

CENTRO DE ESTUDIOS INTERDISCIPLINARIOS

UNIVERSIDAD NACIONAL DE ROSARIO

MAESTRIA EN PENSAMIENTO SISTEMICO

Crisis y creación. Reconstrucción de la relación en parejas separadas: Interacciones que facilitan u obstaculizan dicho proceso

Maestrando: Iván Soriano

Director: Dr. Saúl Ignacio Fuks

Codirectora: Mtr. Andrea Ércole

Rosario, mayo de 2026

Dedicatoria

Si para recobrar lo recobrado
debí perder primero lo perdido,
si para conseguir lo conseguido
tuve que soportar lo soportado,

Si para estar ahora enamorado
fue menester haber estado herido,
tengo por bien sufrido lo sufrido,
tengo por bien llorado lo llorado.

porque después de todo he comprobado
que no se goza bien de lo gozado
sino después de haberlo padecido.

Porque después de todo he comprendido
que lo que el árbol tiene de florido
vive de lo que tiene sepultado

Francisco Luis Bernárdez

A mi madre y hermanos, por ser calor y refugio;

a Juli, muchacha de miel,

con quien hemos caminado a través del fuego juntos;

a Ale, por su insaciable curiosidad;

a Male, por su desbordante pasión;

a Mate, cuya esperanza renueva la fe.

Agradecimientos

Y fue tanta la inmensidad de la mar,
y tanto su fulgor, que el niño quedó mudo de hermosura.
Y cuando por fin consiguió hablar, temblando, tartamudeando,
pidió a su padre: ¡Ayúdame a mirar!
Eduardo Galeano

Y la más importante que aprendieron es (…)
la mirada que se mira a sí misma mirando y mirándose,
que mira caminos y mira mañanas que no se han nacido todavía,
caminos aún por andarse y madrugadas por parirse.
Sub-comandante Marcos

A mis gigantes (si he logrado ver, ha sido porque me he subido a sus hombros):

A Coco: por su humilde accesibilidad, su contagiosa curiosidad y su estimulante generosidad. Por ayudarme a ver otro modo de ver, por habilitarme a descubrir la virtud de lo posible. Por ser carne de la sabiduría y espíritu de la pasión. Por permitirme volar, creer, crear, nacer.

A Andre: por su inexplicable amalgama de serenidad frente al caos y de agitación en la quietud. Por la maravillosa virtud de hacer simple lo complejo.
Por ser tierra firme y segura: por ayudarme a no desvariar, a no perder el norte y, sobre todo, a no enloquecer en la deriva.

A Mili: por su lúdica creatividad y su admirable tesón. Por ser ejemplo de apreciación. Por el genuino interés en su capacidad de curiosear. Por la ternura en su compañía.

A mi jardín de gente (los ojos, como la tierra: para quien los trabaja):

A Juli: alfa y omega; por ser principio y fin. Por tu admirable humildad en la apoteótica tarea de ayudarme a hacer el imposible espacio para encontrar lo que en mí estaba sólo en potencia. Por la sabiduría en la simplicidad de tu corazón: la que acepta y goza. Por ayudarme a querer ser mejor persona. Después de tantos lustros, la respuesta a la pregunta sigue siendo la misma: “You… I see you”.

A Ale, Male y Mate: por permitirme volver a nacer. Por ser serenidad en mi tormento, júbilo en mi florecer. Por regalarme una existencia que justifique todas mis existencias. Por ser brillo en mi mirada, susurro en mi escucha, amor en mis palabras. Gracias, por ensanchar mi alma.

A mi mamá: por ser el primer gran modelo de amor y entrega desinteresada. Por ser la silenciosa y paciente artífice de la fertilidad; por ser jardinera y amalgama. Por inocular en mí el suero de la tolerancia y la tenacidad.

A mis hermanos: por ser arcilla; por ser bálsamo en la herida. Por la inmensidad en la alegría de compartir. Por ser tribu que abraza y aldea que ríe. Por ser el modelo de lo que quiero legar a mis hijos.

A mis amigos: por entender y acompañar. Por su infatigable paciencia en mis innumerables ausencias.

Contenido

Resumen ... 9
Abstract ... 10
1. Introducción ... 11
1.1. Objetivo ... 11
1.2. Planteamiento del Problema y Justificación ... 13
1.3. Preguntas Centrales ... 15
1.4. El Sentido de la Estructura: una Lógica de Progresión Sistémica ... 16
2. Marco Teórico ... 21
2.1. Pensamiento Sistémico ... 21
2.1.1. El Concepto de Paradigma ... 24
2.1.2. Una Ecología de la Mente ... 28
2.1.3. La Pareja como Sistema Abierto ... 31
2.1.4. La Comunicación en la Pareja ... 33
2.1.5. Las Tres Dimensiones de la Co-Construcción ... 34
2.2. Paradigma de la Complejidad ... 37
2.2.1. De la Linealidad Eclesiástica a la Linealidad Terrenal ... 37
2.2.2. Del Mundo de la Linealidad al Cosmos de la Retroalimentación ... 41
2.2.3. El Desborde de la Modernidad. Complejidad y Vincularidad ... 43
2.3. Termodinámica y Teoría del Caos ... 46
2.3.1. La Flecha del Tiempo ... 50
2.3.2. La Crisis como Oportunidad de Nuevos Relatos ... 51
2.4. Narrativismo ... 52
2.4.1. Las Historias que nos Narramos ... 56
2.5. Construccionismo Social ... 57
2.5.1. El Fin de la Representación ... 57
2.5.2. Del Interaccionismo al Posestructuralismo ... 60
2.5.3. ¿Conocer o Construir la Realidad? ... 61
2.5.4. Alteridad y Vincularidad ... 62
3. Estado Actual del Conocimiento ... 66
3.1. La Relación de Pareja como Objeto de Estudio ... 68
3.1.1. Del Individualismo a la Perspectiva Relacional ... 69
3.1.2. La Revolución Sistémica ... 70
3.1.3. Consolidación y Especialización ... 71

3.1.4. Diversificación y Sofisticación 73
3.1.5. Hacia el Estado Actual del Conocimiento 74
3.2. Reparación y Maestría Relacional: los Aportes de John Gottman 75
3.2.1. Los Problemas Solucionables y los Problemas Perpetuos 77
3.2.2. Crisis y Nuevas Oportunidades 78
3.3. Saúl Fuks: Conversaciones Transformadoras y Artesanía de Contextos .. 79
3.3.1. Crisis como Oportunidades de Transformación 80
3.3.2. Núcleos de Sentido, Recursos y Prácticas 82
3.4. Teoría Triangular del Amor de Robert Sternberg 86
3.4.1. Los Tres Componentes Fundamentales del Amor 86
3.4.2. Los Ocho Tipos de Amor y sus Implicancias para la Reconstrucción . 87
3.4.3. La Geometría del Amor y la Dinámica Relacional 88
3.4.4. El Amor como Historia 89
3.5. Paradojas del Deseo y la Reconstrucción: Aportes de Esther Perel 90
3.5.1. Entre la Seguridad y el Deseo 90
3.5.2. Reconstrucción de la Confianza después de la Infidelidad 91
3.5.3. La Erotización de la Domesticidad y la Revitalización del Deseo 92
3.5.4. Conversaciones Difíciles y Transformación Relacional 93
3.6. Dobles Vínculos Recíprocos y Transformación Sistémica: Mony Elkaim .. 94
3.6.1. Mapas del Mundo y Programas Oficiales en las Relaciones 94
3.6.2. Intervenciones Sistémicas para la Transformación de Patrones Relacionales 95
3.6.3. La Importancia del Contexto Terapéutico en la Transformación Relacional 95
3.7. Conceptualización de los Procesos de Separación y Reconstrucción 96
3.7.1. La Separación como Proceso Multidimensional 96
3.7.2. Modelos de Etapas en los Procesos de Separación y Reconstrucción 97
3.7.3. Sanación de la Separación 99
3.7.4. Dinámicas Post-Separación 100
3.7.5. La Reconstrucción como Proceso Transformativo 101
3.8. En Resumen 102
4. Estrategias Metodológicas 104
4.1. Construccionismo Social, Co-Construcción y Posicionamientos 104
4.2. Reflexividad y Objetividad 108
4.3. Tipo de Diseño 108
4.3.1. Naturaleza Cualitativa 108

