta en esta perspectiva de la construcción. Un concepto que pretende continuar con la pretensión de reconocer en lo que “sale bien”, lo que “hacemos bien”, un recurso básico y amplísimo, del cual podemos sacar lo mejor para enriquecer la comprensión de lo que en la vida humana parece no funcionar bien. La viabilidad la concibo como nada más y nada menos que la puesta en marcha de ese pensamiento crítico y reflexivo del que nos habla la complejidad; pensamiento fundamentado en la ecología de la acción (Morin, 2006), donde reconozcamos tanto el contexto donde actuamos, como los efectos al hacerlo.

La pareja viable que perdura en el tiempo puede ser concebida como un sistema abierto, caracterizado por procesos morfostáticos y morfogenéticos particulares que les permite preservarse en el tiempo, a partir del desarrollo de patrones de comunicación/interacción y de mecanismos de control autogenerados y autorregulados. (Cuervo, 2009)

Líneas futuras de acción investigativa-interventora

A partir del estudio de los estilos comunicativos se afianzan caminos de interés investigativo y de intervención, y se abren otros que se pondrán en marcha en el ámbito de mi práctica profesional. En el marco de los proyectos de investigación docente: "Mecanismos de autorregulación en parejas viables que perduran en el tiempo" y "Comunicación y subjetividad", de los cuales hago parte, se vienen adelantando trabajos interesantes en torno a comprender procesos sociales y humanos que se fundamentan en la comunicación como un todo integrado, en las prácticas ejemplares y en la idea de la psicología como una disciplina comprometida con el cambio social.

Los temas que en la actualidad se están trabajando son: el estudio comunicacional en el ámbito de la psicología clínico-social; la ritualización en la construcción en el ámbito conyugal; la construcción identitaria en los sistemas humanos; el estudio de otras dinámicas sociales que pueden ser reconocidas como ejemplares y de las cuales es posible aprender, y los escenarios de y para la *resiliencia*.

El estudio fue financiado por el Fondo de Investigación de la Universidad Santo Tomás (FODEIN USTA), en su sexta convocatoria, 2011.

Referencias

- Acevedo, V., Restrepo, L., & Tovar, J. (2007). Parejas satisfechas de larga duración en la ciudad de Cali. *Pensamiento psicológico*, 3(8), 85-107.
- Acevedo, V., & Restrepo, L. (2010). Experiencias de parejas sobre vivir feliz en pareja. *Pensamiento psicológico*, 8(15), 63-76.
- Bateson, G. (1971). Comunicación. En Y. Winkin *La nueva comunicación* (pp. 119-150). Barcelona: Kairós.
- Bateson, G. (1972). *Steps to an ecology of mind*. Nueva York: Ballantine Books.
- Bateson, G. (1979). *Espíritu y naturaleza*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Bernales, S. (2006). Los fundamentos de la vida en pareja. En A. Roizblatt (Ed.). *Terapia familiar y de pareja*. Santiago de Chile: Mediterráneo.
- Boss, P. (1988). *Family stress management*. Newbury Park, CA: Sage.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Volume I. Attachment*. New York: Basic Books.
- Burleson, B., & Denton, W. (1997). The relationship between communication skill and marital satisfaction: Some moderating effects. *Journal of Marriage and the Family*, 59, 884-902.
- Burr, W., & Klein, S. (1994). *Reexamining family stress*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Campo, C., & Linares, J. (2002). *Sobrevivir a la pareja. Problemas y soluciones*. Barcelona: Planeta prácticos.
- Carrasco, M. (1996). *Cuestionario de Aserción a la Pareja ASPA*. España: TEA S.A.
- Carstensen, L., Gottman, J., & Levenson, R. (1995). Emotional behavior in long-term marriages. *Psychology and Aging*, 10, 140-150.
- Cohan, C., & Bradbury, T. (1997). Negative life events, marital interaction, and the longitudinal course of newlywed marriage. *Journal of consulting and clinical Psychology*, 73, 114-128.
- Conger, R., Rueter, M., & Elder, G. Jr (1999). Couple resilience to economic pressure. *Journal of personality and social Psychology*, 76, 54-71.
- Cuervo, J. (2009). *Modelo de análisis cibernético para el estudio de parejas funcionales que perduran en el tiempo*. Tesina para acceder al título de Máster en iniciación a la investigación en Psicología de la Comunicación: Interacción Social y Desarrollo Humano. Universidad Autónoma de Barcelona. Manuscrito no publicado.

