



- ◆ Trabajo realizado por el equipo de la Biblioteca Digital de la Fundación Universitaria San Pablo-CEU
- ◆ Me comprometo a utilizar esta copia privada sin finalidad lucrativa, para fines de investigación y docencia, de acuerdo con el art. 37 del T.R.L.P.I. (Texto Refundido de la Ley de Propiedad Intelectual del 12 abril 1996)

La evaluación de los problemas de pareja

18

JOSÉ CÁCERES CARRASCO¹

1. INTRODUCCIÓN

En la actualidad, toda una serie de datos nos indican que algo está pasando en el mundo de la pareja:

- a) El número de personas que elige vivir sola, desde un principio o después de una relación fallida, aumenta. A veces se cifra hasta en un 25 por 100.
- b) La edad de comienzo o formalización de la relación se incrementa y se pospone hasta después de los 29 años.
- c) El número de matrimonios se mantiene estable a lo largo de los años (alrededor de 200.000), pero el número de separaciones y divorcios aumenta gradualmente. Hoy por hoy, si se suman las separaciones y los divorcios, la probabilidad de que una pareja termine en ruptura se acerca al 0,5 (Cáceres, 2003).
- d) El número de episodios violentos así como el grado y la saña de la violencia experimentada en el contexto relacional, e infrecuentemente denunciada, aumenta.

Para algunas personas los datos reseñados más arriba no representan más que un mero incidente sociodemográfico. Sin embargo, las repercusiones en

diversos ámbitos (social, familiar, emocional, educativo, económico y clínico, por citar los más directos) son ingentes (Cáceres, 1993). Es por ello por lo que nos parece razonable evaluar todas las variables que tengan algún valor desencadenante o mantenedor de los problemas de pareja e intentar poner remedio, en lo posible.

2. OBJETIVOS DE LA EVALUACIÓN DEL TRASTORNO

Los objetivos del análisis de los problemas de pareja deberían ser:

- a) Enumerar los diversos tipos de conflictos.
- b) Descubrir sus mecanismos desencadenantes y mantenedores.
- c) Valorar aspectos positivos, si hay alguno, que puedan estar manteniendo la relación, a pesar de los problemas.

Y todo ello con miras a:

- a) Presentar una explicación coherente y amplia a los usuarios que nos consultan.
- b) Esbozar para ellos posibles alternativas abiertas, así como ventajas e inconvenientes de cada una de las alternativas expuestas.

¹ Servicio Navarro de Salud (Pamplona) y Universidad de Deusto, Bilbao (España).

- c) Combinar la información obtenida del proceso de evaluación con miras a elaborar un plan de intervención, que puede ir destinado tanto a mejorar la relación y el grado de gratificación derivado de la continuación de ésta como a completar el proceso de separación y distanciamiento ya iniciado sin que ello suponga un alto precio emocional (¡el coste económico no hay forma de evitarlo!) para cada uno de los miembros de la pareja o terceras personas dependientes.

3. ASPECTOS BÁSICOS A EVALUAR DEL TRASTORNO

3.1. Respuestas conductuales

Parece claro que la probabilidad de que una persona siga con otra, si se ve libre de presiones externas que le obliguen a continuar en la relación, es mucho mayor si el montante global final le resulta gratificador que si el balance es aversivo, negativo o si llegamos a creer, como ocurre con frecuencia, que la relación nos cuesta más de lo que nos aporta (Birchler, Weiss y Vincent, 1975).

Cuando se analizan las categorías de aspectos que han de compartirse entre las parejas y que parecen influir más a la hora de predecir el grado de satisfacción con la relación, la jerarquización que suele hacer la mayoría de las personas implicadas en una relación de pareja, independientemente de que sean hombre o mujer o incluso de los años de relación, es como sigue:

- Comunicación: planes, proyectos, expresión de sentimientos positivos y negativos, comprensión, aceptación; solución eficaz de los problemas.
- Comportamientos y habilidades instrumentales para la convivencia diaria («obras son amores», reza el refrán castellano).
- Ámbito de la sexualidad entendida en su acepción más amplia, así como el grado de atractivo físico ejercido por el otro en el momento presente.

Por ello, cada una de estas dimensiones ha de evaluarse de manera sistemática y con detenimiento.

3.2. Respuestas cognitivas

Los procesos cognitivos quizá sean los más determinantes a la hora de explicar el amor y el desamor. La realidad interna, encubierta, parece desempeñar un papel más preponderante en el ámbito de la pareja, especialmente a la hora de determinar sentimientos sucesivos, que la misma realidad externa (Baucom y Epstein, 1990).

El hecho de que los sentimientos y procesos cognitivos sean escurridizos no habría de ser óbice para dejarlos fuera de nuestro análisis. Así, se debería analizar con detalle (Baucom y Lester, 1986):

- La construcción que cada uno hace del otro y de su comportamiento.
- La intencionalidad que se atribuye a sus acciones, así como de la relación causal que cada uno establece acerca de la forma de ser del otro y su comportamiento.
- La posibilidad de cambio que le atribuimos por lo que al futuro respecta.