4.3.2. Dimensión Interpretativa 109
4.3.3. Carácter No Experimental, Descriptivo y Explicativo 110
4.3.4. Diseño Bibliográfico-Documental 111
4.4. Técnicas de Recolección de Datos, Procesamiento y Análisis de Datos . 113
4.4.1. Grounded Theory: Codificación Teórica 114
4.5. Atlas ti: Codificación Abierta y Codificación Axial 117
4.6. Categorías Emergentes 119
4.7. Historia Natural de la Investigación 122
4.8. En Conclusión 130
5. Análisis de Datos. Resultados y Hallazgos 131
5.1. Factores Facilitadores de la Reconstrucción Relacional 133
5.1.1. Dimensiones de la Reparación 135
5.1.2. En Síntesis 146
5.2. Factores Obstaculizadores de la Reconstrucción Relacional 146
5.2.1. Dimensiones de la Obstaculización 148
5.2.2. En Síntesis 154
5.3. Análisis Integrativo de los Hallazgos 154
5.3.1. La Naturaleza Sistémica de los Procesos de Reconstrucción 155
5.3.2. Patrones Emergentes: Categorías Centrales en los Procesos de Reconstrucción 155
5.3.3. Temporalidad y Fases de la Reconstrucción 158
5.3.4. En Conclusión 160
6. Conclusiones 162
6.1. De la Noción de Restitución a la Reinvención: Crisis como Catalizador de Transformación Sistémica 165
6.2. El Antagonismo como Conflicto y Reservorio de Recursos en la Pareja . 168
6.3. La Pareja como Identidad Consciente: Estabilidad e Información 170
6.4. La Pareja como Sistema Temporal: Identidad, Temporalidad y Memoria . 174
6.5. La Pareja como Artesana: Flexibilidad y Tiempo para la Creación de una Nueva Realidad 177
6.6. El Papel de la Reflexividad. Las Conversaciones Reflexivas. 180
6.7. El Lenguaje como Compositor de la Reconstrucción. Conversaciones Difíciles y Transformadoras 185
6.8. Hacia una Sinfonía Integradora. La Reconstrucción Vincular como Co-Construcción Sistémica de Núcleos y Dimensiones 192
6.9. Palabras Finales y Lineamientos Futuros 202
7. Referencias 206

Resumen

Las dinámicas comunicacionales que emergen en una pareja tras una separación y que se encuentran orientadas a la posibilidad de refundar el vínculo, se presentan como un desafío imprevisible. Desde una perspectiva ético-pragmática, el estudio desplaza el foco tradicional desde la arqueología del conflicto hacia la artesanía de las posibilidades, indagando cómo ciertas parejas logran transformar una crisis de ruptura en un catalizador de reinvención sistémica. El objetivo consiste en explorar estos procesos, contribuyendo a la comprensión de las dinámicas conversacionales que permiten la emergencia de un nuevo orden vincular, así como de aquellas que lo dificultan. Metodológicamente, la investigación asume un diseño cualitativo, adoptando los principios de la grounded theory. Las conclusiones sostienen que la reconstrucción no implica una restitución del estado anterior, sino un proceso de reinvención en un modelo integrativo de naturaleza sistémica y temporal. Este proceso se despliega en fases recursivas donde el lenguaje, a través de conversaciones reflexivas, exploratorias y reconstructivas, actúa como el principal compositor de la nueva sinfonía relacional. Se concluye que las parejas con capacidad reconstructiva son aquellas que logran devenir en artesanas de contextos, creando activamente espacios conversacionales que, desde la flexibilidad, el respeto y la colaboración, les permiten no solo sanar el pasado, sino co-crear un futuro compartido, transformando la experiencia del quiebre en el cimiento de una nueva forma de estar juntos.

Palabras clave: reconstrucción, pareja, separación, conversaciones transformadoras, crisis, factores facilitadores, factores obstaculizadores.

Abstract

The communicational dynamics that emerge in a couple after a separation and that are oriented toward the possibility of rebuilding the bond, present themselves as an unpredictable challenge. From an ethical-pragmatic perspective, the study shifts the traditional focus from an archaeology of conflict toward a craftsmanship of possibilities, investigating how certain couples manage to transform a breakup crisis into a catalyst for systemic reinvention. The objective is to explore these processes, contributing to the understanding of the conversational dynamics that enable the emergence of a new relational order, as well as those that hinder it. Methodologically, the research adopts a qualitative design, following the principles of grounded theory. The findings suggest that reconstruction does not imply a restoration of the previous state, but rather a process of reinvention within an integrative model of a systemic and temporal nature. This process unfolds in recursive phases where language—through reflexive, exploratory, and reconstructive conversations—acts as the primary composer of the new relational symphony. It is concluded that couples with reconstructive capacity are those that manage to become artisans of contexts, actively creating conversational spaces that, from a standpoint of flexibility, respect, and collaboration, allow them not only to heal the past but also to co-create a shared future, transforming the experience of rupture into the foundation of a new way of being together.

Keywords: reconstruction, couple, separation, transformative conversations, crisis, facilitating factors, hindering factors

1. Introducción

Y cuando la tormenta de arena haya pasado,
tú no comprenderás cómo has logrado cruzarla con vida
¡No! Ni siquiera estarás seguro de que la tormenta
haya cesado de verdad. Pero una cosa sí quedará clara.
Y es que la persona que surja de la tormenta
no será la misma persona que penetró en ella.
Y ahí estriba el significado de la tormenta de arena.
Haruki Murakami

1.1. Objetivo

El presente estudio tiene como intención contribuir a la comprensión de los procesos comunicacionales e interaccionales que se generan en una pareja para la construcción de oportunidades de reencuentro y reconstrucción del vínculo luego de un proceso de separación, así como de aquellos que inhabilitan dichas posibilidades.

El interés se orienta, por un lado, a la comprensión de las dinámicas interaccionales y conversaciones que tienen la capacidad reconstructiva para la relación vincular. Por el otro, nuestra atención también se centra en el aumento del entendimiento de aquellas dinámicas que afectan y obstaculizan dicho proceso. Siendo éstos unos campos escasamente estudiados, el objetivo general de nuestra investigación será ampliar la comprensión de dichos fenómenos.

Este estudio no nace de una mera inquietud académica abstracta, sino de una profunda curiosidad ético-pragmática por los procesos de transformación que emergen en el seno de la vincularidad amorosa contemporánea. El propósito de este capítulo introductorio no es solo presentar un preámbulo formal, sino ofrecer una justificación razonada y una suerte de hoja de ruta crítica que permita al lector fluir por la sinfonía conceptual y metodológica que sostiene esta investigación.

Entendemos que el estudio de la pareja, y específicamente el de su reconstrucción tras una separación, se sitúa en una intersección de alta complejidad. No se trata simplemente de analizar por qué las parejas se separan -campo ya vastamente

explorado por la psicología tradicional-, sino de indagar en el fenómeno, mucho más esquivo y menos documentado, de cómo algunas de ellas logran refundar su vínculo después del silencio resonante de una separación[1]. ¿Qué tienen de particular las conversaciones de algunas parejas que se han separado que, en los momentos de posibilidad, en lugar de aumentar la disolución de la relación, posibilitan su reconstrucción o renovación?

Esta investigación se propone, como ejercicio de visibilización de la complejidad inherente y los desafíos intrínsecos de estas dinámicas, descentrar la mirada ubicada en la arqueología del conflicto para desplazarla hacia la artesanía de las posibilidades. ¿Cómo, y sobre qué base, se reformula el sentido de la relación en las parejas que se reconstruyen? ¿Qué formas tienen y cómo funcionan las conversaciones que contienen la posibilidad de esas reconstrucciones? ¿Qué condiciones de posibilidad –contextos- son necesarios para que el sentido y la forma de dichas conversaciones sean habilitantes para la reparación?

Se partirá de una serie de supuestos que estarán abiertos a su confirmación, ampliación, reformulación o refutación, tales como que para que una pareja pueda realizar un proceso de reencuentro amoroso luego de una separación es necesario que haya transformaciones en sus interacciones y en los contenidos, formas y dinámicas de sus conversaciones; que la separación de una pareja emerge como un fenómeno de crisis y es habilitante de un proceso transformativo en las dimensiones de la intimidad, la afinidad y la confianza de la misma; que los contextos dentro de los cuales la pareja desarrolla su proceso de reconstrucción tienen una incidencia fundamental en la habilitación u obstaculización de la misma.

