Razón y corazón no siempre comulgan, como nos relatan algunos poetas y amantes. Esta investigación inició hace cinco años en un salón de clases. Surgió por la curiosidad de tres estudiantes de psicología que se preguntaban: ¿por qué algunas personas, después de haber terminado su relación de pareja, no pueden separarse totalmente? y a la vez: ¿por qué estas mismas personas, al momento de tener una relación de pareja amorosa formal, no pueden mantenerse unidas totalmente y por lo general irrumpen en una separación? Este vaivén entre los polos de unión y separación, esta confusión entre estar y no estar con alguien como pareja, muestra la incapacidad, a nivel personal y vincular, de concluir satisfactoriamente el duelo por distintas pérdidas significativas. En este caso, nos referiremos al dolor que conlleva la desidealización e integración de los padres infantiles y al proceso de integración de la propia identidad personal y de pareja, ya que, en estos casos, estas parejas también tienen la dificultad de reconocerse y asumirse a sí mismos como grupo-pareja.

El método psicoanalítico incluye varios tipos de investigación como el teórico, el hermenéutico y el de historia de vida. En este estudio se busca aportar otros cuestionamientos y visiones a la teoría de las relaciones amorosas mediante un análisis dialéctico entre la observación y escucha de relatos de parejas que viven estas situaciones que aquí se describen y la teoría ya escrita, que es siempre vulnerable a ser reformulada en distintos momentos.

¿Por qué puede ser relevante este tema?, ¿qué es lo que podría interesar a colegas y personas que alguna vez han sentido el alojamiento del amor en sus vidas sin poderse explicar por qué les ha sido complicado concretar una relación de pareja más estable a pesar de desearlo? La respuesta no es simple ni concreta y mucho menos única. Sin embargo, en el presente trabajo se tratará de extender esta nueva perspectiva y tener otra opción para la comprensión de las parejas que viven este fenómeno.

Brevemente daré una descripción de las características generales, sin perder de vista que cada pareja irrompible tendrá sus particularidades en su dinámica vincular.

– La pareja irrompible es, ante todo, una pareja amorosa, es decir, pueden ser novios, esposos o amantes (“frees”).

Phoca PDF

– La pareja irrompible funciona mediante mecanismos colusivos que implican un juego conjunto no confesado, oculto recíprocamente a causa de un conflicto fundamental similar no superado.

– Se encuentran en un círculo vicioso que fluctúa entre dos polos: unión y separación, por lo que se encuentran en un punto intermedio de indefinición que les trae incertidumbre y sensación de inestabilidad constante en su relación.

– Este tipo de pareja quiere separarse cuando está unida y, cuando está distante, se añora y quiere regresar, provocando una constante insatisfacción en uno o en ambos miembros de la pareja.

– La pareja irrompible tiene un funcionamiento patológico, principalmente por la rigidez que les impide funcionar de un modo distinto a esta dinámica.

– Las características principales que se han encontrado hasta el momento son: dependencia emocional, inestabilidad, incertidumbre y ambivalencia entre el miedo a la fusión (reflejado en un temor al compromiso) y al abandono (reflejado en un miedo a la soledad).

– La pareja irrompible tiene dificultades para integrar (a sí mismos y a sus objetos), para atravesar los procesos de duelo que implican la desidealización, la separación y el manejo de conflictos.

Para definir a la pareja irrompible puntualizaré lo que no son, o dicho de otra manera, haré un diagnóstico diferencial con el fin de evitar confusiones y comprender mejor a estas parejas.

Diferencias entre dependencia emocional, codependencia y bidependencia, con la irrompibilidad

Al referirnos a los irrompibles como parejas con una dependencia emocional fuerte estamos hablando de un subtipo de las dependencias relacionales. Es conveniente diferenciar entre dependencia emocional y otras dependencias relacionadas con trastornos adictivos como la codependencia y la bidependencia, ya que algunas personas suelen confundirlas.