3.3. Respuestas fisiológicas

La fisiología no se da en el vacío ni actúa de manera independiente del resto de los niveles de nuestra reacción. Seguramente la activación fisiológica negativa tiene mucho que ver con el desarrollo de sentimientos negativos hacia la otra persona y de nuestra relación con ella.

De manera puntual, diversas investigaciones han ido poniendo de manifiesto que en una discusión entre un hombre y una mujer existe un alto grado de contagio de las emociones (*physiological linkage*), y que estas emociones, y su contagio, no son paralelos ni recíprocos: el enfado en ella genera enfado en él, pero el enfado en él genera miedo en ella. El miedo en ella genera en él ¡más enfado! (Levenson y Gottman, 1983).

Por otra parte, nuestros resultados (Cáceres, 1999) han puesto de manifiesto que, cuando existe violencia en el seno de la pareja, mediante la activación cardiovascular experimentada durante la discusión o reviviéndola mentalmente, con posteriori-

dad, se pueden distinguir dos tipos de personalidades violentas: los «cobra» y los «pitbull», con formas de ser y de actuar diferentes. Resultados parecidos habrían obtenido Gottman y colaboradores registrando la actividad psicofisiológica de manera simultánea a la discusión (Gottman et al., 1995).

3.4. Aspectos ambientales

Es muy importante, caso de haberse planteado la separación como una opción posible, analizar, con detalle, los posibles apoyos tanto físicos como emocionales, reales o percibidos, por parte de cada uno de los miembros de la pareja, así como las influencias y presiones recibidas por parte del entorno, por sutiles que éstas sean.

3.5. Otros posibles aspectos

Se debe analizar, también, la existencia de cualquier otra patología experimentada por cada uno de los miembros de la pareja y, a ser posible, establecer la relación existente entre ésta y los problemas de pareja. Si estimáramos que son totalmente independientes pero que afectan a la dinámica de la relación, quizá deberíamos, con los cuidados oportunos, derivar a la persona afectada a otro terapeuta que la atienda de manera paralela.

4. MÉTODOS DE EVALUACIÓN DEL PROBLEMA

4.1. La entrevista centrada en el problema

A pesar de que son muchos los aspectos y dimensiones que hemos de abordar en las sucesivas entrevistas, consideramos un error precipitarnos de inmediato en el análisis de estos problemas, pues, a nuestro entender, existe una serie de objetivos previos a conseguir antes de intentar el inicio de la recogida de la información pertinente. Entre estos objetivos debería primar el de crear una relación terapéutica con ambos miembros de la pareja y, desde luego, educarlos en relación con el proceso tera-

péutico a seguir y el modelo causal implícito de la desarmonía de pareja.

El contenido de la primera entrevista es conveniente subdividirlo en diversos bloques:

- a) Aclaración del objetivo de la primera entrevista.
- b) Dificultades presentes en la actualidad.
- c) Primeras señales de problema tras el matrimonio y habilidades de solución de problemas adoptadas.
- d) Existencia de violencia: frecuencia y grado.
- e) Historia evolutiva de la relación.
- f) Decisión de casarse o vivir juntos: ¿quién y cómo la toman y por qué en ese momento?
- g) Otros aspectos: vida sexual, *affairs*, tratamientos previos, aspectos de la personalidad individual.

Es de vital importancia que aclaremos a estas alturas que la información que vayamos a recoger va a ser empleada para perfilar objetivos a alcanzar únicamente en su beneficio y que será *estrictamente confidencial*. Hemos de aclarar, también, que esta confidencialidad se aplica tanto a personas externas a la relación terapéutica como a la misma pareja: la información que nos dé uno de los miembros de la pareja no podrá, sin su consentimiento explícito, ser transmitida al otro.

4.2. Medidas de autoinforme del problema

En este apartado se revisan los principales instrumentos de autoinforme, generalmente cuestionarios, desarrollados para que el individuo pueda rellenarlos en su casa y, con esta información, completar la obtenida a lo largo de las diversas entrevistas. He añadido la referencia bibliográfica correspondiente a aquellos que utilizo con más frecuencia en mi departamento, con el fin de facilitar al lector interesado su localización y su estudio con más profundidad.

1. «Escala Locke-Wallace de ajuste marital» (*Locke-Wallace Marital Adjustment Test, MAT*; Locke y Wallace, 1959)

La «Escala de ajuste marital» es una de las más ampliamente utilizadas para evaluar la satisfacción marital global. Consta de 15 ítems, algunos de los

cuales evalúan el grado de acuerdo percibido por cada uno de los miembros de la pareja en una serie de temas importantes (por ejemplo, finanzas familiares, relaciones sexuales, filosofía de la vida, relación con los suegros...). Otros plantean preguntas puntuales (por ejemplo, ¿cuándo surge el desacuerdo, por lo general: a) cede el marido, b) cede la mujer, c) acuerdo mutuo tras dialogarlo?).

