

RELATO DE UNA PSICOTERAPIA DE PAREJA: MI HISTORIA, LA DE ELLA, LA DE ÉL. Una viñeta clínica¹

María D. Cabrelles Sanz²

El entramado de un proceso de psicoterapia de pareja, abordado desde las diferentes perspectivas de los integrantes del mismo, sirve de marco para describir elementos clave que encontramos con frecuencia en un proceso psicoterapéutico enmarcado en el psicoanálisis relacional. Momentos ahora que dan paso a momentos de encuentro sustentados por una actitud mentalizadora de los afectos y el desarrollo de la auto-reflexividad. Además, se ponen en relación conceptos de la Psicoterapia Dialyctica de Luis Cencillo con la Teoría de los sistemas dinámicos no lineales.

Palabras clave: Terapia de pareja, momento ahora, momento de encuentro, mentalización y sistemas dinámicos no lineales.

The interweaving of the process of a couple's therapy, tackled from the constituents' own perspectives, makes up a framework to describe the key elements that we frequently find in a psychotherapeutic process under relational psychoanalysis. Moments now that lead to meeting moments underpinned by a mentalizing attitude towards the affections and the development of self-reflexivity. Moreover, some concepts of Luis Cencillo's Dialytic Psychotherapy are correlated with Nonlinear Dynamical Systems Theory.

Key Words: Couple therapy, now moment, moment of meeting, mentalization and nonlinear dynamical systems

English Title: The story of a couple psychotherapy: My story, Hers, His. A clinical vignette.

Cita bibliográfica / Reference citation:

Cabrelles, M.D. (2018). Relato de una psicoterapia de pareja: Mi historia, la de ella, la de él. Una viñeta clínica. *Clínica e Investigación Relacional*, 12 (2): 355-372. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.info] DOI: 10.21110/19882939.2018.120209

¹ Versión revisada del trabajo ha sido leído como comunicación en las V Jornadas de Psicoanálisis Relacional, organizadas por el Instituto de Psicoterapia Relacional en el Real Sitio de La Granja de San Ildefonso (Segovia), los días 23 y 24 de febrero de 2018. Toda la información personal ha sido adecuadamente protegida y se han obtenido por la autora las autorizaciones pertinentes. El texto incluye las ilustraciones de apoyo para la presentación realizadas por Paco Gresa Mottilla y María D. Cabrelles.

² Psicóloga Especialista en Psicoterapia por la EFPA/COP, Psicoterapeuta psicoanalista formada en IPSA-Levante, Psicóloga general sanitaria, Máster en psicoterapia breve, Especialista en Psicología Clínica y de la Salud, miembro de IARPP. Docente en la formación de Adicciones Amorosas y Problemáticas de Pareja en IPSA-Levante. e-mail: mariadcs@cop.es

Cómo estar en el mismo lugar y ver y vivir experiencias diferentes.

Narrativa de una psicoterapia de pareja.



Mi historia

Era el primer día de psicoterapia. Miro la agenda, ¿quién viene ahora? Una primera sesión de terapia de pareja. ¡Ah!, ¡Sí! Recuerdo cuando Él llamó para pedir cita, parecía amable y entusiasta. ¿En qué mundo me voy a adentrar?

A pesar de que son unos pensamientos habituales antes de conocer a un nuevo paciente, en terapia de pareja la expectación es mucho mayor. En esa primera sesión me permito conscientemente sentir la relación, si sienten que hay algo realmente valioso por lo que luchar, si siento el amor entre ellos, si esa terceridad que es la relación en sí tiene peso específico o si, por el contrario, buscan el permiso de una autoridad para separarse.

Con todos los sentidos abiertos y atentos y con mi mejor sonrisa les doy la bienvenida, mientras además observo la comunicación no verbal: cómo hablan entre ellos, cómo se miran, cómo se comunican, cómo se mueven, cómo y dónde se sientan, cómo me miran, qué miran...

Ambos entran con una amplia sonrisa, alegres, esperanzados, ilusionados. Me sorprende gratamente. El self que la pareja trae en un primer momento es el de la mirada nueva, la mirada que los niños con ganas de aprender cosas nuevas tienen en su primer día de cole, primer día de lluvia, primer día de playa. Abiertos a lo que la psicoterapeuta les pueda ofrecer, miran con curiosidad cada detalle, los títulos, los libros, las texturas, la mesa de madera encerada, el olor a cera, a incienso, a mí.

Ella y Él, una pareja en la que ambos rondan los 55 años de edad, inician la entrevista mostrando bienestar y jovialidad. Son padres de dos hijos a punto de dar el salto a la vida adulta en cuanto a lo laboral y la vida de pareja.

