

El *setting* inicial en la consulta de pareja¹

Antonio Mazzucco²

El artículo ofrece alguna sugerencia a quien se prepara a acompañar una pareja en crisis. Afronta tres aspectos: la acogida de la pareja, predisposiciones del educador, los primeros pasos para configurar un camino provechoso.

La situación de partida

Hoy más que antes, la pareja acepta dejar entrar a otra persona en su propia relación para recibir una ayuda y consejo. En el pasado, especialmente en las familias cristiana, era más fuerte la convicción que la santidad de la unión de dos persona debería mantener los aportes de los demás a una debida distancia. Cuando hay matrimonio, se decía, *hay ipso facto*, todo lo que sirve para vivirlo lo mejor posible. En línea de principio esta idea tutela la iniciativa de la pareja como origen y solución de sus conflictos internos, incluida su responsabilidad inicial en la gestión de dichos conflictos. Pero de hecho, deja de lado que el pedido de ayuda es una prerrogativa de la pareja y un recurso que viene de la misma naturaleza. Pedir ayuda no es solamente un signo de fragilidad, sino también de responsabilidad y seriedad.

La pareja que solicita nuestra intervención y nos relata su malestar ha ya tomado una importante decisión. Golpear a nuestra puerta es el inicio de una aventura pero también el resultado de un proceso, hecho probablemente de largas discusiones, incomprensiones y tentativos. Llegar a abrirse, juntos, a una tercera persona habla de la presencia de una -aún si es mínima- disponibilidad para colaborar. Naturalmente no es solamente ésto. La iniciativa está también acompañada de una serie de sentimientos, expectativas y prejuicios no siempre envidiables.

«Tenemos que hablar con alguien». Ana insistió tanto con su marido, quien e estaba un poco titubeante con la propuesta, que pretendía y logró que él participara desde el primer coloquio. Desde el inicio

1 Traducción: Fátima Godiño, para el curso de Supervisión / Acompañamiento Psico Espiritual, UCUDAL, 2011.

2 Psicólogo, Director del *Ufficio per la famiglia*, Diócesis de Lodi

fue claro que el objetivo, más o menos inconsciente, de sus intervenciones procuraba hacer del educador su precioso aliado, pronto a apoyarla en sus razones, y a convencer al marido que el error era de él. Premisa peligrosa para replicar, en presencia de un extraño, las diatribas domésticas y transformar el pedido de ayuda en prueba que ya no hay nada para hacer.

Así, tenazmente agarrada a su objetivo inconsciente, todo tipo de confrontación igualitaria resultaba bloqueado. No estaba dispuesta a escuchar otra cosa que a sí misma y a sus razones. Le parecía, con toda honestidad, que no podía existir ninguna otra forma de interpretar la relación. O conmigo o contra mí. No pasó mucho tiempo, y la equidistancia del educador lo hizo entrar en el grupo, siempre más numeroso, de sus opositores. Acostumbrarla de nuevo a la escucha fue un itinerario lento, pero necesario para abrir la mutualidad de la relación.

Mirada que reanima y se alía al «nosotros»

Acoger a las personas así como se presentan significa sobre todo cumplir un acto de confianza en ellos. Cualquier tipo de problema que tengan, lo traen a nosotros con todas sus fragilidades y potencialidades. Las primeras más evidentes, las segundas más escondidas, pero siempre presentes.

Ser acogedores no es ser cómplices. Empatizar, en forma correcta, no significa acoger todo lo que piensan y dicen el uno del otro, sino percibir la dimensión más humana (diría más ontológica) de sus personalidades y de su relación. La mirada del inicio es necesariamente contemplativa, procurando captar y suscitar, más allá de las defensas que el conflicto ha endurecido, la reserva de bien y el deseo de ponerse en juego con confianza. Posteriormente, se abrirá el espacio para el actuar operativo. Escribe al respecto S. Minuchin, conocido terapeuta familiar: «Para mí la terapia es un desafío. La familia viene a la terapia con costumbres precisas y con muy pocos recursos, dado que sus miembros han agotado su flexibilidad y su disponibilidad, insistiendo en soluciones ineficaces. A la rigidez de perspectiva que la familia muestra, mi respuesta consiste en una inyección de incerteza: «¿Están seguros que no existan otras alternativas?»; «Son mucho más complejos de lo que piensan»; «Hay esperanza; existen recursos que aún no han considerado»³.