Cada uno de los miembros de la pareja ha de completar este cuestionario por separado, pudiendo cada uno de ellos obtener una puntuación máxima de 158 puntos.

2. «Escala de ajuste diádico» (*Dyadic Adjustment Scale, DAS*; Spanier, 1976)

La «Escala de ajuste diádico» representa una versión moderna para medir el grado de armonía global de una pareja. Está constituida por 32 ítems. Los 15 primeros intentan reflejar también el grado de acuerdo existente entre la pareja en temas importantes para la relación, como «toma de decisiones importantes», «tareas domésticas», «aspectos de ocio», «manejo de las finanzas familiares», etc. Su redacción original es más «moderna», pudiendo aplicarse también a parejas no casadas y que cohabitan.

Evalúa cuatro dimensiones diferentes de la relación: a) *consenso*: grado de acuerdo existente entre ambos miembros de la pareja en aspectos importantes en la relación; b) *cohesión*: grado en que la pareja se implica en actividades conjuntas; c) *satisfacción*: indica el grado de satisfacción de la pareja con la relación en el momento presente y su grado de compromiso a continuar en dicha relación, y d) *expresión de afecto*: indica el grado en que la pareja está satisfecha con la expresión del afecto dentro de la relación y con la satisfacción que deriva de la relación sexual.

La puntuación total máxima posible de obtener es de 152 puntos. Se suele considerar los 100 puntos como puntuación divisoria entre parejas armoniosas y conflictivas.

3. «Inventario de estatus marital» (*Marital Status Inventory, MSI*; Weiss y Cerreto, 1980)

Este inventario fue creado para evaluar hasta qué punto la pareja se ha separado ya, bien en la reali-

dad, bien en la fantasía. Se enumeran una serie de pasos, se supone que en orden secuencial, que una persona puede dar tanto comportamental (por ejemplo, «he pedido el divorcio») como cognitivamente (por ejemplo, «pienso en el divorcio con frecuencia, al menos una vez por semana») para terminar con la relación. El principal objetivo de esta escala sería determinar si una pareja está lo suficientemente centrada en el divorcio, bien uno de los miembros, bien los dos, como para hacer que cualquier intento de asesoramiento sea impropio, o esté abocado al fracaso.

4. «Inventario de interacción sexual» (*Sexual Interaction Inventory, SII*; Lopiccolo y Steger, 1974)

Se trata de un cuestionario en que cada uno de los miembros de la pareja contesta seis preguntas, siempre las mismas, en relación con 17 actividades sexuales —las «normales» del juego amoroso de la mayoría de las parejas—, y está destinado a evaluar el grado de armonía sexual global de la pareja.

5. «Escala de felicidad marital» (*Marital Happiness Scale, MHS*; Azrin et al., 1973)

Esta escala posibilita la evaluación del grado de satisfacción de cada uno de los miembros de la pareja en once áreas importantes de la relación (por ejemplo, tareas domésticas, cuidado de los hijos, actividades sociales, dinero, comunicación, aspectos sexuales, etc.).

6. «Inventario de satisfacción marital» (*Marital Satisfaction Inventory, MSI*; Means-Christensen, Snyder y Negy, 2003)

Consta de 280 ítems, que se contestan como verdadero o falso, divididos entre varias subescalas: a) convencionalismos, b) estrés global, c) comunicación afectiva, d) habilidades de solución de problemas, e) tiempo juntos, f) desacuerdo en temas económicos, g) insatisfacción sexual, h) roles, i) historia familiar de malestar, j) insatisfacción con los hijos y k) conflicto acerca de pautas en la educación de los hijos.

Sus propiedades psicométricas son más que aceptables. Constituye una buena medida para evaluar el grado de malestar marital y para formular diferentes estrategias de intervención. Su adaptación castellana ha sido recientemente realizada en España (Reig-Ferrer, Cepeda-Benito y Snyder, 2003).

7. «Cuestionario de áreas de cambio»
(*Areas of Change Questionnaire, ACQ*;
Weiss y Birchler, 1975)

Este cuestionario fue diseñado para evaluar la cantidad de cambio que cada uno de los miembros de la pareja espera del otro en 34 áreas diferentes de la relación, entre las que se incluyen desde el grado de violencia ejercida hasta el grado de implicación en tareas domésticas o decisiones económicas. Es una buena medida, también, de la claridad con que se expresan los deseos de cambio por parte de cada uno de los miembros de la pareja, es decir, de la eficacia de la comunicación.

8. «Cuestionario de sentimientos positivos»
(*Positive Feelings Questionnaire, PFQ*;
O'Leary, Fincham y Turkewitz, 1983)

Este cuestionario consta de 17 ítems y fue desarrollado para evaluar el nivel general de sentimientos positivos que una persona presenta hacia su pareja. Un ejemplo de un ítem es el siguiente: «¿Cómo te hace sentir la confianza que puedes tener en tu pareja?».