¿Qué es lo que traen? ¿Qué es lo que muestran? Aquello que sienten que han perdido y anhelan recuperar, o quizás aquello que nunca tuvieron. No entienden por qué se les escapa de las manos, no entienden por qué aun rozándolo con la punta de los dedos acaba convirtiéndose en una ilusión frustrada, en angustia, en miedo, en soledad, en incompreensión y oscuridad: porque tú... porque él... porque ella...



Sin darse cuenta de que es porque cada uno de ellos aprendió a verse de determinada manera, a relacionarse con el mundo de una forma y no de otra, de mantener la cercanía del otro y de afrontar y resolver el conflicto como lo aprendieron de sus figuras de referencia, de sus cuidadores primarios. Esto es, de su propio *sistema de apego* y de *los modelos operativos internos* que desarrollaron a partir de ellos y que perduran en la vida adulta (Bowlby, 1989). Sistemas y esquemas que mantienen, a pesar de que en muchas ocasiones no sean operativos ni funcionales, porque en origen les ofrecieron garantía de supervivencia (Bowlby, 1969). Sistemas y esquemas que se mantienen porque además tienen un sustrato neurológico, se han convertido en el camino más seguro y más corto a través de todas las interacciones originales, fibra neuronal a fibra neuronal se ha ido creando un huso de fibras, una autopista de seis carriles que garantiza la supervivencia.

Siendo esto así, ¿por qué razón voy yo a cambiar la seguridad, aunque profunda e insondablemente angustiada, por un camino nuevo y desconocido? ¿cómo me voy a atrever a asomarme a una nueva ruta, a mirar el mapa de mi relación de otra manera? O lo que es peor

¿cómo voy a atrever a verme con otros ojos, a mirarme desde otro punto de vista, a cuestionarme para luego validarme?

Si a esto añadimos creencias inamovibles sobre sí mismos, sobre cómo estar en pareja, lo que es aceptable y lo que no dentro de una relación, lo que debería ser y no es en vez de lo que somos y a dónde podemos llegar..., *las condiciones iniciales, los atractores, los mantenedores* (Guerra, 2013; Coderch y Plaza, 2016).



La historia de Ella

Ella tiene estudios básicos y además de las tareas del hogar, realiza trabajos remunerados esporádicos. Él trabaja por cuenta ajena en una empresa de servicios. Relatan que, a lo largo de su historia, han tenido muchos altibajos, muchas crisis.

De una manera lineal Ella cuenta cómo no se fía de Él. Dice: "Miente, miente mucho... y no sé por qué lo hace porque siempre le pillo". "Siempre soy yo la mala...", "Dicen que siempre estoy enfadada".

Siempre se ha sentido relegada. Dentro de su propia familia se siente aislada, sin lugar, marginada. Presenta ambivalencias como anhelar la cercanía y el reconocimiento a la vez que miedo al rechazo, así que se anticipa con actitudes de escepticismo, hipervigilancia y una actitud defensiva. Desea intensamente una vida laboral que le haga sentir que aporta económicamente a la familia y que le dé independencia económica pero, cada vez que lo hace, se enfrenta a la imagen que tiene de sí misma, a su falta de formación, a su propia imagen física, teme el rechazo, teme el fracaso y se paraliza.

La paciente relata cómo las amistades siempre le fallan, siempre acaban dejándola de lado, le decepcionan, eligiendo a otras amigas por delante o por encima de ella. Finalmente, la pareja no tiene amigos ni relaciones sociales consolidadas habituales.

No nos puede extrañar que cuando nos habla de su familia de origen declare que siempre ha habido un agravio comparativo por parte de un padre narcisista con respecto a ella frente al resto de los hermanos hombres. El objeto de las miradas y las actitudes de reconocimiento paterno siempre ha sido hacia los hermanos y sus familias. Ella no ha sentido esa mirada paterna que te da un lugar, que te hace sentir que perteneces.



La fractura narcisista del self (Kohut, 1971) que puede llegar a provocar esa falta de mirada, de contacto, de atención, de sentirse escuchada, de valoración y de pertenencia han permitido que el *desfondamiento radical original* (Cencillo, 2002; Guerra Cid, 2013), en vez de cubrirse, llenarse y nutrirse en la interacción con el otro, se haya convertido en un "agujero negro" insondable, en un vacío oscuro y profundo que engulle todo atisbo de luz. En parte es una niña pequeña, asustada y enfadada, hambrienta de mirada. Esa parte de su self se fracturó, no creció, sigue ahí, herido y solo.

Su familia de origen, como primera *estructura de acogida* fue la *matriz relacional socio/cultural* (Coderch y Plaza, 2016) donde Ella aprendió de sus padres, donde ellos le señalaron, quién era Ella (Bromberg, 2011), donde Ella supo cuál NO era su sitio, y de qué NO era merecedora.