Avendaño y Sánchez-Escárcega (2002) plantean que es un error referirse a las parejas emocionalmente dependientes como parejas codependientes. En las parejas bidependientes y codependientes se involucran necesariamente trastornos adictivos fuertes por lo menos en alguno de los cónyuges. En la pareja emocionalmente dependiente uno de los dos miembros aparenta ser más dependiente que el otro, aunque sea una posición intercambiable. El miedo a perderse en el otro les hace alejarse, y la necesidad de cercanía afectiva y el temor a la separación hace que alguno de los miembros de la pareja inicie el acercamiento, manteniendo un círculo repetitivo. La “danza” emocional dependiente de la pareja se fundamenta en una negociación inconsciente de la distancia emocional cuyo resultado es el intento de obtener un equilibrio óptimo de la dependencia vincular de la pareja. Con estos antecedentes podríamos exponer que la pareja irrompible mantiene una fuerte dependencia emocional, ya que presentan conflictos emocionales (expresados en fragilidad y frustración, ansiedad, enojo y tristeza), daños y heridas narcisísticas (reflejadas en baja autoestima, sentimientos de vacío,

Phoca PDF

abandono y necesidad de reconocimiento externo), así como dificultades en las relaciones interpersonales (por la dificultad en marcar límites, la aceptación de conductas destructivas, de rechazo y maltrato físico o psicológico, y por ser aferradas, celosas y controladoras). Lo anterior no significa que toda pareja dependiente emocionalmente sea irrompible, ya que esta última presenta otras características más específicas en su comportamiento.

La pareja irrompible y el duelo normal de separación de la pareja

Es cierto que cada etapa de la vida conlleva una pérdida afectiva; algunas son más dolorosas que otras y quizá una de las más importantes sea la separación de la pareja. Lo que queremos es establecer la diferencia entre la dinámica irrompible y el proceso normal y temporal de duelo por el que atraviesan las parejas al momento de separarse, el cual muchas veces implica añoranza, sensación de vacío, soledad, dolor e incluso reencuentros, lo cual es de esperarse cuando se cierra un ciclo. Mientras más sólido, duradero e intenso haya sido el vínculo, mayor será el dolor ante el desprendimiento de lo que significa la relación y la persona que se ha despedido. Los reencuentros que se llegan a dar en el proceso normal de duelo pueden confundirse con los constantes acercamientos y alejamientos que presenta la pareja irrompible. La diferencia entre un fenómeno y otro es sutil, y puede ser casi imperceptible. Sin embargo, existe, y radica en que a los irrompibles se les dificulta no sólo la separación sino también involucrarse por completo con el otro a pesar del intenso deseo de cercanía, viviendo ambas situaciones con gran angustia, sin poder elaborar el duelo que todo esto implica. En cambio, un proceso normal de duelo, por más fuerte que sea, puede culminar en un cierre y elaborar finalmente la pérdida del objeto amado.

Irrompibles y su similitud con algunos factores de la etapa de adolescencia normal

Algunos factores que caracterizan a los irrompibles pueden ser confundidos por su similitud con los propios de la adolescencia normal, como la reedición del proceso de separación-individuación, la formación de la identidad, los procesos de duelo y sus relaciones afectivas de esta etapa (como sustitutos de sus objetos primarios). Estos factores mencionados se relacionan entre sí dentro del mismo proceso adolescente.

Para Mahler (1977), la identidad es la conciencia temprana de un sentimiento de entidad para dar lugar a la individualidad que surge en la etapa de separación-individuación. En la adolescencia se viven reestructuraciones internas y externas. Para Knobel (1996), la integración del yo se produce con la elaboración del duelo, de partes de sí mismo y de sus objetos. Asimismo, Aberasturi (cit. en Knobel, 1996) refiere que se puede lograr una personalidad satisfactoria cuando se tiene una relación adecuada con objetos internos buenos y con experiencias externas no tan negativas. Cuando el adolescente se separa de los padres suele adoptar diversas identidades, ya sea sucesiva o simultáneamente de acuerdo con las circunstancias, de manera que al final del proceso logre la aceptación de una identidad independiente.