Además, existe un «nosotros» (la pareja) que está más allá de la personalidad de cada uno (individuos). Una unión que trasciende el estilo de personalidad de cada uno, sus recíprocas habilidades, incluso su capacidad de comunión. El «nosotros», se dice con razón, es más que la suma de dos «yo». La psicología sistémica-relacional, a la cual hacemos referencia en este aporte, considera a la familia como un único cuerpo donde cada componente es causa

3 S. MINUCHIN – M.P. NICHOLS. *Quando la famiglia guarisce*, Rizzoli, Milano 1993, p 58.
(Traducción libre)

y efecto de todo lo que sucede. Nadie puede eximirse de ser, juntos, víctima y perseguidor, amante y amado, aún si cree que tiene todas las razones para sentirse víctima del conflicto o que es el único capaz de amar. P. Watzlawick escribe: «El comportamiento de un individuo al interno de la familia está en relación con el comportamiento de todos los otros miembros»⁴. Por este motivo, se debe insistir para que ambos componentes de la pareja estén presentes en la confrontación. El conflicto se ha creado estando juntos y juntos se lo resuelve. Quizás uno de los dos resiste pero la dulce firmeza del educador es ya una actitud terapéutica que clarifica a qué nivel mínimo de implicancia es posible establecer una relación educativa y dónde se podrá buscar la solución. Aún una sola frase, dicha con claridad, puede transmitir la importancia del trabajo a realizar juntos: «Puedo entender cuánto su marido dude en acompañarla, pero su punto de vista es esencial para entender todas las facetas de la situación de la que Usted me habla. Por eso, transmítale Usted misma mi invitación. El parecer de su marido nos interesa mucho». Con una frase de este tipo se manda, por los menos, dos mensajes a dos personas diversas. Al marido (que, si no viene, se sentirá dejado fuera) para informarlo de nuestro deseo de no querer hacer nada sin él. Y a la esposa (que quizás pensaba descargar todo el problema sobre el marido) de no querer comenzar una confrontación solamente con ella y con sus razones. No renunciemos demasiado fácilmente ante la fatídica frase «pero él/ella no quiere venir».

Aceptar el riesgo de ayudar... con calma

Que hayan venido justo a nosotros no es por acaso. Hemos sido elegidos como posible recurso para su relación; hemos sido considerados expertos⁵. Usando este término en sentido amplio, hemos sido reconocidos confiables y competentes. Confiables no solamente por serios y reservados, sino porque también estamos disponibles a acoger su confianza, dedicados desinteresadamente a la causa de su bien. Competentes, en cuanto capaces de entender e interpretar las situaciones, con suficiente experiencia, prontos a la comunicación, concedores de los posibles consejos. Estas u otras características, que los han llevado a la confianza, forman un substrato de «alianza», el crédito de partida, sobre el cual se juegan los primeros contactos. También podría tratarse de una confianza secundaria (un amigo que ha indicado nuestro nombre), pero, por el simple hecho de haber sido asumidos por la pareja, esta confianza es significativa para iniciar bien el acompañamiento.

Nombrados educadores en el papel, nos encontramos teniendo que afrontar, antes o después, cierta «ansiedad de rendimiento». ¿Estando a la altura? ¿Sabremos responder a sus pedidos? ¿Lograremos entender bien el

4 P. WATZLAWICK, *Pragmatica della comuncazione umana*, Astrolabio, Roma 1971, p 129.

5 Nos referimos no solamente a aquellos que son profesionales expertos en el campo de las dinámicas familiares sino también a aquellos que para la pareja desempeñan una determinada ayuda: sacerdote, educador en la fe, pareja amiga, referente de grupos familiares, etc.

problema? ¿Qué hacer para no agravar la situación?⁶.

Creo que aquí puede ser válido lo que se dice a los padres demasiado preocupados por hacer todo bien por los hijos: los hijos tienen necesidad de tantas cosas pero ciertamente no tienen necesidad de padres que tengan continuamente sentido de culpa. De hecho, educar significa arriesgar. ¿Y si el pedido fuera realmente superior a nuestras posibilidades? La propuesta para un futuro itinerario con otro educador más competente no tendrá el significado de «lavarse las manos». Queda la necesidad de una acogida inteligente y la disponibilidad para permanecer actualizados, dando el aporte que somos capaces de dar (tal vez recibiendo indicaciones de la persona más competente, de modo tal de no interferir en forma destructiva en el bien de la pareja).