Así, el sistema de apego que desarrolló en la infancia fue un apego inseguro ansioso ambivalente. Ahora de adulta, en base a ese estilo de apego, tiene un modelo interno de trabajo (Bowlby, 1989) que hace que siempre esté preocupada rumiando sobre los agravios

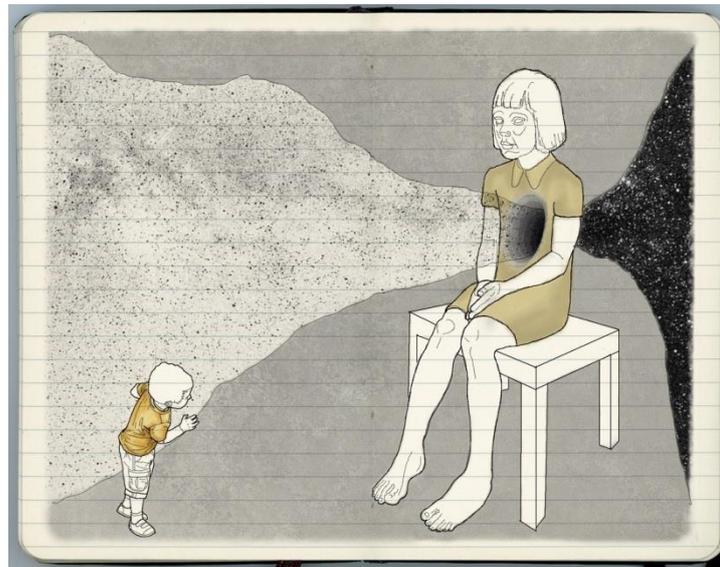
relacionados con el apego. Esto le impide, en ausencia de una base segura, la exploración y el disfrute.



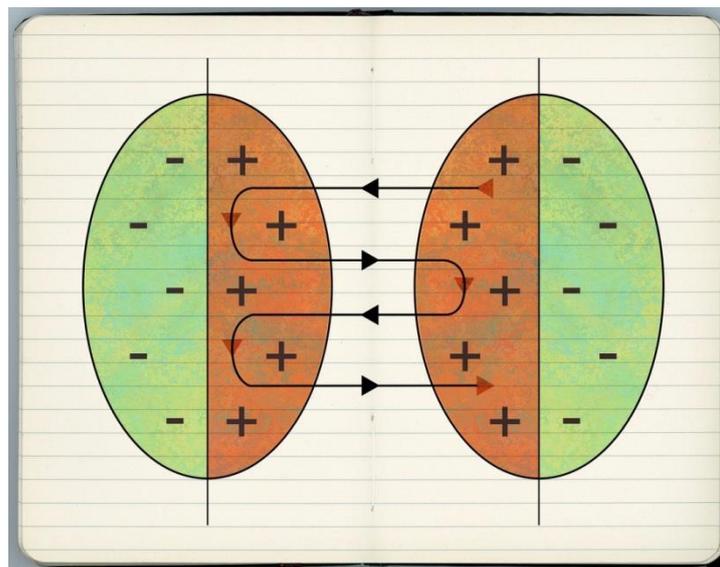
La historia de Él

Él es amable, alegre, complaciente y temeroso. "No sé cómo atinar...", "No sé qué decir...", "Me bloqueo...". Tiene un aire despistado y jovial, ante la adversidad social y emocional empequeñece, cuando anticipa un obstáculo en el ámbito relacional en relaciones asimétricas se encoge, se esconde, se camufla o miente. Ese es su sistema de apego, un apego inseguro evitativo.

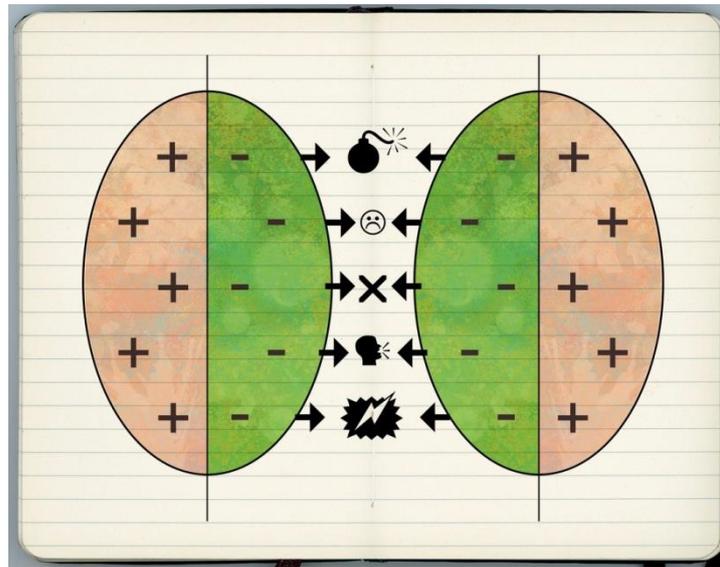
Parfraseando a Descartes sonriendo dice: "Pienso, luego la cago". ¡Claro! Si dice, porque dice; si calla, porque calla; siente que haga lo que haga, diga lo que diga no tiene salida, va a haber fiscalización y penalización. Entonces, ante la duda, se bloquea y miente; pequeñas mentiras, pero Ella las detecta todas, aunque no las interpreta bien. Lo que detecta es el temor, lo esquivo, y la reacción ante eso es la activación de su propio miedo, de su agujero negro.