Melgoza (2002) se refiere al noviazgo del adolescente como una de las alternativas para disminuir la ansiedad que provoca el proceso de separación-individuación que se presenta inicialmente en los tres primeros años de existencia y más adelante en la adolescencia, siendo una de sus características el desplazamiento progresivo de las figuras parentales infantiles o sustitutos. El adolescente lucha por separarse de sus padres y obtener su propia identidad, lo cual abre el camino a las relaciones objetales adultas. Winnicott (cit. en Melgoza, 2002) menciona que

Phoca PDF

el objeto transicional es una defensa contra la ansiedad que provoca la percepción naciente del yo-no yo. En el adolescente la “pareja-objeto” tendría un funcionamiento similar al objeto transicional que menciona Winnicott (1971), que amortigua o ayuda a contener la ansiedad que provoca la separación con los padres.

La terminación del noviazgo, por doloroso y difícil que sea de elaborar el duelo, permitirá avanzar de una manera positiva hacia la individuación, lo cual implica ser cada vez más responsable por lo que se es y por lo que se hace (Melgoza, 2002, p. 70).

No hay riesgo si el adolescente tiene la madurez necesaria para que sus relaciones de pareja, como objeto transicional, les permitan la diferenciación. El problema aparece cuando la pareja no se puede vivir como objeto transicional y por ende, la relación no se rompe (relaciones “ni contigo ni sin ti”). También puede suceder que se provoque un rompimiento imposible de elaborar, lo cual involucra la melancolía e incluso el suicidio. Sucede entonces que el adolescente se vincula con objetos parciales y no con objetos totales, convirtiendo a su pareja en un fetiche. Cuando una relación termina, la elaboración de duelo permite avanzar de manera positiva hacia la individuación.

El objeto transicional tiene la función de conformar al niño y brindarle confianza y elementos internos que permiten que una persona se conforme para ser autosuficiente. La pareja transicional (que puede convertirse en irrompible si la pareja no pasa de ella) tiene igualmente la función de formar a la persona en sus primeras experiencias en el terreno amoroso, donde se incluyen la sexualidad, la convivencia íntima, el narcisismo, la alteridad, la fusión y la separación, que en el mejor de los casos permite una integración de la identidad de la persona como individuo, y de una primera agrupación-pareja posterior al modelo parental que cada uno vivió con sus respectivos padres.

En casos patológicos, la pérdida de la pareja tiene que ver con un duelo no resuelto por la pérdida de los padres, siendo éste el más difícil de superar. Dicho duelo queda generalmente detenido en la fase de anhelo y búsqueda del objeto perdido, y se reedita en la ruptura amorosa. La pareja rompe y regresa repetidamente o intenta nuevas relaciones sin conseguir ligarse adecuadamente a ninguna. La ruptura de las primeras relaciones amorosas que funcionan como objeto transicional reviven el dolor y la negación ante la pérdida de los padres: los primeros objetos de amor. A los jóvenes se les dificulta terminar la relación, siendo los temores más frecuentes no encontrar otra pareja, quedarse solos, no volverse a sentir importantes, amados o seguros. Cabe aclarar que la pareja irrompible no es adolescente aunque puede gestarse desde esta etapa. Puede iniciarse como un objeto transicional patológico, ya que no cumple con la función de cambiar o transitar de un objeto a otro. La pareja se queda atorada, sin avanzar ni crecer, y aunque la pareja sea cronológicamente adulta, continúa con un comportamiento adolescente.

La pareja irrompible como vínculo

Hablamos de los irrompibles como vínculo de pareja en donde ambos están inmersos en esta dinámica, y no donde un solo miembro de la pareja quiere regresar o separarse. Hay que recalcar que, en muchas ocasiones, aun siendo irrompible la pareja, uno es el que manifiesta los síntomas de la irrompibilidad, aparentando ser el único interesado, o en este caso, irrompible. Sin embargo, lo que sucede es que se alternan el rol sintomático. Kaplan (cit. en Campuzano, 2001) menciona que cuando ambos miembros de la pareja tienen conflictos con la

Phoca PDF

intimidad buscan el recíproco acercamiento, pero una vez que alcanzan cierto grado de intimidad o contacto se angustian, por lo que uno u otro inician estrategias de distanciamiento y desmantelamiento valiéndose de diversos mecanismos individuales y específicos. Después aparece la ansiedad por estar juntos, se extrañan, se perdonan y vuelven a acercarse, pero no demasiado, y el “sube y baja” vuelve a desequilibrarse en el otro sentido.