La diferencia entre un amigo-confidente y un educador está también en esta capacidad de hacerse cargo de la propia preocupación (ansiedad) y dirigirla hacia el bien. Si un padre tuviera que reaccionar a las «tormentas» del hijo dejándose, también él invadir por el pánico o comentando con sarcasmo y rabia, arriesgaría de descargar sus frustraciones y de no entender aquellas más profundas que están en la base del comportamiento de su hijo.

Para partir con el pie justo es fundamental cargar dentro de sí el propio malestar y el de los otros, elaborarlo y restituirlo en forma más clara y constructiva. La pareja se sentirá dentro de un «espacio seguro» donde no hay sentencia, sino colaboración para enfrentar las dificultades. Y no menos importante aún, se sentirá asegurada por una actitud fuerte y calmada que re-ordena el conflicto dentro de un cuadro más amplio y objetivo. Si el educador no se asusta, también la pareja percibirá inmediatamente, sin tener que decirlo, que también ella puede afrontar con más calma lo que a primera vista parecía insuperable.

«Recuerdo la impresión positiva que, a dos recién casados, le dio la actitud preocupada pero no asustada de su párroco, cuando le contaron con un evidente estado de desilusión que la vida de todos los días era menos romántica que las jornadas pasadas juntos cuando eran novios. Problema irrisorio para una oído externo, pero no para ellos que vivían, simbólicamente, la novedad como ruptura del sueño de una convivencia sin conflictos. Hacerse cargo seriamente de su malestar por lo que significaba (y no solamente por lo que parecía) y devolvérselo a ellos con realismo y confianza, fue la ocasión providencial para encaminar su unión sobre una base más realista y profunda.

6 John WEAKLAND, psiquiatra americano, escribió lúcidamente: «Cuando una persona coloca un problema ante un asesor, éste se encuentra en una situación de gran poder. Muchos se sentirán mal ante la idea de tener tanta influencia (para bien o para mal) sobre sus clientes. Pero negar el poder que deriva del rol no sirve para anularlo, sive sólo para disminuir su control y su autodisciplina en situaciones que exigen, por el contrario, gran profesionalidad». (J.H. WEADKLAND – J.J. HERR, *L'anziano e la sua famiglia. Teoria e pratica dell'intervento psicologico*, La Nuova Italia Scientifica, Roma 1986, p.36.

Del «ya está todo hecho» al «algo se puede hacer»

Pareja en crisis no significa pareja terminada. Por cuan grave y arraigado esté el conflicto, existe siempre un modo diferente de afrontarlo y resolverlo.

Ayudar a intuir la plausibilidad de un itinerario renovado es uno de los servicios educativos más grandes. Terminar un coloquio sin haber resuelto ninguno de los tantos puntos controvertidos que fueron presentados puede ser comprensible, aceptable y en muchos casos bastante frecuente. Pero dejar que la pareja se vaya sin haber transmitido una posibilidad, aún si débil, de esperanza, es deletéreo. Solamente la esperanza mueve el deseo, que es el alma de todo nacimiento y maduración. Se trata, evidentemente, de una esperanza no consoladora ni poco realista, sino fundada e inferida de la misma situación observada en dos modos diversos: por la pareja con una mirada solamente trágica; por el educador con una mirada que reanima.

«Paula y Luis. Engaño clandestino de él pero ahora descubierto. El día después. Para Paula es hasta demasiado fácil leer cada signo de Luis con sospecha y desconfianza: «¿será aún capaz de mentirme? ¿O son sus gestos verdaderamente sinceros?» No menos angustiantes son los pensamientos de Luis: «¿Podré un día rehabilitarme ante sus ojos? ¿Estaré siempre bajo proceso? ¿Como podré demostrarle mi deso sincero de recomenzar?..»

Abrumados por sentimientos, se están perdiendo en el túnel del rescate. ¿Cuándo la prueba de confianza es verdaderamente concluyente? Terminada la prueba, ¿la confianza se repondrá? ¿Y si terminada la prueba, será la mujer quien se manifieste débil? Por esta senda las posibilidades de recuperación se vuelven siempre más esfumadas.

¿Por qué no partir de otra parte? Por ejemplo, establecer con cuál espíritu afrontar el problema antes de comenzar a hablar de él. ¿Con el deseo de vengarse (Paula), de justificarse infinitamente (Luis), de calcular quién en la relación había, hasta ayer, ganado más puntos (ambos), o con el deseo de entender y de iniciar un mejor entendimiento? ¿Con los lamentos, «Pero, ya no será como antes!» o con el alivio de «Finalmente, esperamos que no sea como antes»? Engaño: ¿trama para retejer o cuchillo para apuñalar?