Teniendo en cuenta los estilos de apego individuales de cada uno de los miembros de la pareja, la dinámica relacional que se establece entre ellos es: en períodos fértiles, de bonanza, en los que cada uno de ellos muestra la mejor versión de sí mismo todo va bien, muy bien.



Pero, en cuanto aparece la ansiedad y empieza a circular por el subsistema conyugal (Minuchin, 2004) o, yendo más allá, por este suprasistema (Coderch y Plaza, 2016) que conforman esta diada amorosa, el conflicto está servido, se activan las alarmas y los sistemas de emergencia. ¡Objetivo sobrevivir! El estilo de apego original se dispara automáticamente, la amígdala toma el mando y todas las defensas se ponen en guardia.



Resultado: Ella, ante el peligro de ser rechazada, relegada y ninguneada activa un depurado sistema de hipervigilancia que detecta todo movimiento sospechoso del otro: respiración alterada, mirada esquiva, manejo del móvil, silencios, señales, omisiones..., ¡¡¡MENTIRAS!!! Al mismo tiempo, él torpemente, como un niño pequeño que cuando está aprendiendo a caminar pretende vanamente mantener el equilibrio, con miedo, con mucho miedo, intenta actuar con normalidad limitando sus movimientos, esquiva la mirada, contiene la respiración y la expresión de sí mismo, asustado, sintiendo que el peligro está al acecho. A partir de ahí todo son literalmente malentendidos.



Una vez que se ha declarado el "estado de excepción" los apegos primarios se activan con una fuerza inusitada, con la fuerza de un tornado que lo arrasa todo, con la fuerza de la "certeza",

del "conocimiento fehaciente de la realidad". Esa sería la fuerza con la que se activa el modo de *equivalencia psíquica* en términos de mentalización (Fonagy, 2002). Ella "sabe" que Él ha mentido, Ella sabe que está en lo cierto y, siendo así, eso "significa" que Él oculta algo, algo grave, algo importante que la pone a Ella en peligro, en evidencia, que la traiciona.

En Él, de forma automática se ha activado también el modo de equivalencia, de modo que "sabe", "espera" y queda atento y alerta a todo signo de enfado silencioso, de actitud de reproche, incluso de amenaza explícita de abandono y separación. Cierto es que en otros momentos una actitud sombría por parte de Ella, en base a cansancio, tristeza o urgencia activan en Él esa desajustada respuesta de alerta y temor y se desencadena la tormenta, en este caso, activada desde otro punto.



Ignorantes, ajenos e inconscientes a la *trama interactiva* en la que se encuentran inmersos, en la que el efecto de la interacción del uno sobre el otro y del otro sobre uno se convierte en una mutua des-regulación de los afectos. Es como si en situaciones de tensión entre ellos se activara un *estado atractor* de angustia, sospecha, y alerta ante los movimientos del otro en el que el self de ambos se desregula.

De esta manera, nos encontramos con una pareja disfuncional, una *díada interactiva* (Coderch y Plaza, 2016) en la que queda manifiesta la mutua influencia desreguladora que ejercen el uno sobre el otro, incapaces de resolver los conflictos, con temas y acontecimientos de su historia tabuizados. Posiblemente la clave del conflicto en la relación de esta pareja sea la *condición inicial de desfundamiento radical* (Guerra, 2013). Ella idealizó un fundamento y una plenitud que por fin la alejaba de una inmensa soledad existencial nunca cubierta, esa expectativa le proporcionó una vitalidad y una alegría desbordante, por fin las *demandas de acogida y de apego*

seguro iban a ser satisfechas (Coderch y Plaza, 2016). Y eso es lo que le enamoró a Él: la ligereza, el chisporroteo de la alegría de sentirse viva, la despreocupación, la mirada no fiscalizadora.

Nada más lejos de la realidad...

A lo largo de todo el proceso psicoterapéutico entiendo que han ido cambiando muchas cosas, ha habido momentos clave en la psicoterapia.