Para Campuzano (2001), los individuos que se angustian ante la cercanía afectiva manejan de manera cuidadosa la distancia emocional de manera que les sea tolerable y cómoda, evitando lo que les resulte amenazante (intimidad emocional, profundidad afectiva o de compromiso). Simultánea y contradictoriamente desean y temen de manera muy intensa la cercanía afectiva, lo que los hace sufrir y los mantiene en un círculo de repetición. Aunque los miembros de la pareja parezcan ser muy distintos entre sí, las partes complementarias de uno con el otro son las que los mantienen unidos, ya que satisfacen ciertas necesidades. De hecho, cuando una pareja presenta síntomas opuestos o contrarios el uno del otro, generalmente se trata de una misma patología. Para ser pareja irrompible se necesita de dos personas que estén enganchadas en esta dinámica que llega a convertirse en un círculo vicioso. Cuando uno de los dos miembros toma una determinación —para estabilizar la relación o para terminarla— y mantiene esta decisión, la dinámica irrompible se rompe.

Irrompibles como pareja amorosa: novios, esposos o amantes (“frees”)

Alberoni (1997) menciona que la pareja amorosa es la comunidad más pequeña en la que se forma un yo, un “nosotros” solidario. Los irrompibles pueden ser novios, esposos o amantes (“frees”), y aunque algunas veces, cuando rompen, creen que ya no son pareja, lo siguen siendo por la presencia de afectos intensos positivos y negativos que impiden romper el vínculo. Aunque en toda relación entre dos personas pueden existir afectos intensos, en una relación de pareja amorosa generalmente existe el factor de romanticismo erótico y de contacto físico sexual. Es importante aclarar que no se debe confundir a la pareja irrompible con aquellas parejas que, al terminar su relación, superaron el proceso de duelo y pueden establecer una relación cordial y de respeto mutuo.

La pareja irrompible y la distancia

Queremos marcar la diferencia entre la distancia por temor a la intimidad que interpone la pareja irrompible, y aquella que las parejas necesitan para funcionar adecuadamente. Dentro de toda pareja deben existir límites intradiádicos y extradiádicos claros y flexibles para que puedan respetarse sus espacios como individuos, sin que deje de existir el “nosotros”. Cuando hay límites intradiádicos claros y flexibles se definen espacios personales, remarcando la identidad de cada miembro de la relación. La pareja recurre en ocasiones a la distancia temporal y física, sin la angustia de separación y sin el propósito de romper el vínculo. Estos espacios son en pro del crecimiento personal y de pareja. Los irrompibles, en cambio, al no tener una identidad definida, tampoco tienen límites claros y tienden a ser inconstantes (en ocasiones difusos y en otras rígidos). La distancia que pone la pareja irrompible está basada en temores primitivos, como el miedo a la fusión con el otro, que aparece después de sentir que están demasiado cerca emocionalmente. Pero en cuanto sienten amenazadora la distancia porque les despierta el miedo al abandono y la angustia de separación, vuelven al polo de la unión. Por lo tanto, están fluctuando entre un polo y otro.

La patología de la pareja irrompible

Phoca PDF

Desde la visión psicoanalítica, se encontraron aspectos patológicos en el vínculo irrompible dada su rigidez o incapacidad de funcionar de un modo distinto a esta dinámica de encuentros y desencuentros constantes. En esta pareja la relación con el objeto amoroso es parcializada de manera permanente, al no lograr desidealizar e integrar al otro con sus aspectos buenos y malos en todo momento de su relación (en el acercamiento y en el alejamiento). Esto indica que no pueden realizar un duelo psíquico ante la idealización como etapa “normal” en las relaciones de pareja. Lo patológico en este vínculo, por lo tanto, implica mantener una negación prolongada de la realidad para tratar de desconocer la pulsión de muerte en sus dos aspectos: destructor de sí y destructor del otro, a causa de lo amenazante que puede resultar la desidealización. La pareja irrompible recurre al fenómeno del péndulo, en el que cada miembro de la pareja actúa la patología de manera polarizada. Aunque aparentemente sus posturas sean contrarias e intercambiables, ambos participan en el mismo juego conjunto no expresado conscientemente.