9. «Inventario sobre las creencias acerca de la relación» (*Relationship Belief Inventory, RBI*; Eidelson y Epstein, 1982)

Este cuestionario consiste en una escala de autoinforme de 40 ítems desarrollada para evaluar las creencias irracionales acerca de la relación marital. Ejemplos de ítems de este cuestionario son los siguientes: «Me tomo como un insulto personal que mi pareja se muestre en desacuerdo con una de mis ideas fundamentales», «me irrita sobremanera que mi pareja no sea capaz de reconocer por sí solo/a cómo me siento y tener que decírselo».

10. «Medida de atribuciones sobre la relación»
(*Relationship Attribution Measure, RAM*;
Fincham y Bradbury, 1992)

Este inventario consta de 24 ítems y tiene como objetivo explorar las atribuciones causales que cada uno de los miembros hace acerca de diversos aspectos de la relación, en qué medida atribuye tales causas a sí mismo, al otro o a las circunstancias externas y hasta qué punto los temas tratados, y su atribución causal, son importantes para el individuo.

11. «Inventario de actitudes maritales»
(*Marital Attitude Evaluation, MATE*;
Schutz, 1978)

Este inventario evalúa, a través de 74 ítems, el grado de acuerdo, expresado por cada uno de los miembros de la pareja, en una escala tipo Likert (de 1 a 5) en relación con una serie de actitudes comunes acerca de la relación. Ejemplos de tales ítems son: «Si no nos va bien, empiezo a dudar si mi pareja me quiere», «tendría que cambiar mi personalidad para que mejorase nuestra relación», «dudo que mi pareja cambie a mejor».

Se pueden obtener resultados en ocho escalas diferentes: 1) capacidad percibida para cambiar la relación; 2) expectativas de mejora; 3) atribuciones de causalidad al comportamiento propio; 4) atribuciones de causalidad a la personalidad propia; 5) atribuciones de causalidad al comportamiento del otro; 6) atribuciones de causalidad a la personalidad del otro; 7) atribuciones de intenciones malévolas en la pareja, y 8) atribuciones de ausencia de amor por parte de la pareja.

12. «Inventario básico de comunicación»
(*Primary Communication Inventory, PCI*; Navran, 1967)

Este inventario consta de 25 ítems que ofrecen una medida de autoinforme de la frecuencia con la que ocurren determinadas interacciones verbales entre una pareja. Un ejemplo de los ítems de este cuestionario es el que sigue: «¿Puedes hablar con tu pareja de vuestras creencias más profundas, sin restricción alguna, y sin que lleguéis a sentirnos violentos?».

13. «Inventario marital de preasesoramiento»
(*Marital Pre-Counseling Inventory, MPCI*;
Stuart, 1973)

Este inventario es, a nuestro entender, el más completo de los hasta ahora desarrollados para evaluar la relación de pareja. La información que podemos obtener con él puede subdividirse en las siguientes categorías:

1. Objetivos de cambio:
 - a) En cuanto a actividades compartidas.
 - b) En cuanto al comportamiento del otro.
 - c) En cuanto al comportamiento propio.
2. Recursos con los que se cuenta para intentar conseguir tales cambios.
3. Grado de acuerdo mutuo en cuanto a los cambios percibidos y deseados por el otro.
4. Distribución del poder dentro de la relación.
5. Grado de concordancia en cuanto a las prioridades dentro de la relación.
6. Medición de la eficacia de la comunicación.
7. Evaluación de la satisfacción sexual.
8. Grado de concordancia en cuanto a las pautas a seguir en la educación de los hijos.
9. Grado de satisfacción general.

4.3. La evaluación por los demás

Si realizamos entrevistas conjuntas con la pareja y con cada uno de sus miembros por separado —como sería lo más que conveniente—, la información aportada por el uno acerca del otro, y viceversa, llega a ser complementaria de la imagen y la versión que cada uno presenta de sí mismo.

Hay parejas que se empeñan en aportar a la consulta el punto de vista de personas de su entorno que son importantes para ellos (padres, vecinos, amigos y, sobre todo, hijos) y que, por lo general, asumen, apoyarán sus puntos de vista. Hoy por hoy, no nos parece productivo investigar este tipo de información, que, la mayoría de las veces sólo servirá para agudizar la confrontación. En más de una ocasión

hemos creído oportuno incluir, en el proceso de tratamiento, a amigos íntimos disponibles cuyas opiniones importen a la pareja y que no terminen de darse cuenta del efecto que sus consejos producen en cada una de las partes de la díada.