[1] El silencio resonante es un concepto musical que define al silencio no como la ausencia de sonido, sino como una forma de comunicación intensa y cargada de significado, como un eco que revela – ante su exploración – verdades y tensiones ocultas. Fue utilizado por Harold Pinter (1930-2008), en sus obras, como una técnica dramática central donde las pausas y lo no dicho buscan una forma de comunicación subyacente en las interacciones cotidianas.

La investigación se enmarcará dentro de la teoría sistémica junto a los aportes provenientes del paradigma de la complejidad, el narrativismo, el construccionismo social, la termodinámica y la teoría del caos, ya que las corrientes situadas dentro de estos paradigmas enfatizan el aspecto relacional y la generación de nuevos significados a partir de la interrelación.

El presente trabajo responderá a un diseño bibliográfico-documental[2] y constituirá una investigación de naturaleza metodológica exploratoria, cualitativa, reflexiva, no experimental, descriptiva y explicativa, en la cual el investigador poseerá una posición activa y participativa. Para el procesamiento de datos utilizamos el programa informático para investigación cualitativa Atlas/ti.

Como desarrollaremos a continuación, para arribar a los objetivos que nos planteamos en nuestra investigación será imprescindible profundizar primariamente en el análisis y la comprensión de los fenómenos de crisis y en los procesos de creación activa de nuevos recursos que serán potencializados – aunque no necesariamente actualizados – por dichos momentos críticos.

1.2. Planteamiento del Problema y Justificación

Como hemos señalado, la presente investigación tendrá como intención fundamental realizar un aporte a la profundización de la comprensión de las relaciones amorosas y conyugales, específicamente en los momentos y procesos de reconstrucción relacional. Entendemos que este campo de estudio se encuentra atravesado por una vastedad de disciplinas que muestran interés en su análisis y que son justificadas por la complejidad multidimensional del objeto de estudio. Honrando dicha complexidad, abriremos un análisis diferencial en esta intersección de miradas y aportes, sin por ello perder de vista la focalización puntual en el objetivo del estudio señalado.

---

[2] Es pertinente señalar que, al tratarse de un diseño bibliográfico-documental, las unidades de análisis serán las construcciones interpretativas de autores especializados y no la interacción directa con sujetos de estudio. Por consiguiente, la investigación se orientará a la construcción de un modelo de segundo orden – teorización sobre teorías -.

El presente estudio estará eminentemente guiado por la curiosidad y el anhelo de ampliar el conocimiento sobre los modos -formas, contenidos, dinámicas y condiciones- en que las parejas se comunican en un momento altamente sensible y confuso, como es el intento de reedificación vincular luego de un episodio crítico de separación. ¿En qué se sostiene el mantenimiento del arduo trabajo de reconstrucción de una relación luego de su separación? ¿Qué sentido tiene reconstruir un vínculo? ¿Qué le da sentido a ello? ¿Es suficiente el amor y la pasión; son suficientes los sentimientos?

Se deseará, en definitiva, contribuir al conocimiento de los elementos que aportan a una de las formas de resolución creativa y novedosa luego de las crisis en las relaciones amorosas: la reconstrucción vincular.

Teniendo presente los intereses previamente puntualizados, hemos encontrado que nuestro foco de estudio ha sido un campo poco abordado en la comunidad psicológica de nuestro país. La carencia de investigaciones sobre este objeto de estudio está íntimamente relacionada con la presencia hegemónica del modelo clínico tradicional –tanto psicoanalítico como conductista-, su pasión por la enfermedad mental y su tendencia a psicopatologizar la vida a la luz de una perspectiva centralizada en la formación sintomática, en sus consecuencias en la vida cotidiana y en un modelo lineal de comprensión de la realidad mental que ha llevado a la promulgación de técnicas conductuales en forma de pasos a seguir para la elaboración del malestar humano. Estos modelos tradicionales se encuentran sustentados en miradas teórico-pasivizantes que emergen como respuesta a la pregunta prototípica de la modernidad: ¿por qué? Estas perspectivas no sólo determinarán el modo en que va a pensarse la realidad y el presente objeto de estudio, sino que supondrá un posicionamiento (Davies y Harré, 1990) determinado sobre la forma de actuar en la realidad. El interrogante por las causas de origen, canon del racionalismo y la modernidad, supondrá una postura de distancia objetiva y

ascéptica en relación al objeto de estudio, para permitir así la neutralidad del análisis teorético del mismo.

Hemos encontrado en los modelos paradigmáticos sistémicos, así como en las perspectivas del narrativismo y del construccionismo social, las bases teóricas, paradigmáticas y epistemológicas para sustentarnos, habilitarnos y estimularnos en la exploración del vacío y la obscuridad volcada sobre el objeto de estudio. A partir de estos modelos, nos adentraremos no tanto en la arqueología de los motivos que llevaron a una pareja a la separación o en los pasos a seguir para salir de la misma, sino en las acciones comunicacionales e interaccionales que la pareja crea para la reconstrucción del vínculo, por un lado, y en el contexto que habilita –y sus características necesarias para ser habilitante- dichas posibilidades, por el otro.

1.3. Preguntas Centrales

En consonancia y continuidad con lo expresado anteriormente, entenderemos que las preguntas centrales que guiarán la presente investigación serán las siguientes:

- ¿Qué tienen de particular las conversaciones de algunas parejas que se han separado que, en los momentos de posibilidad, en lugar de aumentar la distancia de las partes, posibilitan la reconstrucción y renovación de la pareja?
- ¿Cuáles son los intercambios que permiten que emerja un nuevo orden vincular? ¿Cuáles son aquéllos que lo dificultan o imposibilitan?
- ¿Cómo logran las parejas, tras la disolución de su estructura vincular, reconstruir una relación?
- ¿Cómo, y sobre qué base, se reformula el sentido de la relación en las parejas que se reconstruyen?

Por consiguiente, nos planteamos como objetivo general identificar y describir, en nuestro proceso de rastreo teórico y bibliográfico, las formas de conversaciones e interacciones que las parejas que se han separado y que deciden reconstruir la relación, han utilizado para la edificación de oportunidades para dicho fin. Una serie de

interrogantes sobre la implicancia en la intimidad, en la afinidad y en la confianza de la pareja en reconstrucción han movido nuestro interés: ¿Cuáles son las narraciones con las que las parejas reconstruyen su versión acerca de la intimidad? ¿Cómo vuelve a jugar una pareja? Si se ha perdido la confianza en la intimidad del vínculo, ¿cómo se reconstruye? ¿Cómo una pareja que ha construido una historia y un proyecto de vida común y que luego ha tenido que disolverse en la continuidad de dos proyectos separados e individualizados nuevamente, toma la valentía de volver a la ceremonia de conocerse?

A su vez, plantearemos como objetivos específicos los siguiente puntos: identificar qué tipo de conversaciones emergen como distintivas en las parejas que renuevan su relación luego de procesos de separación; analizar cuáles son las posibles formas conversacionales que contribuyen a la reparación y resolución creativa de una pareja luego de un proceso de separación; investigar las características que tienen las conversaciones que permiten posibilidades y condiciones de apropiación de recursos de reparación vincular en parejas luego de una separación; investigar cuáles son las condiciones en las cuales emergen -o no- las posibilidades y oportunidades de conversaciones que promueven la reinvención y el reencuentro de la relación luego de una separación.

1.4. El Sentido de la Estructura: una Lógica de Progresión Sistémica

La estructura de esta tesis ha sido diseñada para guiar al lector a través de un recorrido teórico, metodológico y analítico progresivo, que parte de los fundamentos epistemológicos, avanza hacia la revisión del estado del conocimiento, detalla la estrategia de investigación y culmina con la presentación de los hallazgos y sus implicancias. La misma sigue una lógica de complejidad creciente, donde cada capítulo no sólo sucede al anterior, sino que lo integra, lo resignifica y se articula en un movimiento de complementariedad y recursividad, reflejando el mismo principio sistémico que sustenta nuestra mirada sobre el objeto de estudio. Cada apartado

prepara el terreno para el siguiente, creando un entramado coherente donde la teoría, la metodología y el análisis se sostienen mutuamente.