Una pareja funcional sirve de apoyo a la identidad de cada cónyuge y como refuerzo de las defensas necesarias para combatir la ansiedad. Los irrompibles no tienen su identidad bien consolidada, por lo que no pueden servir de apoyo mutuo. Tampoco funcionan como defensa para combatir la ansiedad; su misma dinámica los provoca y mantiene más intranquilos.

Como toda patología, la irrompibilidad tiene sus ganancias secundarias que, en su mayoría, son inconscientes. Una de ellas puede ser la aparente comodidad que representa la distancia sin ruptura, la cual crea una “zona tolerable” intermedia entre la unión y la separación. Una de las ventajas de este estado es la de elegir a conveniencia (según necesidades personales conscientes o inconscientes) si se tiene pareja o no. Obtienen lo provechoso de lo que significa tener una pareja: sentir apoyo, reflejo narcisista, muestras de afecto (positivas o negativas) o simplemente saber que hay alguien “especial” a quien recurrir cuando se le necesita. De igual forma, se benefician de lo que significa no tener pareja: sensación de libertad y autonomía, no exclusividad, estar libre de compromiso, entre otros. Esta indefinición envuelve una situación híbrida en la que existe una “libertad comprometida” en donde la pareja se rinde cuentas cuando supuestamente no hay vínculo formal afectivo que lo acredite. La pareja irrompible, al disminuir la convivencia frecuente por el desmantelamiento que hacen de su relación, no permite que afloren los conflictos necesarios para que la pareja tenga una oportunidad de crecimiento para cada uno y para la relación, lo cual impide desidealizarse y, por lo tanto, vivir un vínculo más auténtico. El conflicto no es positivo ni negativo, es simplemente inevitable.

Freud (1915) menciona la diferencia entre el duelo y la melancolía, y señala que el primero es un proceso normal ante la pérdida y el segundo es un proceso que ya se considera patológico. En la melancolía hay también una reacción ante la pérdida del objeto amado, aunque parece ser que la pérdida es más ideal. El sujeto no ha muerto pero ha quedado perdido como objeto erótico (rupturas amorosas, abandonos, etcétera). De acuerdo con la definición de Freud, se considera entonces que los irrompibles son melancólicos. Primero, no hay muerte física y real de la pareja irrompible, y lo que están viviendo no puede llamarse propiamente un proceso de duelo. Su proceso es más psíquico y patológico por el hecho de no saber qué están perdiendo al perder simbólicamente al otro. A los irrompibles les queda una sensación de vacío interno, ya que tienen baja autoestima y necesitan depositarla en el objeto, esté o no presente. Por el hecho de ser melancólicos, los irrompibles idealizan constantemente y no pueden manejar la agresión, ya que esto implicaría un objeto desidealizado, ambivalente (amado y odiado) y, por lo tanto, total.

Acertadamente, Igor Caruso (1978) menciona que “el problema de la separación es el problema de la muerte

Phoca PDF

entre los vivos", porque implica morir en la conciencia del otro, morir en vida, por lo que la persona siente haber perdido no solamente a alguien, sino además, un pequeño trozo de sí. Este desprendimiento emocional, manejado adecuadamente, puede dar paso a un proceso de reestructuración interna para que la persona avance en todas las áreas de su vida, sin la sombra del amor que ya se ha dejado. Este puede ser un evento significativo para el desarrollo personal, sin embargo, la pareja irrompible lo evade o dilata impidiendo así el crecimiento personal y de pareja.

Todas estas situaciones intrapsíquicas, hermanadas con ciertos factores socioculturales actuales como la globalización y el posmodernismo, influyen en la formación de parejas irrompibles. Esta sociedad fomenta el narcisismo, la cultura light, lo "desechable". Se porta la bandera de "vivir el momento" y se favorece y promueve el egoísmo, la adolescencia prolongada (prolongación de vida estudiantil), la dependencia hacia los padres y viceversa. La crisis económica, el alto índice de divorcios, la baja tolerancia a la frustración y las expectativas altas que parecen inalcanzables influyen y provocan desaliento en los individuos. Lipovetsky (1983) considera que la sociedad actual invita al descompromiso emocional por los riesgos de inestabilidad que sufren en la actualidad las relaciones personales.