4.4. El autorregistro

Algunos de los cuestionarios diseñados para la evaluación de los problemas de pareja sirven, también, durante la etapa de intervención, como autorregistros para evaluar nuestro comportamiento y el de la otra persona y su grado de gratificación. Entre ellos se encuentran:

1. «Inventario de actividades gratificadoras»
(*Inventory of Rewarding Activities*; Weiss y Perry, 1977)

Este instrumento consta de tres partes: 1) un listado de 100 ítems que refleja cien posibles actividades gratificadoras (por ejemplo, «visitar amigos», «ir a una fiesta», «tomar un café», «comentar temas locales», etc.); 2) permite hacer una evaluación de la distribución actual del tiempo, tanto el asignado al trabajo como a actividades neutras, a actividades gratificadoras, dormir, y 3) permite hacer una evaluación de la distribución óptima del tiempo.

De este instrumento pueden derivarse las siguientes puntuaciones: 1) acuerdo en la pareja, 2) comparación de actividades totales realizadas o deseadas y 3) proporción de actividades que cada uno desea hacer, bien solo o con la pareja.

2. «Puntos fuertes y débiles de la relación»
(*Area of Marital Strengths and Weaknesses*;
Weiss y Perry, 1977)

Este instrumento de autoevaluación consta de dos partes diferentes y puede utilizarse bien en la fase de evaluación, bien en la fase de intervención, como método para enseñar a plasmar las quejas (y también los méritos y valoraciones positivas!) vagas, genéricas e imprecisas en formulaciones concretas y específicas y, por ende, más fáciles de mo-

dificar (¡o de aumentar!). La primera consiste en una lista de 26 posibles áreas de contacto en la pareja, subdivididas en cuatro grupos (tareas domésticas, valores y filosofía de la vida, factores personales y responsabilidades con familiares). La segunda hoja consta de cuatro apartados en los que se pide a cada uno de los miembros de la pareja que, tras haber elegido tres temas generales de la lista anterior que sirvan para unir a la pareja y otros tres temas que crean han servido para distanciar a la misma, especifique de manera detallada cada una de esas seis áreas elegidas.

3. «Lista de observación de la pareja»
(*Spouse Observation Checklist, SOC*;
Weiss, Hops, y Patterson, 1973)

Esta lista consta de 400 ítems. Cada uno de ellos refleja algún acontecimiento relacionado con el otro y que uno mismo puede evaluar como agradable o desagradable. Estos 400 ítems se subdividen en 12 categorías:

- a) *Compañía*: «Nos leímos un relato el uno al otro».
- b) *Demostración afectiva*: «Nos calentamos mutuamente los pies en la cama».
- c) *Demostración de aprecio*: «me mostró su agradecimiento por algo que hice por él/ella».
- d) *Sexo*: «Intentamos un juego nuevo en nuestras caricias íntimas».
- e) *Comunicación*: «Me expresó sus sentimientos y pensamientos más profundos».
- f) *Actividades conjuntas*: «Invitó a mis padres o parientes».
- g) *Educación paterna/materna*: «Mi pareja ayudó a nuestra hija a hacer los deberes».
- h) *Tareas domésticas*: «Quitó la mesa y retiró la comida sobrante».
- i) *Economía*: «Hicimos balance conjunto en el libro de cheques».
- j) *Trabajo*: «Mi pareja habló todo el día solamente acerca de su trabajo».
- k) *Hábitos personales y apariencia*: «Me echó el humo del pitillo en la cara».

- l) *Dependencia e independencia mutua*: «Cada uno de nosotros realizó una actividad diferente que ambos deseábamos hacer».

En esta lista se pide a cada uno de los miembros de la pareja que registren, por separado, la frecuencia de ocurrencia de cada uno de estos 400 acontecimientos cada uno de los días de la semana, así como la evaluación que cada uno hace de ellos, es decir, si lo considera agradable o desagradable.

4. «Lista de actividades maritales diarias»
(*Daily Checklist of Marital Activities, DCMA*; Broderick y O'Leary, 1986)

La «Lista de observación de la pareja», un tanto liosa y difícil de completar, ha sido reducida a 109 actividades agrupadas en las 12 categorías reseñadas anteriormente. En este caso, se pide a cada uno de los miembros de la pareja que señale si tal acontecimiento ocurrió y su frecuencia, o si no ocurrió. Se le pide, asimismo, que señale el valor que tal hecho tiene para él/ella en una escala tipo Likert en la que el 1 = «extremadamente desagradable» y el 9 = «extremadamente agradable».

Ambos cuestionarios, la «Lista de observación de la pareja» y la «Lista de actividades maritales cotidianas», nos facilitan la obtención de tasas de agrados y de desagradados, tasas que pueden ser útiles a la hora de hacer una evaluación general de la eficacia que está teniendo el programa de tratamiento que hayamos puesto en práctica.