Hacer ver la posibilidad de una acercamiento diverso no quita el cansancio que seguirá, el de poner el dedo en la llaga y expresar los sentimientos negativos que ha dado a luz. Sin embargo, ofrece una perspectiva más amplia, el «espacio seguro» para renovar una relación, no obstante la traición, más profunda de cuanto haya sino hasta aquel momento.

El conflicto no es solamente signo de muerte, sino también semilla que se marchita para una nueva experiencia que está germinando. Paradojalmente la virulencia de la traición permite traer a la luz un malestar que muy probablemente se arrastraba desde hacía tiempo. Era la punta de un iceberg con su dosis de

hielo bajo el agua que las gélidas corrientes habrían agrandado siempre más. Clarificar en forma inteligente y orgánica lo no visto y lo no dicho, sin hacer prevalecer los resentimientos y las humillaciones, es el desafío del educador.

El *setting* educativo

Definido el estilo con el cual acoger a la pareja, se trata de colocar un encuadre sabio (*setting* terapéutico⁷) al acompañamiento. Dada por adquirida la presencia de ambos cónyuges, se trata ahora de gestionar lo mejor posible los primeros pasos de la relación educativa⁸.

- La primera buena regla es la de permitir a ambos de exponer su propio punto de vista y de escucharse recíprocamente. El educador debe cuidar que no exista una fuerte preponderancia verbal de un componente de la pareja sobre el otro. Todos tiene igual dignidad y al mismo tiempo razones serias y motivadas para describir el conflicto según su punto de vista. El educador lo transmite con su actitud. Mantiene una sana equidistancia para no dejarse seducir por uno u otro, no porque sea árbitro de un partido entre cuadros rivales sino porque quiere que el diálogo tenga por centro el bien integral de la pareja, dictado por la lógica del «nosotros», y no para vencer, seducir, poner al otro contra la pared. Con calma y con firmeza, es útil poderlo explicitar aún en el diálogo, especialmente si uno de los dos exagera en verborragia y tiende a manipular la discusión: «Hemos escuchado con gusto sus preocupaciones, ahora es necesario que juntos escuchemos como su esposa ve los hechos».
- También el clima emotivo de la discusión, aún si encendido en los contenidos, nunca debe caer en exageraciones de rabia o resentimiento, menos aún en formas de rigidez (silencios, caprichos claramente agresivos, llantos de victimismo...). Se debe evitar sobre todo el juego del «¿De quién es la culpa?», donde uno de los compañeros usa las propias razones casi exclusivamente para convencer de la total culpa del otro. A parte del hecho que la culpa no es nunca de uno solo, un juego de este tipo no lleva a ninguna parte y no hace más que levantar un muro aún más alto entre los dos. Mejor el juego de las expectativas, es decir, utilizar una nueva modalidad de comunicación. El educador podría decir: «Ahora que sus razones son

7 Por *setting* se entiende «un contexto de investigación... , un área espacio-temporal vinculada por reglas que determinan roles y funciones en forma de poder analizar el significado afectivo de las experiencias del paciente». (U. GALIMBERTI, *Setting*, en *Enciclopedia di Psicologia*, Garzanti, Torino 1999, p 962).

8 G. GILLINI – M. ZATTONI, *Un'ipotesi di consulenza formativa. Il counseling per l'operatore familiare*, Franco Angeli, Milano 2000, pp 31-88.

claras, y se han actualizado recíprocamente sobre sus incoherencias, prueben a dirigirse directamente el uno al otro, antes que a mí, mírense en los ojos y digan en forma positiva las expectativas y los deseos que quisieran realizar juntos. En vez de razonar usando el pasado (la culpa) prueben a imaginarse un camino hacia el futuro (expectativas)». Esta forma de afrontar el conflicto no es tan inmediata para la pareja (si lo fuera, habría ya resuelto su problema), y el educador se encontrará otras veces teniendo que llevar el diálogo a una dimensión propositiva. Pero su acción es necesaria para liberar toda la energía sana, a menudo demasiado sofocada por el resentimiento (afecto negativo) y por el entramado de las motivaciones (rigidez de contenidos).