El primer capítulo, dedicado al marco teórico, tiene como objetivo establecer los pilares conceptuales desde los cuales se abordará el fenómeno de la reconstrucción vincular. El mismo se organizará en cinco ejes fundamentales, entrelazados dialógicamente. Iniciaremos con los aportes del pensamiento sistémico y la cibernética; continuaremos con la introducción del paradigma de la complejidad, principalmente a través de los desarrollos teóricos de Edgar Morin; luego incorporaremos las perspectivas de la termodinámica y la teoría del caos, a partir de los aportes de Ilya Prigogine; continuaremos posteriormente con los aportes del narrativismo y, finalmente, desplegaremos la perspectiva del construccionismo social.

¿Cómo es que estas teorías nos permiten reconceptualizar los procesos de reconstrucción de una pareja? ¿cómo nos permiten repensar las separaciones, las crisis, las rupturas? ¿podremos seguir hablando de reencuentros o de un volver a estar juntos? Este capítulo no buscará ser una mera suma de teorías, sino una red conceptual coherente que funcione como lente para observar y comprender la complejidad de los procesos de reconstrucción; será el andamiaje conceptual desde el cual miraremos a nuestro objeto de estudio. Su sentido residirá en fundar una mirada que sea, al mismo tiempo, sistémica -atenta a las totalidades-, compleja -capaz de abrazar los procesos paradojales-, procesual -centrada en el devenir- y constructiva -consciente del papel activo de los participantes-.

Una vez sentadas las bases paradigmáticas, el segundo capítulo, correspondiente al estado actual del conocimiento, nos sumergirá en la conversación académica específica sobre la pareja, la separación y la reconciliación. Será la partitura de la conversación académica actual sobre el tema, nuestro diálogo con las investigaciones ya existentes. Su objetivo será triple: situar nuestro objeto de estudio dentro de un campo de saberes en desarrollo, identificar los aportes más relevantes y señalar los vacíos que esta tesis pretende comenzar a llenar. La estructura de este

capítulo se articulará en torno a los aportes de cinco autores considerados fundamentales, cuya obra dialoga directamente con nuestra pregunta de investigación ¿Existe literatura específica que aborde cómo las parejas logran reconstruir un vínculo funcional, o encontramos primordialmente un centramiento académico en relación al conflicto, sus causas y sus implicancias? ¿qué hay de los estudios que se centran en los éxitos comunicacionales? ¿cuáles son los hallazgos que sugieren que una pareja separada puede co-construir una nueva forma de estabilidad?

El tercer capítulo, dedicado a las estrategias metodológicas, tendrá la función esencial de explicitar las decisiones que guiaron la investigación, asegurando coherencia con el posicionamiento epistemológico adoptado. Este capítulo cumplirá una función de transparencia y rigor, aclarando que los hallazgos que se presentarán no son descubrimientos objetivos, sino construcciones teóricas surgidas de un encuentro particular entre un investigador, un marco paradigmático y un conjunto de textos, procesados a través de una metodología específica. Si entendemos a los procesos comunicacionales que están siendo objeto de estudio como fenómenos emergentes, complejos y recursivos, ¿por qué optamos por un enfoque cualitativo en lugar de intentar cuantificarlos? ¿cómo operacionalizamos esto?

El cuarto capítulo - análisis de datos, resultados y hallazgos - constituirá el corazón analítico de la tesis. Aquí se presentarán las categorías emergentes del análisis; es decir, los resultados del proceso de codificación y teorización, organizados para dar respuesta a las preguntas centrales de la investigación. Aquí es en donde los datos se transformarán en conocimiento. Su estructura reflejará la dialéctica central del objeto de estudio.

Las investigaciones coinciden en que la comunicación es clave, pero ¿hay acuerdo en cuáles son los componentes específicos de esa comunicación? ¿cuáles son las acciones comunicativas que actúan como puntos de inflexión en una conversación reconstructiva? ¿qué patrones de comunicación actúan como anclas que

impiden el cambio y cuáles funcionan como motores de una nueva estabilidad? Más allá de las palabras, ¿qué condiciones parecen facilitar la reconstrucción?

Este capítulo, por tanto, constituirá un modelo teórico procesual que describirá algunas de las diversas formas en que las interacciones facilitadoras y obstaculizadoras se combinan a lo largo del tiempo para producir -o impedir- la emergencia de un nuevo sistema de pareja, cualitativamente diferente del anterior.

El capítulo final, las conclusiones, retomará las melodías argumentales de toda la tesis para componer las síntesis definitivas. Su objetivo será ofrecer una integración conceptual que extraiga las implicancias más significativas de la investigación. Será cierre y apertura simultáneamente ya que nos permitirá, a partir de posibles futuras investigaciones, abrir nuevos horizontes posibles para continuar con la exploración y el estudio del fenómeno de la reconstrucción vincular.

Podemos entender, entonces, que la lógica que articula esta estructura no es lineal, sino recursiva y espiralada. Partimos de los fundamentos más abstractos -los paradigmas- para descender progresivamente hacia la especificidad del objeto de estudio, su tratamiento bibliográfico, su análisis metodológico y la construcción de un modelo interpretativo, para finalmente retornar a un nivel de integración teórica que dialoga con el punto de partida, ahora nutrido por el recorrido realizado.

Esta tesis se presentará, en última instancia, como una contribución a la comprensión de esos frágiles y potentes procesos mediante los cuales, después de la ruptura, es posible volver a componer un nosotros, no idéntico al anterior, sino reinventado desde las posibilidades que abre la propia crisis. El camino que aquí se propondrá invitará al lector a transitar desde los principios generales que organizan nuestra mirada sobre la realidad relacional, hasta la concreción de un modelo analítico que permita identificar tanto las oportunidades como los obstáculos en el complejo proceso de reconstrucción vincular después de una separación. De esta manera, pretendemos realizar una contribución al ofrecer una comprensión holística y

procesual de un fenómeno que, como hemos señalado al inicio, ha recibido escasa atención sistemática desde una perspectiva relacional y construccionista.

2. Marco Teórico

Este capítulo tiene el objetivo de brindar un marco de referencia conceptual para poder enmarcar contextual y teóricamente a nuestro objeto de estudio: las interacciones que facilitan u obstaculizan el proceso de recomposición de una pareja luego de una separación. Para tal fin, tomaremos como pilares contextuales fundamentales al pensamiento sistémico, el paradigma de la complejidad, la termodinámica y la teoría del caos, el narrativismo y el construccionismo social.

Es por ello que explicitaremos y profundizaremos algunas consideraciones teóricas que serán fundamentales para usar como lente de lectura para la cabal comprensión de los fenómenos estudiados. Dentro de dichas consideraciones, podremos señalar, entre otras, las siguientes: el posicionamiento activo de los sujetos en la construcción de la realidad a través de las conversaciones; el funcionamiento de las estructuras disipativas - estructuras lejos del equilibrio[3] - y su utilidad en la comprensión de las dinámicas de parejas en crisis y de los procesos posteriores a ellas; los principios de la teoría de la complejidad; la comprensión de las dinámicas vinculares e interaccionales como sistemas abiertos, diabáticos y dinámicos; el carácter entrópico del devenir temporal del sistema vincular de la pareja.

2.1. Pensamiento Sistémico

Tomaremos los aportes del enfoque sistémico, por ser un paradigma que permite explorar creencias, concepciones, reflexiones y narrativas, entre otros objetos posibles de ser investigados de modo cualitativo. Junto con ello, nuestro interés en este enfoque reside, primariamente, en que sus desarrollos catalizaron los procesos de resignificación de la focalización atencional del investigador, pasando de una mirada centrada en el sujeto individual a otra abierta a los vínculos y sus influencias recíprocas. El pensamiento sistémico-cibernético promovió un cambio paradigmático

[3] Explicará Prigogine que la física del no equilibrio será aquella que se dedique al estudio de los procesos disipativos caracterizados por un tiempo unidireccional y que, al hacerlo, otorgará una nueva significación a la irreversibilidad.

que nos permitió realizar una ampliación del foco atencional y un pasaje del individuo a las relaciones.

Este movimiento proporcionó, además de una vasta y multifacética producción científica, un modelo general no enraizado en un campo específico, que permitió operar una modificación de carácter cualitativo e influyó en la visión de las situaciones conflictivas y en los complejos procesos interacciónales.