4.5. Medidas conductuales

A la hora de evaluar la interacción, sería excelente que pudiéramos observar a la pareja durante muchos de sus contactos a lo largo del día. Ello, además de poco práctico, sería éticamente cuestionable y, seguramente, muy reactivo. Sin embargo, sí parece recomendable que observemos, de manera directa, aspectos que parecen ser cruciales en el desarrollo de una relación armoniosa. Entre estas áreas, creemos prioritarias las habilidades que cada uno de ellos ha desarrollado a la hora de comunicarse y, especial-

mente, a la hora de resolver problemas puntuales. Si les preguntamos, cualquiera de los dos estará dispuesto a darnos su impresión acerca del proceso seguido, impresión que pretenderá desapasionada y objetiva. Seguramente que no se den cuenta de que, cuando somos jueces y parte, difícilmente podemos evitar los sesgos. Por eso, siempre que sea posible, deberíamos intentar observar a la pareja en las condiciones más reales, a la hora de solucionar un problema que sea crucial para ambos. Seguramente uno de los dos proteste por lo reactivo del procedimiento. En mi experiencia, he constatado que en un alto porcentaje de casos que inicialmente protestan de lo antinatural del método les sobran 30 segundos de «puesta en acción» para brindarnos una secuencia de conductas a observar que contrastan notablemente con las observadas en ellas a través de otros procedimientos.

Existen múltiples sistemas de codificación de la interacción (por ejemplo, *a*) «Sistema de codificación de la interacción en la pareja», *Couples Interaction Scoring System, CISS*; Gottman, 1979); *b*) el «Sistema de codificación de la interacción marital», *Marital Interaction Coding System, MICS*; Weiss et al., 1973; *c*) el «Sistema de puntuación rápida de la interacción de pareja», *Rapid Couple Interaction Scoring System, RCISS*; Krokoff, Gottman y Hass, 1989; *d*) el «Sistema de categorías para la interacción de pareja», *Category System for Partner Interactions, KPI*; Hahlweg et al., 1984) que son muy útiles para investigaciones y para el desarrollo del marco teórico de entendimiento de los problemas de pareja, pero poco prácticos para situaciones clínicas: cada hora de grabación viene a suponer más de 28 horas de trabajo de codificación.

Nosotros hemos propuesto analizar la tasa de frecuencia y secuencia de aquellas maniobras tanto verbales como no verbales en las que, en estudios moleculares, se han observado diferencias más claras entre las parejas armoniosas y conflictivas (críticas, descalificaciones, lecturas de pensamiento, divagaciones, ausencia de propuesta de soluciones y de empatía) (Cáceres, 1996). Tras grabar en vídeo unos 13 minutos de los intentos de la pareja por resolver uno de sus problemas cruciales, anotamos en una hoja de registro como la de la tabla 18.1 cada uno de los acontecimientos reseñados.

4.6. Registros psicofisiológicos

Ya hemos apuntado la validez de la evaluación de la activación cardiovascular a la hora de analizar la implicación de cada una de las partes de la pareja en las discusiones, así como la categorización de tipologías diferentes, en el caso de la existencia de violencia. Hoy por hoy, no parece obligado hacer este tipo de evaluación de manera rutinaria, aunque nos pueda ser de ayuda para casos especiales. Sin embargo, un área en que la evaluación psicofisiológica parece ineludible es cuando existen dificultades y disfunciones o desviaciones sexuales en el seno de la relación. La evaluación de los cambios de volumen del pene o su cambio de perímetro ante conjuntos estimuladores diferentes parece casi obligada, así como el grado de control voluntario sobre estas respuestas. En el caso de las mujeres, los cambios de temperatura del clítoris y de vasocongestión vaginal pueden ser de gran ayuda (Cáceres, 2001).

5. PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE UN CASO CLÍNICO

a) Presentación del problema

María y José

María tiene 32 años y José 33. Acuden a la consulta derivados por su médico de familia, a quien han acudido en demanda de ayuda antes de pensar en la separación.

María

En la primera entrevista María plantea que no se llevan bien, que no existe sinceridad entre ellos. Ella no se siente querida ni segura con él. Es especialmente celosa y él se lo hace pasar fatal por ello. Como consecuencia ella quiere tenerle siempre a su lado... No pueden tener hijos. Hace poco ella conoció a una tercera persona.

— *Violencia*: María admite que ha habido varios episodios de violencia entre ellos. Según

TABLA 18.1

Hoja de registro de una interacción de pareja

Pareja:
 Fecha:
 Problema elegido:
 Codificador:
 (Marcar frecuencia de ocurrencia)

I) Planteamiento del problema		
1. Describe el problema. 2. Describe condiciones. 3. Divagaciones. 4. «Lee el pensamiento». 5. Vuelve al tema.		
II) Análisis y solución		
6. Especifica resultado apetecido. 7. Especifica condiciones. 8. Soluciones alternativas. a) Positivas. b) Negativas. 9. Se compromete. 10. Solución mutuamente aceptable.		
III) Comunicación		
11. Refleja/valida/empatiza. 12. Interrumpe. 13. Contacto visual. 14. Acuerdos.		
IV) Intercambios positivos		
Verbales: Aprecio. Negociación. Aceptar responsabilidades propias.		
No verbales: Asiente. Atención. Contacto físico.		
V) Intercambios negativos		
Verbales: Quejas. Críticas. Desacuerdos.		
No verbales: Críticas. Desacuerdos. Rechazos.		
Estilo general:		