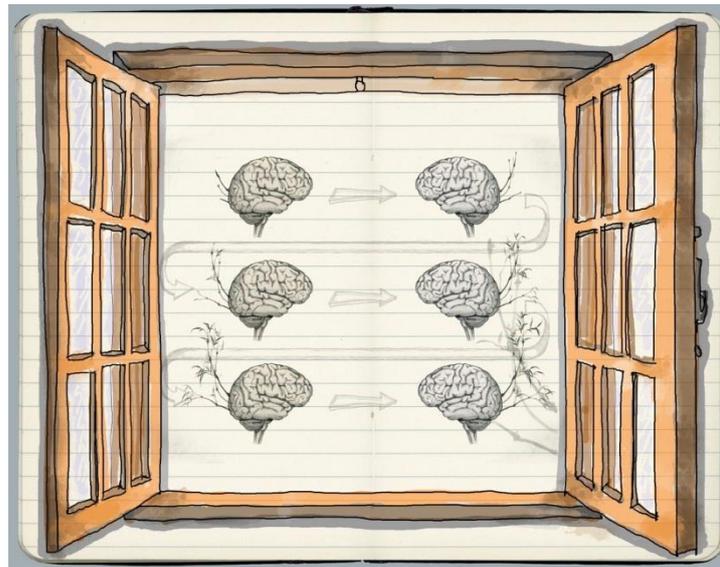
Momento ahora, momento encuentro y cambio con Ella

Cuando en un momento determinado en la psicoterapia, en sesión individual de repente Ella se da cuenta de que Él me ha mentido a mí también, fue puntualmente devastador. Ese fue un momento crítico de conexión emocional paciente/terapeuta y a la vez una ventana en la psicoterapia. En un momento ahora hubo una *conexión emocional* (Riera, 2011) en la que Ella sintió que yo sentí lo que ella siempre sentía en esos momentos críticos: desconcierto, vértigo y enojo. Y es cierto que sí, que pude sentirlo, a modo de una violenta ráfaga de viento helado que por un instante me desequilibró. Tuve miedo de que todo el trabajo terapéutico se echara a perder. Me recompuse intentando imaginar y pensar sobre los pensamientos y los sentimientos que le habían llevado a Él a tener esa actitud. Ese momento de conexión, ese *momento ahora*, posibilitó que Ella se sintiera comprendida, Ella me sintió en su piel.

Ávila Espada (2005) describe muy bien ese momento:

Si "atrapamos" ese momento ahora, por ejemplo, respondiendo de una forma personal, específica y auténtica (por parte de paciente y analista), puede convertirse en un momento de encuentro. Y ahí radicaría su potencialidad transformadora, haber aprovechado la posibilidad de capturar el instante que "nos atraviesa a los dos". (p. 203)

Y así fue cómo ese *momento ahora* dio paso a un *momento encuentro*. La autorregulación que ella percibió en mí, le sorprendió y le ayudó a heterorregularse. Una vez asentado ese retorno al equilibrio emocional es cuando, *in situ*, nos dispusimos juntas a intentar entenderle. Juntas, mediante la mayéutica co-elaborativa de la que hablaba Cencillo, mentalizando los afectos propios y los de Él, comprendimos y entendimos el porqué.



Fue una sesión reveladora y sanadora. Como esa sensación después de una gran tormenta de verano en la que de repente el cielo se vuelve oscuro, se cierra y después de una descarga de lluvia tormentosa el cielo se despeja, el aire está mucho más limpio que antes, se percibe el aroma a tierra mojada y la luz de sol brilla más.



A partir del insight de Ella se produjeron varios efectos acumulativos. Por un lado, un *efecto injerto* (Cencillo, L., 1977 y 1988; Guerra Cid, 2011 y 2012) que en este caso proporcionó a la paciente una vivencia de su pareja diferente desde la perspectiva de su analista. En ese momento clave, ese momento ahora, de conexión emocional con la paciente, en ese *momento ventana* con Ella, de alguna manera sus ojos estaban más abiertos, sus sentidos más perceptivos, su sistema de neuronas espejo activado y el proceso de recuperación que ella

sintió en mí se lo llevó de alguna manera injertado. Es como si mediante la *simulación encarnada*, a través del sistema de neuronas espejo (Gallese et al, 2007), ambas respirando la misma relación implícita compartida, nos hubiéramos sentido comprendidas mutuamente, yo la vi y Ella me vio y juntas pudimos verle a Él.