- A este punto quedará siempre más al descubierto un elemento central para el futuro éxito positivo: ¿hasta qué punto la pareja está disponible a jugarse en una relación cuya forma cambia? «¿Cuánto estamos dispuestos a cambiar por el bien de nuestro matrimonio? ¿Cuánto crédito de confianza coloco en el otro? ¿qué tanto me interesa el «nosotros»? Aquí está el núcleo de su relación afectiva y la palanca para alzarla. En un entramado de miradas y de palabras el educador advierte cuánto «residuo afectivo» queda en la pareja. Si lo hay, y ambos se dan cuenta de su presencia, el trabajo sucesivo aparece prometedor. Se impone poco a poco, en el mejor de los casos, una especie de alianza afectiva, que coloca a la pareja no en oposición, sino el uno al lado del otro junto al problema. El diálogo toca finalmente el nivel afectivo, no solamente el lógico racional, y la relación se hace más abierta y acogedora, las energías más disponibles, la complicidad más real. Poner en movimiento este proceso no siempre es algo fácil, los estadios de incompreensión pueden ser numerosos, las rigideces vinculadas a tantos hechos pasados pero re-elaboradas, los tentativos fallidos numerosos y repetidos.
- Aún a partir de esta última consideración mejor evitar la tentación del pasado. Si nos ponemos a desenterrar arriesgamos de perdernos en los meandros del «Te lo había dicho! ¿Viste que era tu culpa? Si hubiera hecho, dicho..., ahora no estaríamos en esta situación». Todas frases en sí mismas justas y justificadas, pero con potencial cero para el crecimiento porque empujan instintivamente la mirada a la causa, a la culpa, al resentimiento. Mejor focalizarse en el presente, ver el aquí y ahora de la relación. ¿Qué está sucediendo hoy? ¿Cómo enfrentamos el conflicto? ¿Cuáles soluciones, generalmente, privilegiamos? ¿A qué nivel está el bloqueo? ¿Qué sentimientos probamos?... Estas y otras preguntas estimulan la búsqueda en la dirección de una confrontación que sea inmediatamente propositiva sin perderse en la psicogénesis de los conflictos. Esta última, si bien es más oportuna en el acompañamiento individual, a menudo se revela deletérea en el trabajo con la pareja.

- Focalizarse en lo cotidiano, en lo concreto y actual, es una vía más útil para darse cuenta del estilo de vida, sano o enfermo, que la pareja se ha dado, quizás sin aún haberlo decidido explícitamente. Por la forma de gestionar la casa (¿siempre vacía?), decidir las visitas a los parientes (impuesto que hay que pagar cada Domingo), organizar el tiempo libre (¿una vez como dices tú y otra como digo yo?), ir a buscar los hijos a la escuela (yo no, porque no puedo; tu sí, trabajas menos que yo), usar los ahorros (los propios para sí y el resto, si queda, para todos), estar delante de la TV (¿quien tiene el poder del control remoto?), y desde todo lo otro que sucede en una jornada, es posible darse cuenta qué tipo de film la pareja está filmando. En la *routine* de una jornada están presentes todos los referentes de valores y todas las modalidades comunicativas de la familia. Cada gesto afectuoso, como cada pelea, si es leído con una lupa y sin perderse en el detalle de la crónica, revela las cuestiones fundamentales de nuestra personalidad, nuestros principios, y la idea profunda que nos hemos hecho de nuestra relación de pareja. Elegir dónde ir de vacaciones puede parecer un problema banal. En cambio, aún en la gestión de las preferencias (para el mar o para la montaña), se revela la disponibilidad a invertir en el «nosotros» familiar, se clarifica el espacio reservado a la gestión de la propia autonomía y/o dependencia en relación al otro, se entiende cuánta participación afectiva está implicada. El proceso parte desde lo banal y provoca hasta tocar lo que en él es substancial para volver, en forma consciente y re-elaborada, una vez más a lo cotidiano.
- Nada de tocata y fuga. Siempre hemos hecho referencia a una relación de acompañamiento. No parece posible, si no en casos particulares, ayudar a una pareja (en crisis o no) sin una confrontación que prevea un camino de varios encuentros. Es siempre oportuno definir, desde el inicio, un itinerario sobre el cual poder evaluar los pasos hechos y aquellos a cumplir sucesivamente. El «muerdes y te fugas», de ambos (educador y pareja), quita la responsabilidad y la disponibilidad al cansancio, necesarias para una confrontación verdaderamente educativa.