- ella, la historia empieza medio en broma, pero él termina devolviendo los golpes. Lo importante no es el dolor físico, sino el sentimiento de malestar que les queda. Ella cree que él se ha vuelto cada vez más agresivo.
- *Historia marital*: Se casaron en 1989, tras un noviazgo de seis años. A ella le atrajo de él: a) su don de gentes, b) lo cariñoso que era, c) no la tocaba («no quería lo mismo que todos»). El noviazgo fue tempestuoso. Sus amigos les conocen como «la pareja broncas...». Ella admite sus fallos, pero no sabe cómo corregirse. Son incapaces de resolver problema alguno: nunca se ponen de acuerdo.
 - *Relación sexual*: María comenta que no es feliz: «A él le gusta terminar lo suyo...». Ella no disfruta: «Él llega, la clava y la saca...».
 - *Laboral*: María trabaja en una tienda familiar. Le va muy bien.
 - *Objetivos*: Intentar solucionar los celos y su matrimonio...

José

En la primera entrevista, José plantea que la convivencia diaria es un infierno. Ella le falta continuamente al respeto y, aunque se quieren, él se encuentra continuamente resentido.

- *Violencia*: Admite la existencia de episodios de violencia, aunque insiste en que es por parte de ella a él. Al principio él se aguantaba. Ahora no. Contesta. Odia los insultos y la violencia y estos episodios le hacen sentir muy mal.
- *Historia marital*: Se casaron en 1989, tras un noviazgo de seis años. A él le atrajo de ella: a) su físico, b) era cariñosísima, c) la veía diferente de las demás y se enamoró locamente. Hubo numerosos indicios de problemas durante el noviazgo: ella tenía múltiples altibajos. Los problemas entre ellos han existido siempre. Lo único que ha cambiado ha sido su aguante... A la hora de enfrentarse a un problema, él intenta olvidarlo. Incapaces de ponerse de acuerdo. Prefiere aparcarlo...

hasta la próxima... Y es que el carácter de ella no facilita el diálogo... si él se cabrea por lo que ella ha hecho, ella reacciona cabreándose mucho más...

- *Relación sexual*: Manifiesta que ella es fría como un témpano. No existe remedio para su frialdad. Ha aprendido a hacerse egoísta, y no le queda más remedio que resignarse...
- *Laboral*: Trabaja en la cadena de una fábrica. No está contento.
- *Objetivos*: El problema no son sólo los celos, aunque éstos sean importantes. Y no lo son sólo de personas, sino también de acciones, amigos, animales... Ella tiene que cambiar: a) los celos, b) su «histeria». «El problema es ¡ella!».

María y José: discusión

Los resultados de los cuestionarios que se les pasaron a ambos miembros de la pareja aparecen en la tabla 18.2. Sigue un resumen de la transcripción de la discusión que surgió cuando intentaron ponerse de acuerdo en relación con las pautas de comportamiento a seguir cuando estuvieran con otras personas:

- *María*: ¡Siempre acabamos riñendo! ¿Por qué?, ¿por qué todo lo que digo yo para ti son tonterías? (*crítica, lectura del pensamiento*). ¿Tú no sabes en un momento decirme o... aguantar mis tonterías como aguantamos las de los demás? ¡A todo me pones a parir...!
- *José*: ¡¿Eh...?! (*desacuerdo*).
- *María*: Todo lo que hago yo delante de la gente te parece mal (*lectura del pensamiento*). En casa no. ¿Por qué nunca me dices?... pero fuera me ridiculizas siempre... (*crítica*).
- *José*: Yo pensé que era lo mismo en casa que cuando salimos con gente... (*desacuerdo*).
- *María*: Bueno, pero claro, cuando salimos con gente hacemos el ridículo...
- *José*: Por eso, ¡tendrías que evitar hacerlo!, ¿no? No sólo por respeto a mí, sino por respeto a los demás...
- *María*: ¿Pero hacer el qué...?

TABLA 18.2

Resultado de los cuestionarios utilizados en la evolución del caso

Consenso	34	34
Satisfacción	26	27
Cohesión	12	9
Expresión de afecto	5	5
Total	77	75

8	7
---	---

Cambios pedidos	5	12
Acuerdos	5	11
Desacuerdos	6	3
Cambio total	25	

Satisfacción frecuencia	18	14
Autoaceptación	3	12
Placer	5,3	4,6
Percepción del otro	23	10
Aceptación pareja	24	17
Puntuación total	130,9	

- José: Pues hacer muchas veces el ridículo... (crítica).
- María: Pero si eres tú quien me hace hacer el ridículo (crítica). Si yo digo cualquier cosa, todo te parece que lo he hecho mal... (lectura del pensamiento).