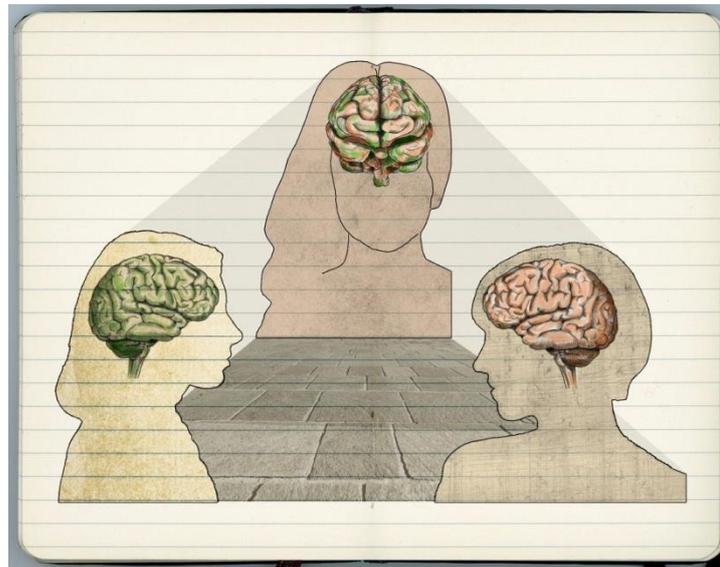
Por otro lado, se produjo un *efecto modulativo* (Cencillo, L. 1977; Guerra Cid, 2012) a través de una heterorregulación emocional en la que, ambas, paciente y terapeuta nos influimos mutuamente. De la misma manera que mi actitud autoregulada, la consciencia y la reflexión sobre la emoción sentida, le ayudó a heterorregularse; sentir cómo se calmaba su indignación, cómo se sosegaba, cómo mentalizaba y conectaba con mi emoción, permitió que el residuo de la fuerza centrífuga del vendaval emocional inicial que quedaba en mí, se suavizara hasta convertirse en una suave brisa. Parecería que ese proceso heterorregulador estuviera sustentado en una serie de *simulaciones encarnadas o corporeizadas* (Gallese et al, 2007) consecutivas, a través del sistema de neuronas espejo (Gallese et al, 2007; Rizzolatti y Sinigaglia, 2006), por parte de las dos integrantes de la díada terapéutica. Y es ahí donde radica la eficacia del psicoanálisis relacional, en esta regulación mutua que deviene de la conexión emocional entre paciente y terapeuta (Coderch y Plaza, 2016).

Quizás ahí ambas tuvimos un destello de *auto-reflexividad* (Aron, 2004) en la que utilizamos a un tiempo nuestra propia e individual dialéctica con nuestros propios self a la vez que desplegamos la capacidad de regulación mutua y, de este modo se produjo un cambio en el conocimiento relacional implícito de la terceridad que era la relación terapéutica en sí.

Ese *momento de encuentro* fue crucial en el proceso terapéutico, hubo un antes y un después, se produjo un *salto de resorte* (Cencillo, 1988), un salto cualitativo hacia adelante en el proceso psicoterapéutico (Guerra Cid, 2012).

Raimundo Guerra define así el momento de encuentro (2012):

Un momento puntual (...) que se produce en terapia, si tiene un plus más de intensidad y si es correctivo dentro de una sesión produce un momento ahora que a su vez puede instaurarse como un profundo momento de encuentro (moment of meeting), produciéndose entonces un cambio en el conocimiento relacional compartido y en el self procedimental (Guerra Cid, 2011b). Esto conlleva, entre otras consecuencias, variaciones en la manera de estar con otro y una amplificación en el sentimiento del sí-mismo. (p. 534)



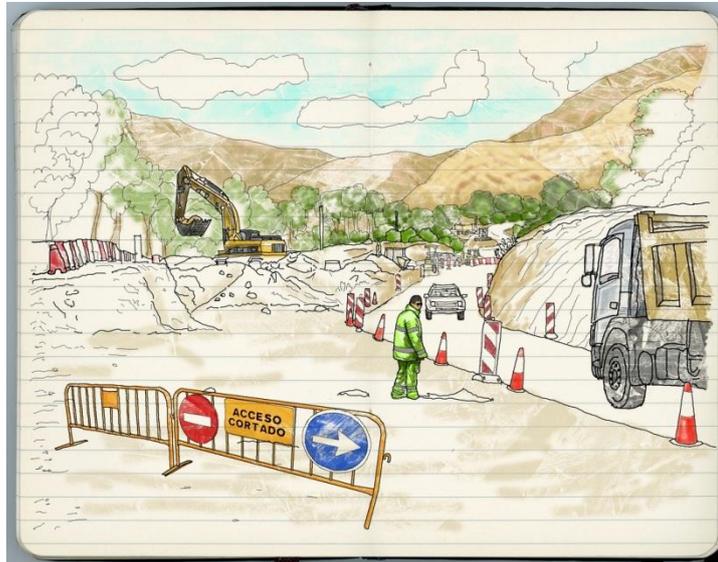
La explicación que se hace desde la Teoría de los Sistemas dinámicos no lineales es que estos saltos cuánticos se producen de repente por efecto de la acumulación y sí, si hablamos de conexiones neuronales, no me cabe la menor duda... acumulación de caminos neuronales, huso de caminos neuronales.

Ahora bien, otra imagen que me viene a la cabeza es el rótulo: "En Construcción"; como una página web a la que no se puede acceder hasta que los informáticos han acabado de programar sus algoritmos o como cuando nos encontramos un tramo de autovía en construcción.