Nacido de la confluencia y convivencia de múltiples nociones teórico-prácticas provenientes de diversas áreas del conocimiento[4], así como de numerosos movimientos socio-culturales y del desmoronamiento de certidumbres y veracidades fundamentales sostenidas hasta el momento, el pensamiento sistémico necesitó emerger y construirse abiertamente en el anhelo de la integración dinámica de dichos conceptos para poder superar la mera sumatoria de los mismos y enfatizar así un movimiento –y, a la vez, un producto- sinérgico que superase la intencionalidad aditiva y generase un resultado superador.

El paradigma sistémico trasciende la función pensante y se erige como una verdadera cosmovisión, un modo de entender el mundo y, por ende, de “ser-en-el-mundo” (Heidegger, 1927, p. 54), es decir, un modo de hacer. Entenderemos, de este modo, que el conocimiento se concibe indisociable de la acción; la reflexión deja de ser un atributo subjetivo del sujeto pensante y pasa a ser una reflexividad activa del sujeto en relación dinámica con el entorno; la linealidad causal deja de ser una verdad incuestionable y pasa a quedar circunscripta a una parcela determinada del saber -verdad relativa a un contexto definido por un observador activo-, dando lugar a las nociones relativistas de Einstein, al principio de incertidumbre de Heisenberg, a la retroalimentación, a la irreversibilidad y a la circularidad.

[4] Dentro de dichos conceptos podemos nombrar, entre otros, a la teoría general de los sistemas (Bertalanffy, 1937), la teoría de la comunicación (Shannon y Weaver, 1949), la cibernética (primera de Wiener, 1954; segunda de Maruyama, 1963; de segundo orden de Mead, 1972), los aportes de Bateson, Von Foerster, Maturana y Varela, la “universidad invisible” o escuela de Palo Alto.

El sujeto observador neutral del paradigma newtoniano-cartesiano pasa a estar necesariamente implicado en la delimitación y construcción activa de la parcela de realidad que, intencional y premeditadamente, es definida para ser estudiada. De este modo, se produce el desvanecimiento de la ilusión de objetividad y se introduce la incertidumbre de la co-construcción de la realidad. Es por ello que la estabilidad, el determinismo, la previsibilidad y el orden anticipado y mesurable pasan a estar reemplazado por el caos, la indeterminación y la entropía. Los conceptos fundamentales sobre lo sistémico se fueron consolidando, como dirá Bateson, como un: "(…) tejido o tramado, como una tela, y que cada pedacito de conocimiento sólo tiene sentido o utilidad gracias a los otros pedacitos" (Bateson, 1972, p. 45).

El contexto producido por la segunda guerra mundial, evento histórico que expone cruentamente la caída de los ideales racionalistas, marca una época de vivaz diversidad intelectual, social e ideológica. Las forzadas migraciones y fugas de científicos, el surgimiento de necesidades nunca antes previstas por el ser humano, el desarrollo tecnológico y el cambio de paradigma en la física, llevaron a la humanidad al alumbramiento de ideas e innovaciones que marcaron el contexto de nacimiento del pensamiento sistémico. Se puede decir, entonces, que el pensamiento sistémico además de ser una teoría es, antes que nada, una amplia y difusa zona de confluencia.

Las perspectivas sistémicas han surgido en un contexto en donde se hizo ineludible la necesidad de relacionar un todo, una realidad holística. Para la ciencia positivista, el todo era entendido como el resultado lineal de la suma de las partes en tanto se pensaba en dimensiones de análisis, de sistemas aislados, por lo que el observador se presentaba separado del sistema observable.

La presencia del determinismo lineal – o de la linealidad determinista - y una visión del tiempo controlable, ligado a un mundo entendido como unificado y único, donde para los sucesos sólo existía una explicación basada en una causalidad lineal, se desprendieron lógicamente de una serie de presupuestos basales: la simplicidad,

estabilidad, objetividad, el universo pensado como único, unificado, atomista, conformado por un mundo de relaciones causales. Reconocer que la realidad es más compleja de lo que el pensamiento tradicional lineal nos ha tenido acostumbrado, genera una sensación de cierta incapacidad para aprehender una complejidad que además se presenta incierta.

Ahora bien, cabe aclarar que, si bien los términos sistemas y pensamiento sistémico ya habían sido utilizados por distintos científicos, no fue hasta la producción teórica de Ludwig von Bertalanffy –biólogo y filósofo austríaco- en donde quedan sistematizados, dando forma a la teoría general de los sistemas. Con ella, las nociones de sistemas abiertos y la teoría de los sistemas marcaron el inicio del pensamiento sistémico como movimiento. Bertalanffy (1968) definirá a los sistemas como “un conjunto de elementos interrelacionados entre sí, formando un todo unificado” (Bertalanffy, 1968, p. 33).

Podremos así sostener que los pilares que caracterizan al pensamiento sistémico son, entre otros: la complejidad, la inestabilidad y la intersubjetividad, la evitación de la fragmentación de la ciencia y el abordaje de la totalidad.

En un sentido amplio, la teoría general de los sistemas surge para estructurar los conceptos, los isomorfismos formales, las estructuras en común de los sistemas particulares; transformándose en un mecanismo de integración entre las ciencias naturales y sociales. En un sentido puntual, su implementación como lente de lectura de los procesos de reconstrucción resulta de marcada necesidad y utilidad ya que nos permite ampliar el foco de atención desde la individualidad de los sujetos involucrados a la vincularidad de las interacciones de la pareja.

2.1.1. El Concepto de Paradigma

Si bien aún dentro del mismo marco de la comunidad científica la noción de paradigma no deja de ser esquiva y plurívoca, es a partir de los aportes de Edgar Morin que adquiere una mayor sistematización técnica y una más nítida especificidad conceptual.

Los paradigmas son cosmovisiones, es decir, principios explicativos superiores que regulan el discurso, el pensamiento y la acción, que organizan el entendimiento y controlan de forma oculta la organización del conocimiento científico y el uso mismo de la lógica. Es un sistema de principios fundamentales invisibles que mandan y gobiernan a todos los pensamientos, a todos los discursos, a todas las teorías. Se sostienen sobre una serie de mitos fundacionales que funcionan a la vez como matriz reproductiva y como criterio de identidad.

Los paradigmas son principios infralógicos – en tanto subterráneos en relación a la lógica-, prelógicos -anteriores a la utilización de la lógica- y supralógicos -por encima la lógica en la determinación de la cosmovisión- de organización que se ocultan del pensamiento y de la consciencia y que definen nuestra visión del mundo. Como dirá Morin (1994), son

> Un tipo de relación lógica (inclusión, conjunción, disyunción, exclusión) entre un cierto número de nociones o categorías maestras, el cual privilegia ciertas relaciones lógicas en detrimento de otras, y es por ello que maneja y dirige la lógica y la semántica del discurso. (p. 78)

Los paradigmas hablan en nosotros, por nosotros y a través de nosotros sin que seamos plenamente conscientes de su presencia a través de sus – y nuestras - cegueras. García de Ceretto sostendrá que un paradigma “determina las operaciones lógicas rectoras, promociona y selecciona las categorías rectoras de la inteligibilidad, realiza el control logical de la lógica y produce formas de conocimiento globales, generales, holísticas y renacentistas” (García de Ceretto, 2021, p. 112).

Todo proceso de consolidación de un paradigma hegemónico supone la promulgación – no necesariamente explícita - de un orden regulatorio y normatizante que demarque los límites de lo permitido, lo posible y lo pensable. Su expansión se logrará progresivamente por la acción conjunta de fuerzas colonizantes y la adherencia -ya sea a través de la convicción genuina o del sometimiento- de seguidores que reproducirán irreflexiva y acríticamente dicho paradigma en el plano de

lo cotidiano hasta tornarlo en una cosmovisión natural, incuestionable y, sobre todo, invisible, logrando así su reproducción.

Paralelamente a este proceso de consolidación paradigmática, se genera un proceso de exclusión y marginalidad de ciertos posicionamientos teóricos, prácticos e ideológicos divergentes por ser significados como cuestionadores del orden instaurado y potencialmente sublevadores. Los paradigmas generarán acciones subrepticias mutilantes en el proceso de selección, captación y validación de información significativa de nuestro entorno, así como en el descarte de toda información que cuestione y amenace la perdurabilidad del mismo.

En la marginalidad paradigmática en la cual quedan signados, estos posicionamientos tienden a unificarse para poder sobrevivir a los embistes de los inquisidores paradigmáticos al mismo tiempo que comienzan a adquirir identidad, especificidad y un cierto nivel de autonomía. Dicho proceso de unificación suele ser plural, abierto, cosmopolita y diverso, al mismo tiempo que suele estar signado por un proyecto emancipador.