- José: Bueno pues...
- María: La mayoría de las cosas que digo son inapreciables para los demás, pero tú haces que todo el mundo se dé cuenta... (crítica) y que vean que yo soy una idiota y que tú eres un listo por cómo me gritas...

-
- María: Fíjate el cordero de mi madre: «¡Hay cordero al chilindrón...!»». Y ese día te apetece asado... y lo tienes que decir a todas las voces. Pues ya que lo ha hecho la pobre mujer... (divagación, crítica).
 - José: ¿Cómo lo dije...?
 - María: ¡Ah yo, como no sea asado, no quiero...! y sabes que como es Nochebuena todo el mundo te hace cosas para hacerte ilusión...
 - José: ¿Por qué dices así...? Yo dije: ¡Joder, al chilindrón! Yo lo habría preferido asado...
 - María: ¿Por qué lo tuviste que decir...? (crítica).
 - José: No porque sabes... en el primer momento creía que la gente no se había dado cuenta...
 - María: ¡Claro...!
 - José: Si muchas veces si no te dicen las cosas... luego dices ¡que pase! Que pase y ya está... Luego me dijiste... y reconocí que había metido la pata, pero no creo que hiciese el ridículo como tú lo quieres exponer. Yo simplemente dije...
 - María: ¿No...?
 - José: Pedí perdón. ¿Qué más quieres que haga...?
 - María: ¡Quedas como una persona mal educada...! A mí me fastidia... (crítica).
 - José: Lo reconozco, lo reconozco y pido perdón. No puedo evitarlo, ¿qué quieres que haga...?
 - María: A mí en la vida me has pedido perdón... (divagación, crítica).

-
- José: Ya, es que hay muchas veces que para mí tu comportamiento no es normal, y como no es normal, yo tengo que decirlo...
 - María: Pero ¿por qué no es normal? ¡Vamos a ver...!

- José: Pues porque haces cosas que yo creo que no son normales... (*crítica*).
- María: Pero es que para ti de lo que yo hago nada es normal... (*lectura del pensamiento, crítica*).
- José: Venga, claro...
- María: ¡Pero es que tú crees que eres Dios! ¿Eres perfecto...? (*crítica, divagación, lectura pensamiento*).
- José: Bueno, pues igual... Claro...
- María: ¡Pero es que tú no eres Dios...!

b) Integración-resumen de resultados

Los datos expuestos revelan que se trata de una pareja con un grado de ajuste diádico muy bajo. Escasa satisfacción con la relación y poca expresividad afectiva. Ambos acarician la posibilidad de separarse con bastante frecuencia. Ella pide un gran número de cambios en el comportamiento de él y parece percibir mejor que José los cambios que él demanda en ella.

La dimensión sexual, que en su día les unió, ha dejado de hacerlo para convertirse, a su vez, en una fuente más de tensiones. El grado de satisfacción de ella es bajo; la percepción que él tiene de la capaci-

dad reactiva de ella, así como su grado de aceptación, es muy desajustada.

Sus intentos por ponerse de acuerdo y resolver sus diferencias no llegan a buen puerto porque se ven plagados de críticas, lecturas de pensamiento y divagaciones. Ninguno de los dos propone soluciones concretas. Los tonos empleados por ambos sólo sirven para que el otro no sólo no se sienta comprendido, sino más criticado.

6. DIRECTRICES FINALES PARA UNA EVALUACIÓN DEL PROBLEMA

De manera resumida, los pasos a seguir en la evaluación de un caso concreto deberían secuenciarse de la manera siguiente:

1. Entrevista inicial conjunta.
2. Grabación del estilo de comunicación.
3. Cuestionarios necesarios.
4. Entrevistas separadas hasta haber analizado el caso.
5. Presentación final de resultados de evaluación y enumeración de objetivos a conseguir y posibles pautas para su consecución.

CONCLUSIONES

Dada la importancia que ha tenido la relación de pareja y la familia en la organización del entramado social hasta el presente, así como su influencia en campos tan relevantes como el educativo, emocional y sanitario, y que aún no ha aparecido una alternativa válida en cuanto a este tipo de organización, habremos de seguir haciendo esfuerzos para analizar los mecanismos subyacentes al desarrollo de los problemas de pareja, así como ponerles remedio. Ello parece especialmente complejo, pues, en último extremo, estamos hablando de las causas de procesos tan volátiles como el amor y el desamor. De cualquier manera, parece claro que en el futuro se realicen más esfuerzos por descubrir:

- a) El papel que desempeñan los actos cotidianos en el desarrollo de nuestros sentimientos, percepciones y satisfacción con la relación general.
- b) Las formas más adaptativas de comunicación y solución de conflictos y su entrenamiento en parejas ya atascadas en hábitos destructivos, así como incentivos motivacionales para que, una vez aprendidos, quieran seguir utilizándolos.
- c) El desarrollo de actitudes y técnicas violentas, así como su modificación.
- d) El papel desempeñado por la atracción fisiológica positiva y negativa.
- e) La influencia global del entorno.