Literalmente puedes viajar hacia un destino y durante meses, incluso años, encontrar bloqueada, en obras, un tramo de la "vía natural". Al llegar sólo vemos vallas amarillas,

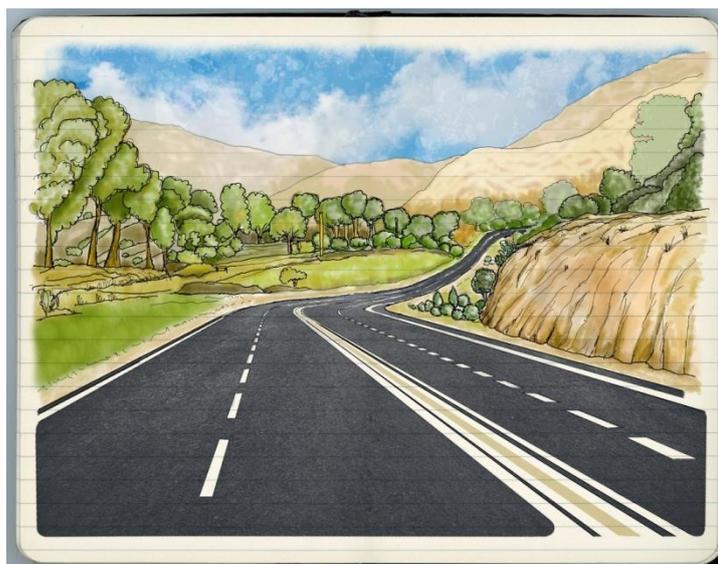
hombrecillos amarillos que paran y desvían el tráfico, camiones, materiales, escombros...
¡Caos!



Y, de repente, casi como por arte de magia, de la noche a la mañana, aparece una autovía de tres carriles, con un asfaltado deslumbrantemente perfecto y la pintura horizontal perfectamente delimitada.

De repente funciona, hemos ido muchas veces hasta ahí y el camino estaba cortado. Durante "demasiado tiempo" nos hemos tenido que desviar costosamente cuando queríamos llegar a nuestro destino. De repente ahora hay un camino claro que funciona, que es viable.

¿Cómo no lo había visto antes? Porque antes no estaba.



Momento ahora, mentalización e insight con Él

Cuando Él entendió en consulta por qué Ella no quería que contase sus proyectos a nadie. Cómo ella lo vivía como una traición y una deslealtad lo que él vivía como una revalorización de la imagen de ella. Por primera vez lo vio, la vio y se vio. Tras esa intervención se cayó el velo que tenía ante sus ojos, como el telón de un escenario... su mirada era de... "ahora lo veo, ahora la entiendo, nunca lo había visto así...".

*Conclusión: "La aventura es la aventura. La aventura del vivir"*

Entiendo como psicoterapeuta psicoanalista que ese cambio en la mirada de cada uno de los miembros de la pareja hacia sí mismos y hacia el otro, ha pasado por el desarrollo de la capacidad de reflexión sobre sus pensamientos y sobre sus sentimientos (lo intrapsíquico), sobre lo propio del otro y sobre la relación en sí (lo relacional), desarrollando la auto-reflexividad (Aron, 2004). La base segura que les proporcionó la alianza con la terapeuta les permitió cuestionarse a sí mismos, cuestionar la veracidad de sus creencias, "sus verdades". Utilizando como trampolín esa base segura, construyendo una alianza terapéutica con su analista, conectando emocionalmente con ella, aprendieron a regularse primero en consulta y después en la relación, habiendo mejorado su conexión emocional, tuvieron la oportunidad de autorregularse y heterorregularse.

Quizás mientras estaba colgado el rótulo: "En Construcción" los integrantes de la trama interactiva estaban aprendiendo a distinguir lo que es propio y lo que es del otro, a ver la historia entendiendo las condiciones iniciales y los atractores que la sustentaban, entendiendo la dinámica relacional de la trama intersubjetiva en la que se encontraban inmersos, aprendiendo

a pensar en los pensamientos y en los sentimientos propios y los del otro, aprendiendo a mentalizar. Quizás sea este compendio de criterios entre otros el que integrándose en el self de cada paciente favorezca el desarrollo de un nuevo sentimiento de agencia, incluso de la ética autógena de la que hablaba Luis Cencillo. Quizás, en parte, los cambios individualizados que emergen en la vida de nuestros pacientes se deban al despliegue de esa nueva ética autógena que al integrarse en el self del sujeto lo transforma.

Ha sido una psicoterapia con muchos altibajos, incluyendo algún abandono temporal por parte de Ella. Finalmente, la opción más funcional fue tener sesiones individuales con ambos miembros de la pareja y puntuales sesiones conjuntas.