- Cuervo, J. (2010). *Proyecto de investigación docente "Mecanismos de autoregulación en parejas viables que perduran en el tiempo". Versión 1*. Manuscrito de trabajo no publicado.
- Cuervo, J. (2011a). *Proyecto de investigación docente "Mecanismos de autoregulación en parejas viables que perduran en el tiempo". Versión 2*. Manuscrito de trabajo no publicado.
- Cuervo, J. (2011b). Resiliencia, vulnerabilidad y complejidad. Estudios de caso en contextos de formación para la intervención/investigación. *Revista Terapia y Familia*, 24(2), 25-45.
- Domínguez, R. (2006). La pareja infértil: el proceso psicológico de la mujer, el hombre y su relación. En A. Roizblatt (Ed.). *Terapia familiar y de pareja*. Santiago de Chile: Mediterráneo.
- Eguiluz, L. (2006). Las parejas funcionales que perduran en el tiempo. En A. Roizblatt (Ed.). *Terapia familiar y de pareja*. Santiago de Chile: Mediterráneo.
- Eguiluz, L., González, N., & López, G. (2008). Elementos de pareja que mantienen la unión y satisfacción conyugal. *Redes: revista de psicoterapia relacional e intervenciones sociales*, 19, 99-115.
- Eguiluz, L., Reyes, E., & Colin, S. (2011). Factores que favorecen la funcionalidad en parejas de larga duración. *Revista Terapia y Familia*, 24(2), 84-99.
- Fincham, F. (2004). Communication in marriage. En A. Vangelisti (Ed.). *Handbook of Family Communication* (pp. 83-104). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associations.
- Glaserfeld, V. (2005). Aspectos del constructivismo radical. En M. Pakman. *Construcción de la experiencia humana. Vol. 1*. Barcelona: Gedisa.
- González, F. (2000). *Investigación cualitativa en psicología. Rumbos y desafíos*. México: Paraninfo.
- González, F. (2002). *Sujeto y subjetividad. Una aproximación histórico-cultural*. México: International Thomson editores.
- González, F. (2008). Subjetividad social, sujeto y representaciones sociales. *Revista Diversitas: perspectivas en Psicología*, 4(2), 225-243.
- González, F. (2009). Epistemología y ontología: un debate necesario para la Psicología de hoy. *Revista Diversitas: perspectivas en Psicología*, 5(2), 205-224.
- Hernández, A. (1997). *Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve*. Bogotá: El Búho.
- Kaslow, F. (2006). Familias que han experimentado un divorcio. En A. Roizblatt (Ed.). *Terapia familiar y de pareja*. Santiago de Chile: Mediterráneo.
- Kaslow, F., & Hammerschmidt, H. (1992). Long-term «good» marriages: the seemingly essential ingredients. *Journal of Couples Therapy*, 3, 15-38.
- Kaslow, F., & Robison, J. (1996). Long-term satisfying marriages: perceptions of contributing factors. *American Journal of Family Therapy*, 24, 153-170.
- Kaslow, F., Hansson, K., & Lundblad, A. (1994). Long-term marriages in Sweden and some comparisons with similar couples in the United States. *Contemporary Family Therapy*, 16, 126-134.
- Keeney, B. (1985). *Estética del cambio*. Barcelona: Herder.
- Linares, J. (2006). Complex love as relational nurturing: an integrating ultramodern concept. *Family Process*, 45(1), 101-115.
- Linares, J. (2010). Paseo por el amor y el odio: la conyugalidad desde una perspectiva evolutiva. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e intervenciones sociales*, 1, 10-35.
- Maturana, H., & Varela, F. (2003). *El árbol del conocimiento: las bases biológicas del enten-*

- dimiento humano*. Buenos Aires, Argentina: Lumen.
- Mejía, J. (2002). Perspectiva de la investigación social de segundo orden. Recuperado de <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/101/10101405.pdf>.
- Minuchin, S., & Fishman, H. (1981). *Técnicas de Terapia Familiar*. Barcelona: Paidós.
- Morin, E. (1990). *Introducción al pensamiento complejo*. España: Gedisa.
- Morin, E. (2006). *El método 6. Ética*. Madrid: Cátedra.
- Morin, E., Roger, E. y Motta, R. (2009). *Educación en la era planetaria*. Barcelona: Gedisa.
- Neugarten, B. (1976). Adaptation and the life cycle. *The counseling Psychologist*, 6, 16-20.
- Olson, D., McCubbin, H., Barnes, H., Larsen, A., et al. (1983). *Families: what makes them work*. Beverly Hills: Sage Pub.
- Parada, L. (2006). Infertilidad y pareja: construcciones narrativas como horizonte para la intervención. *Revista Diversitas: perspectivas en Psicología*, 2(12), 149-148.
- Patterson, J. M. (1988). Families experiencing stress. *Family systems medicine*, 6(2), 202-237.
- Roizblatt, A., Kaslow, F., Flores, M., Rivera, S., Fuchs, T., Zaccaria, A., Cerda, J., & González, F. (1999). Matrimonios de larga duración en Chile. *Sistemas Familiares*, 15, 93-103.
- Roizblatt, A., Kaslow, F., Rivera, S., Fuchs, T., Conejero, C., & Zaccaría, A. (1999). Longlasting marriages in Chile. *Contemporary Family Therapy*, 21, 113-129.
- Tesser, A., & Beach, S. (1998). Life events, relationships quality and depression: An investigation of judgment discontinuity in vivo. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 36-52.
- Watzlawick, P., Beavin, J., & Jackson, D. (2006). *Teoría de la comunicación humana. Interacciones, patologías y paradojas*. Barcelona: Herder.
- Wiener, N. (1961). *Cybernetics: or control and Communication in the animal and the machine*. Título en castellano: Cibernética o el control y comunicación en animales y máquinas (F. Martin, Trad. 1985.). Nueva York: Cambridge: M. I. T. Press.
- Winkin, Y. (1987). *La nueva comunicación*. Barcelona: Kairós.