Ubando (1997) menciona que hoy en día ya no se le da tanta importancia a que las parejas duren toda la vida y se promueven las relaciones desechables y poco duraderas, respaldadas en la idea de "más vale calidad que cantidad de tiempo". Pero, ¿cómo definir la calidad del tiempo si sólo se quieren vivir momentos placenteros con el cónyuge? El hecho de tratar de juntar el amor romántico, la pasión sexual y un compromiso marital monógamo en un solo acuerdo promueve expectativas tan altas que las parejas sienten que deben cumplir, que desmantelan su relación evitando los factores que perciben angustiantes o inalcanzables. Nuestra época envía simultáneamente mensajes contradictorios que confunden y frustran a los individuos que intentan formar pareja. Por un lado está la devoción por el narcisismo, el individualismo y el no compromiso; por el otro, se sigue fomentando la idea romántica de la pareja perfecta. Otra contradicción social implica el miedo a la intensidad y al riesgo en general, al mismo tiempo que se fomenta esta intensidad. Lo anterior provoca la formación de parejas inestables e insatisfechas, dentro de las cuales se encuentran los vínculos irrompibles. Estas parejas responden a las exigencias sociales y, a la vez, a las necesidades personales de tener un cónyuge, llegando a un punto intermedio en el que se vive una relación parcial sin lograr algo en realidad.

Como conclusión, podría decir que las relaciones amorosas son una muestra encantadora donde el ser humano puede volcar, en un pequeño espacio compartido, un océano entero de locura, atemporalidad, transformación, posibilidad; y a la vez estar cercano a las propias cavernas sedientas, por los miedos más profundos y desconocidos que se puedan tener.

Las relaciones afectivas generalmente responden a necesidades y normas sociales de un contexto histórico. Estas relaciones surgen bajo matices contrastantes. Uno nos revela el deseo del color y el calor que brinda la idea de alojar a una persona confiable y edificar con ella un futuro prometedor o, por lo menos, saber y sentir que se tiene a un otro con quien compartir los sinsabores de los momentos críticos que se viven. Por otra parte, la búsqueda de libertad y autonomía es tan fuerte que se teme permanecer "atado" a una sola persona. Las relaciones express o romances fugaces que se viven en la actualidad confiesan esta doble necesidad de tener a alguien con quien compartir sin sentirse fuertemente comprometido. Los irrompibles encuentran un modo de relación en el que se encierran ambas posibilidades: estar con y estar sin alguien. Pero, contrariamente a la anhelada calma y

Phoca PDF

compañía, esta modalidad de pareja acarrea a la larga una pobre flexibilidad para construir una relación más duradera y firme, como ideal y socialmente se desea. Las personas que viven este tipo de vínculos hacen todo lo que esté en sus manos para no destruir el altar que han construido para su compañero y su relación, ya que esta destrucción implicaría aceptar las propias debilidades y reconocer el desgaste que este esfuerzo ha costado.

Estas personas necesitan aprender a elaborar duelos primarios para poder integrar a sus padres, a sí mismos y al concepto que significa tener y vivir en pareja. Para esto pueden ayudarse de la psicoterapia psicoanalítica personal y vincular. El objetivo de la psicoterapia psicoanalítica no promueve que la pareja irrompible opte por una definición específica, ya sea de unión o separación. Cada pareja irrompible es única y aunque todas tengan ciertos rasgos en común, no se puede generalizar. Cada una presenta sus peculiaridades, así como el proceso psicoterapéutico de cada individuo o pareja.

Esta investigación se sigue desarrollando y se continúa preguntando: ¿por qué algunas parejas buscan encerrar la temporalidad en sus manos y no se reconocen como unidad conjunta para así crecer? Y más aún, ¿por qué el desagarre amoroso duele tanto, hasta el grado de querer mantenerlo vivo para evitar el abismo que deja el otro al partir?

Quisiera finalizar con una frase de Jorge Bucay y Silvia Salinas: “La pareja es un camino nuevo, un desafío. Con ella nada termina, al contrario, todo comienza. Salvo una cosa: la fantasía de una vida ideal sin problemas.

Ximena Márquez Otero, en redalyc.org/

Phoca PDF