Ella se va haciendo cargo de su propio desfundamiento a la par que se ha vinculado con la terapeuta como una base segura. Esto junto con el desarrollo de la función reflexiva (Fonagy, 1999) le ha ido permitiendo estar menos defensiva en la relación. Siempre había estado centrada en cómo debería ser la relación en base a un modelo de pareja idealizado. Ahora, poco a poco, ha ido comprendiendo cuáles eran las condiciones iniciales reales de su relación y el papel que Ella jugaba en ella. Está más tranquila, menos alerta, ocupada con objetivos y proyectos propios que comparte con él con ilusión.

Por su parte Él ha hecho lo propio, mentalizar las actitudes y los afectos propios y los de su pareja. Eso le ha permitido ir sintiéndose cada vez más seguro, temiendo menos la reacción de Ella y por lo tanto estando más confiado. Siente que cuando lo necesita puede apoyarse y reposar en ella

Poco a poco, interacción a interacción, resolviendo conflicto a conflicto, camino neuronal a camino neuronal, la pareja se ha ido permitiendo afrontar las situaciones vitales con otra mirada, mirándose a sí mismos y al otro con más comprensión, con más compasión, sintiéndose de otro modo tanto individualmente como pareja.

Parafraseando al Dr. Guerra (2013) el crecimiento de la propia pareja, esa nueva experiencia de compartir, ha potenciado el crecimiento personal de ambos. Tanto es así que ambos han emprendido un nuevo camino a nivel laboral. Ahora falta ver cómo evoluciona la pareja, teniendo en cuenta la *interpenetración de los sistemas* (Coburn, 2002) individuales y de la pareja con los nuevos sistemas que aparecen en escena.

Eso sí, ahora lo saben. Les queda camino por recorrer, crisis, bucles y loopings, pero ya se permiten miradas, vías y esquemas alternativos de afrontamiento del conflicto.

Lo dicho: "La aventura es la aventura, la aventura del vivir".



REFERENCIAS

- Aron, L. (2004). La auto-reflexividad y la acción terapéutica del psicoanálisis. *Intersubjetivo: revista de psicoterapia psicoanalítica y salud*, 6(1), 39-57.
- Ávila Espada, A. (2005). Al cambio psíquico se accede por la relación. *Intersubjetivo: revista de psicoterapia psicoanalítica y salud*, 7(2). Recuperado de: <http://www.psicoterapiarelacional.es>
- Bowlby, J. (1969). *El Apego y la Pérdida*, vol. I: *El apego*. Buenos Aires, Argentina: Paidós [2009]
- Bowlby, J. (1989). *Una Base Segura. Aplicaciones clínicas a la Teoría del Apego*. Buenos Aires. Paidós.
- Bromberg, P.M. (2011). *La sombra del Tsunami y el desarrollo de la Mente Relacional*. Madrid, España: Ágora Relacional. [2017].
- Cencillo, L. (1977). *Transferencia y sistema de psicoterapia*. Madrid, España: Pirámide.
- Cencillo, L. (1988). *La Práctica de la Psicoterapia (de orientación dialytica)*. Madrid, España: Marova
- Cencillo, L. (2002). *Cómo Platón se vuelve terapeuta*. Madrid, España: Syntagma Ediciones.
- Coburn, W. (2002). A world of systems: The Role of Systemic Patterns of Experience in the Therapeutic Process. Recuperado de: icpla.edu
- Coderch, J. y Plaza, A. (2016). *Emoción y relaciones humanas*. Madrid, España: Ágora Relacional.
- Fonagy, P. (1999). Persistencias transgeneracionales del apego: Una nueva teoría. *Aperturas psicoanalíticas*. Recuperado de: <http://www.aperturas.org>
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. y Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of de self*. New York, USA: Other Press

- Gallese, V.; Eagle, M.; Migone, P. (2007). Entonamiento emocional: neuronas espejo y los apuntalamientos neuronales de las relaciones interpersonales. *Aperturas psicoanalíticas*, 026. Recuperado de: <http://www.aperturas.org>
- Guerra Cid, R.L. (2012). Acción terapéutica y cambio. Nuevos conceptos en Psicoterapia Psicoanalítica para el Siglo XXI. *Clínica e Investigación Relacional*, 6 (3): 528-547. [ISSN 1988-2939] [Recuperado de www.ceir.org.es]
- Guerra Cid, R. L. (2013). *El clavo ardiendo*. Barcelona, España: Ediciones Octaedro.
- Kohut, H. (1971). *Análisis del self. El tratamiento psicoanalítico de los trastornos de la personalidad*. Buenos Aires, Argentina: Amorrortu. [2007].
- Minuchin, S. (2004). *Familia y terapia familiar*. México: Ed. Gedisa Mexicana.
- Rizzolatti, G. y Sinigaglia, C. (2006). *Las neuronas espejo. Los mecanismos de la empatía emocional*. Barcelona, España: Paidós Ibérica
- Riera, R. (2011). *La conexión emocional*. Barcelona, España: Ediciones Octaedro.

Original recibido con fecha: 25/01/2018 Revisado: 11/03/2018 Aceptado: 30/04/2018