El cambio emergente será en forma de crítica y cuestionamientos a las ideologías y a las bases fundacionales, fundantes y fundamentales del paradigma reinante. No es, por ende, un cambio cosmético, un cuestionamiento estético, que permita implícitamente su perdurabilidad, sino una revolución emancipadora de todas aquéllas formas conscientes que inconscientemente reproducen y sostienen irreflexivamente al paradigma. El objetivo será, entonces, lograr una autorreflexión emancipadora, es decir, generar las condiciones de posibilidad y facilitación para que los sujetos sujetados por la invisibilización del paradigma puedan interpretar y comprender la realidad y las consecuencias de su adhesión paradigmática y así poder emanciparse del mismo, liberarse, y tomar una decisión responsable sobre cómo habitar el mundo. Dirá Morin que “todo sistema lleva en sí, puesto que es portador del antagonismo, su propia desintegración potencial, y el segundo principio lo condena a la dispersión en un plazo determinado” (Morin, 1979, p. 3).

Desde esta perspectiva, podremos entender a las crisis dentro de los sistemas de pareja como parte de estos procesos internos de cambio paradigmático, los cuales exigen rupturas fundamentales, en los fundamentos mismos del paradigma. Pero, igual que la neguentropía[5] logra trabajar el desorden mortal para transformarlo en orden, los procesos de reconstrucción vincular logran tratar el dolor de la ruptura para hacer de él una verdad nueva, una nueva forma de organización que integre dicho momento.

Al incorporar el pensamiento sistémico al campo de las ciencias sociales, se produjo un cambio paradigmático en la noción misma de los sistemas observados – y de los observantes -. Las complejas realidades de las interacciones humanas dejaron de ser pensadas como objetos de descripción simplificados, para pasar a ser comprendidas en su retroalimentación intrínseca.

A partir de esto, entenderemos que, a lo largo del proceso de construcción de una relación de pareja, se negocian y consolidan ciertas verdades o realidades paradigmáticas que funcionarán como sustrato invisible de la relación, siendo invitadas a la luz, a la evaluación y a su resignificación a partir de los procesos de reconstrucción relacional luego de una crisis de separación.

Debido al pensamiento sistémico y a la noción de paradigma es que se pudieron rescatar los procesos de reconstrucción vincular de una mirada de mera sumatoria de partes a la comprensión de un fenómeno emergente del armado de un sistema comunicacional. Como veremos a continuación, la pareja comenzará a ser entendida como una ecología, como una mente ecológica que superará a la mera noción de sumatoria de partes que la componen.

[5] La neguentropía refiere a la energía que los sistemas abiertos, especialmente los vivos, importan del entorno para mantener su organización, orden y complejidad. A diferencia de la entropía, que se orienta hacia el caos y el desorden, la neguentropía autorregula al sistema para subsistir, actuando como fuerza de organización.

2.1.2. Una Ecología de la Mente

El pensamiento de Bateson tuvo su surgimiento, desarrollo, profundización y anclaje dentro un contexto social y cultural revoltoso, plural y transdisciplinario del cual se fue nutriendo -así como retroactivamente fue a su vez nutriendo- y fue incorporando a su reflexión epistemológica progresivamente. Recibe influencia de la teoría psicosocial de Mead, la cibernética, la teoría general de los sistemas de Bertalanffy, la teoría de la información de Shannon y Weaver, el nuevo modelo neuronal de McCulloch y Pitts, los avances en la lógica matemática de Turing, la teoría de los juegos de Von Neumann y Morgenstern, la filosofía y teoría de los tipos lógicos de Bertnard Russell, la lingüística pragmática de Jakobson, entre otras.

Wainstein (2010) explica que, a partir de este cuerpo de teorías, nociones e ideas, Bateson

> Creó un puente bastante sólido que permitió integrar conceptualmente un grupo de teorías a la reflexión sobre las relaciones entre organismos, conocimiento y mundo (…) Desarrolló una filosofía de la mente, una manera de pensar lo mental, una epistemología orientada a describir cómo los organismos perciben, piensan y actúan. (p 89)

Gracias a los avances y descubrimientos de la cibernética y de la teoría de los sistemas, Bateson propondrá trazar un puente entre los datos de la vida y de la conducta, por un lado, y la naturaleza de los patrones y del orden, por el otro. Para ello, quedará obsoleta la hegemonía de la sustancia -leyes de conservación de la energía y materia- y será reemplazada por la primacía de la forma. Para llevar adelante tamaña empresa, se valdrá del despliegue y el desarrollo de nociones tales como contexto, sistemas, significado e información. Pasará de la noción de estructura a la de sistema en el momento en que concibe necesarias las descripciones de partes en interacción; entenderá, por lo tanto, a la mente como poseedora de propiedades de un sistema.

A lo largo de su obra, expondrá su interés y preocupación por el accionar del ser humano en el mundo y por cómo el hombre cae en la propia trampa de su limitada consciencia. Se embeberá de la pluralidad conceptual de su época, buscará los patrones en la misma y expondrá un sistema de comprensión y de pensamiento heterogéneo, plural y dinámico. Cuestionará la supuesta supremacía de la razón sobre el humano, así como la del humano sobre la naturaleza.

Es por ello que nos resulta de vital importancia la incorporación y el desarrollo de la teoría de Bateson en nuestra producción, ya que gracias a sus miradas y aportes, los fenómenos emergentes – como es el proceso de separación de una pareja, así como el posible proceso de reconstrucción de la misma – pasaron a ser comprendidos en su intrínseca complejidad. A partir de la perspectiva batesoniana, se dejan de pensar las dificultades, las crisis y las reedificaciones de las parejas como problemas derivados de estructuras psíquicas aisladas, para comprenderlas como el armado de sistemas de comunicación en los que se establecen pautas y patrones que pueden aumentar las dificultades de los procesos, o bien facilitar su navegación.

Ahora bien, ¿qué entendemos por pautas y patrones?

2.1.2.1. Pattern.

La hipótesis central de Bateson girará en torno a la noción de pattern o de pauta, entendida ésta a su vez tanto como modelo o guía para hacer algo -con cierto nivel normativo-, como diseño, forma, esquema, es decir, como captación estética de la realidad, captación icónica de configuraciones más que de objetos. Realmente, nunca le interesó el contenido de las más variadas cosas que estudió sino la forma y patrones relacionales.

Desde esta misma lógica, Watzlawick (1967) explicará que

> Patrón o pauta son conceptos que se utilizan para referirse a totalidades que siguen sus propias leyes y nos son simplemente la suma de partes individuales. También se las podría llamar gestalts, siempre que se atribuya a

> este término el significado original, dinámico, que le diera Wertheimer y no se las entendiera como configuraciones puramente estéticas. (p. 120)

Bateson tendrá una fuerte impronta del estructuralismo anglosajón, así como de una matriz fuertemente materialista y biologicista. Planteará la existencia de una estructura subyacente a los fenómenos observables que responden a patrones bio-sociales.

2.1.2.2. Cismogénesis.

Otro de los conceptos fundamentales de la formulación teórica de Bateson es el de cismogénesis, de vital importancia principalmente en el ámbito psi y, particularmente, en el objeto de estudio de nuestra investigación.

Por cismogénesis se entenderá al análisis de cómo se genera un cisma en el seno de un sistema social, es decir, cómo las interacciones generan diferencias significativas, cómo un grupo social –entiéndase aquí también a la pareja - se divide a partir de un aumento sistemático de patrones diferenciales. Es una teoría del conflicto social, un análisis de cómo emerge un proceso de diferenciación en la norma - forma en que se codifica la realidad en un grupo social- de las conductas personales como resultante de la interacción acumulativa entre los individuos.

A partir de esta noción, expondrá que existen dos formas básicas en las cuales las relaciones entre personas de un grupo social afectan a comportamientos y condicionan las relaciones sociales. Una es una forma simétrica, en la cual se tiene una influencia progresiva en espiral ascendente y a partir de la cual el sistema aumenta sistemáticamente las diferencias significativas generadas en las interacciones. Si esto ocurre en forma continuada en el tiempo se genera como resultado un patrón relacional simétrico sustentado en un comportamiento especular que produce un patrón general acumulativo de diferenciación, llamado escalada. La otra es una forma complementaria, la cual implica una influencia cada vez más

asimétrica entre los individuos involucrados y a partir de la cual el sistema disminuye sistemáticamente las diferencias significativas que nacen de las interacciones.

Comprender los procesos de formación de los cismas dentro de nuestra investigación, permitirá navegar con mayor amplitud y solidez teórica la exploración de los procesos emergentes de reedificación de una pareja luego de una crisis de separación.

Ahora bien, como hemos señalado precedentemente, los aportes de Bateson nos permiten dejar de pensar a las parejas como derivados de la suma de sujetos aislados, para comprenderlas como el emergente de sistemas de comunicación.

2.1.2.3. Comunicación.

Bateson otorgará gran importancia a la comunicación dentro de sus estudios. Conectará con dos conceptos fundacionales de la teoría de la comunicación, los cuales estudiará desde un punto de vista biológico, a saber: la denotación, es decir, el hecho semántico que conecta un nombre con la cosa nombradas -la dicción-; la connotación, es decir, el hecho social que habla de una relación, un hecho relacional, el efecto que la palabra genera en un contexto, su intencionalidad.

Definirá a la comunicación como la pauta que conecta por medio del lenguaje a los cerebros de mamíferos superiores. Es decir, será la pragmática de la comunicación cuando los que procesan la información son mamíferos superiores. Entendemos, de este modo, que su interés se encuentra eminentemente direccionado hacia el efecto pragmático de la comunicación en la conducta humana.

2.1.3. La Pareja como Sistema Abierto

A partir de lo desarrollado hasta aquí, podremos abrir la consideración de la pareja como un sistema con ciertas particularidades. En tanto sistema vivo, la pareja se constituye como una organización abierta a la influencia y el intercambio de materia, energía e información con su entorno exterior y con su entorno interior.

Pensar a la pareja como un sistema supone dos grandes movimientos iniciales: por un lado, implica reconocerla con una especificidad funcional y una identidad estructural dentro de un ambiente del cual se diferencia por una frontera porosa, poseyendo características y cualidades internas que permiten el intercambio regulado con el mismo; por otro lado, supone un determinado modo de focalización y un particular modelo de comprensión de realidad y de sus dinámicas relacionales. Es decir, supone un enfoque metodológico que pueda ser aplicable para la interpretación de situaciones complejas, rompiendo así el determinismo reduccionista y racionalista del individualismo y habilitando un modelo de observación y comprensión complejo e integrativo que permita leer al sujeto como parte de una entidad mayor bajo la premisa de que ningún elemento adquiere sentido si no es dentro de un contexto significante.

Desde esta perspectiva, la pareja puede ser entendida como un sistema socio-relacional con características atribuibles a los sistemas sociales generales -conjunto, estructura, interacción, apertura, complejidad, propósito-, pero contando, a su vez, necesariamente con otras características específicas del sistema de pareja.

En tanto sistema, la pareja podrá ser comprendida como una totalidad construida y sostenida por un conjunto de valores y creencias compartidos y por rituales y costumbres. Esta mirada supondrá:

- Estructura: organización de la vida cotidiana que incluye reglas de interacción y jerarquización de las relaciones entre sus componentes.
- Subsistemas: compleja trama de organizaciones internas que se diferencian por sus funciones y reglas de pertenencia y producen sus propias culturas.
- Función: metas y reglas que poseen para consigo mismo y para con el mundo exterior.
- Normas: principios de acción que regulan las relaciones entre los miembros de la pareja y el exterior.
- Metas: sistema vivo y evolutivo orientado hacia la consecución de ellas.

- Sistema autoorganizado - autopoiesis[6] -: organiza sus metas y los medios para lograrlos. Es agente de su desarrollo y transformaciones por medio de los recursos y procedimientos aportados por sus miembros.

- Sistema de retroalimentación: recaba información sobre el proceso de desarrollo vincular, sobre los niveles de logro de las metas, sobre la eficacia de las reglas y estrategias. La pareja desarrolla procesos de asimilación e integración de lo nuevo en la estructura existente y de rechazo a lo que considera extraño al sistema -tal como describíamos precedentemente con la definición de la noción de paradigma -.

- Sistema abierto: con límites permeables a la influencia de otros sistemas. En estado de permanente equilibrio/desequilibrio y constante tensión entre cultura vincular y cultura del contexto.

2.1.4. La Comunicación en la Pareja

La comunicación funciona como uno de los recursos más importantes para hacer frente al estrés que afronta el sistema en tanto abierto y vivo. Es la dimensión facilitadora y crítica para que exista cohesión -vínculo emocional que los miembros de la pareja tienen entre sí- y adaptabilidad -habilidad del sistema para cambiar su estructura de poder-. Sin ella, no habría posibilidad de cohesión ni de flexibilidad en la trama relacional de la pareja.

En tanto que las relaciones sociales son construidas por sus participantes como sujetos que interactúan, la comunicación queda entendida como la base de toda relación personal. La pareja es, entonces, un sistema de comunicación y no un sistema compuesto de humanos -o de relaciones entre ellos-, siendo la comunicación personal íntima, es decir, la comunicación desinhibida, su forma comunicacional específica y prototípica. Esta característica permite generar una estructura temática y

[6] El término autopoiesis fue acuñado por Maturana y Varela (1973) para describir sistemas que se autoorganizan mediante la producción de sus propios componentes. En el contexto de esta investigación, se aplica analógicamente a las parejas como sistemas relacionales que se producen a sí mismos en una continua dinámica en la que generan y regeneran sus patrones de interacción.

una memoria específica para este sistema, por el cual se crean valores propios, un idiolecto y una historia.

Bateson y Ruesch señalarán que la comunicación es la “matriz donde se encajan todas las actividades humanas” (Bateson y Ruesch, 1951, p. 238). En consonancia, Maturana explicará que “al surgir lo humano en la conversación transgeneracional del vivir en el conversar, todas las actividades humanas surgieron como conversaciones y, por lo tanto, todo el vivir humano consiste en un vivir en conversaciones y redes de conversaciones” (Maturana y Verden-Zöller, 2003, p. 56).

Se entiende entonces que la pareja será una organización emergente en una trama de conversaciones y, fundamentalmente, será la cultura que preserve y replique conservadoramente la “red de coordinación de coordinaciones consensuales de acciones y emociones” (Maturana y Verden-Zöller, 2003, p. 31) que determinan el modo de vivir y habitar el mundo de los sujetos individuales que forman parte de dicho sistema.

2.1.5. Las Tres Dimensiones de la Co-Construcción

Una vez establecidos los fundamentos del pensamiento sistémico, se hace necesario precisar un modelo que permita articular esta perspectiva – y las que desarrollaremos a continuación - en un marco operativo para el análisis de los procesos de reconstrucción vincular. Para ello, tomamos el modelo propuesto por Saúl Fuks (2018) en sus desarrollos sobre la co-construcción sistémica de los procesos de colaboración, específicamente a través de su conceptualización de las tres dimensiones que organizan la experiencia: la simbólico-reflexiva, la relacional-afectiva y la pragmático-racional.

La incorporación de esta perspectiva resulta fundamental para comprender cómo la estabilidad y el cambio en el sistema de pareja no son solo estados sistémicos, sino emergentes de procesos de colaboración y co-construcción.

Fuks propone un modelo que permite analizar y operar sobre los proyectos colectivos - en este caso, la reconstrucción del vínculo tras la separación - a través de tres dimensiones que funcionan como lentes de entrada para facilitar la comprensión de las singularidades de cada contexto, a las que denominó “marcadores de contexto” (Fuks, 2018, p. 1), a saber: la simbólica-reflexiva, la relacional-afectiva y la pragmática-racional. Estas dimensiones no son compartimentos estancos, sino que coexisten dinámicamente, y el éxito de un proceso colectivo - en este caso, la reconstrucción de una pareja - depende de la capacidad de los participantes para transitar y articular estas tres esferas de manera flexible.

Estas dimensiones permiten reducir la complejidad de las interacciones humanas sin perder de vista la multidimensionalidad del fenómeno. Estas categorías nos ofrecerán una lente para observar cómo las parejas en proceso de reconstrucción tras una disolución relacional transitan de una estabilidad perdida a la co-creación de un nuevo orden vincular.

2.1.5.1. Dimensión Simbólica y Reflexiva: la Construcción de Sentido.

Desde esta dimensión, el foco se sitúa en los procesos de significación y en la capacidad de los miembros de la pareja para reflexionar sobre sus propias premisas. Se refiere a la co-construcción del sentido y significado del vínculo y se nutre de elementos como los sueños, las utopías, las creencias, los valores y las narrativas que la pareja construye sobre sí misma, su historia y su futuro.

En el contexto de la reconstrucción vincular luego de una separación, esta dimensión es el terreno donde se juega la re-significación de la crisis. Las preguntas centrales aquí serían: ¿Qué sentido tiene reconstruir este vínculo? ¿Qué nueva historia somos capaces de contar sobre lo que nos pasó? ¿Cómo integramos la experiencia de la separación en nuestra identidad como pareja? La reflexividad, entendida como la capacidad de verse a uno mismo desde cierta distancia, será la herramienta clave para transitar esta dimensión.

2.1.5.2. Dimensión Relacional y Afectiva: el Clima de la Colaboración.

Esta dimensión es aquella que se orienta hacia el diálogo, los intercambios emocionales que posibilitan la construcción de significados compartidos y los vínculos que se tejen entre los miembros de la pareja y su entorno - situando el foco en la calidad de la convivencia -. Incluye la cooperación, la empatía, la gestión de conflictos, el reconocimiento mutuo y la responsabilidad relacional. Es el espacio donde se manifiestan las tensiones, los afectos, las lealtades y los climas emocionales; el contexto donde los hechos cobran sentido a partir de la afectividad. Se centra en las señales emocionales, las lealtades y el clima que define el vínculo.

En la tensión entre estabilidad y cambio, la dimensión relacional es la que sostiene la seguridad emocional necesaria para que el sistema se atreva a cambiar. La estabilidad aquí se entiende como la capacidad del sistema para regular sus tensiones emocionales y mantener un umbral de confianza que permita la exploración de nuevas formas de estar juntos.

2.1.5.3. Dimensión Pragmática y Racional: la Acción Transformadora.

Esta dimensión se refiere a la organización de los recursos, la planificación y la racionalidad de las acciones encaminadas al éxito del proyecto común, orientándose hacia la realización efectiva de los objetivos y la administración de recursos. Es la dimensión del hacer, caracterizada por la planificación estratégica, la búsqueda de eficiencia y una perspectiva a menudo inflexible centrada en resultados.

Cabe advertir aquí que un enfoque apoyado únicamente en esta racionalidad tenderá a convertir los procesos en algo formal y carente de sentido, dificultando la apropiación por parte de los involucrados. Para que un sistema sea complejo y dinámico, la dimensión pragmática debe articularse con la simbólica y la relacional, regulando sus tensiones intrínsecas de forma mutuamente enriquecedora.

En conclusión, esta propuesta nos permitirá entender que la estabilidad y el cambio no son fuerzas opuestas, sino procesos que deben ser navegados en el juego de estas tres dimensiones simultáneamente. La adopción de este modelo nos permitirá ir más allá de la identificación de factores aislados al habilitarnos a leer y

entender los hallazgos futuros no como una lista de elementos, sino como manifestaciones de un complejo sistema en el que la reconstrucción será un emergente de la co-construcción donde estas dimensiones serán gestionadas de manera flexible y creativa por los artesanos involucrados en el proceso.

2.2. Paradigma de la Complejidad

Como podemos ir percibiendo, la multidimensionalidad implicada en el análisis de nuestro objeto de estudio nos impide obtener respuestas lineales a nuestros interrogantes. Es por ello que nos resulta de vital importancia convocar a los supuestos del pensamiento complejo para poder contar con los recursos necesarios para analizar esta realidad.

El paradigma de la complejidad puede ser entendido como un enfoque transdisciplinario que buscará proponer una comprensión de la realidad y de los fenómenos como sistemas dinámicos, abiertos, interconectados y no lineales. Surge, eminentemente, como una crítica al pensamiento lineal y reduccionista dominante en la ciencia cartesiana-newtoniana clásica.

2.2.1. De la Linealidad Eclesiástica a la Linealidad Terrenal

Para poder desarrollar una comprensión más profunda y cabal sobre el pensamiento de la complejidad y su proceso de cambio paradigmático, es necesario detenerse brevemente en los desarrollos históricos occidentales que han tenido mayor gravitación sobre la prefiguración de formas de pensar y que han sido naturalizados durante siglos, hasta su cuestionamiento. Particularmente, se está haciendo referencia a la tradición griega y a la judeo-cristiana.

Wagensberg (2007) hará referencia directa a la tendencia a la inmovilización propia de la naturalización de este proceso, al explicar que

> Cuanta más historia, más inercia y más resistencia. La religión es el ejemplo más claro de inmovilidad respecto de los tiempos cambiantes. La fe es la creencia según la cual la creencia no tiene por qué cambiar, obsérvese lo que se observe en la realidad. Lo más inquietante es que una fe, que por definición

> no cambia, deba orientar el comportamiento humano en el seno de un mundo cambiante. (p. 64)

Retomando el desarrollo histórico del proceso descripto, entenderemos que de la tradición griega recibimos el concepto de psiqué, que concebirá a lo mental como algo distribuido, algo distante a lo cual el sujeto accede: las personas nacen y al nacer acceden a la mente aspirándola; el alma es algo que se absorbe y que se devuelve cuando la vida termina. Es ésta una tradición cognitiva, en donde el alma es entendida como cultura.

La tradición judeo-cristiana, en cambio, utilizará el constructo Dios para reemplazar al alma. El ser humano nacerá carente de la misma y sólo podrá adquirirla mediante el sacramento inicial del bautismo. Éste transforma al receptor en una persona; Dios es quien constituye al sujeto en tanto sujeto.

Lo que se verá de dichas tradiciones fundantes es que ambas carecen del concepto de yo: el griego es antes que nada una raza, el cristiano es antes que nada su Dios.

Pasarán siglos hasta que el ser humano pueda acceder al “descubrimiento de su ignorancia” (Harari, 2014, pp. 285-300) y pueda abrirse lugar para el emerger de la revolución científica. Durante este lapso, numerosos serán los pensadores que dentro del oscurantismo cognitivo encenderán un pequeño atisbo de luz que será tomado por el movimiento de la Ilustración y explotado en su proceso de supuesta razón liberadora que devendrá luego en simultánea racionalidad, racionalismo y racionalización.

Será recién con René Descartes (1596-1650) con quien se podrá construir un sujeto cognitivo: en el mundo pre-cartesiano, Dios era quien pensaba y él tenía sus intérpretes -exégetas-. De tal modo, la exclusiva tarea del hombre consistía entonces en descifrar el significado inamovible de las escrituras. Dicho aprendizaje implicaba una ejecución literal, por lo que el pensamiento crítico quedaba excluido del mismo hacer y de los “devenires humanos” (Von Foerster, 1995, pp. 13-14). Esta forma de organizar el entendimiento humano bajo esquemas religiosos hacía que cada acto

humano sea divino, por lo que no existía humano más que como hacedor de reglas divinas.

Descartes le sacó la tarea del conocimiento a Dios, hecho sólo habilitado por la existencia de un contexto sociocultural que funcionó como facilitador de condiciones de posibilidad para que dicho pensamiento tuviese anclaje: la misma época del pensador fue la que instaló la propiedad privada, habiendo sido hasta entonces la tierra un patrimonio de Dios, de un feudo. La ciencia comenzó a entenderse como la ideología de la burguesía con el afán de expandirse a través del desarrollo y uso de la tecnología. Comenzaron a desarrollarse movimientos intelectuales como el enciclopedismo, proclamador de la independencia y de la superioridad de la razón frente a cualquier forma de autoridad – divina, principalmente -, de tradición y de fe.

El ser humano podía ahora pensar porque así podría apropiarse de la naturaleza. La tarea del conocimiento humano fue la de la apropiación de la naturaleza a partir de una mente como experiencia privada.

Descartes instalará la noción de representación, la cual a su vez presupondrá la idea de objetividad -pensamiento objetivo-, es decir, la noción de una representación verdadera sin distorsiones del impacto del mundo sobre uno mismo, pensamiento que tiene la propiedad de los objetos y que carece de las distorsiones del sujeto.

Se incorporará así en la ciencia -y en el pensamiento cotidiano- una noción que ha reinado desde entonces y que, al día de hoy, sigue estando presente en la base de muchos modelos teóricos y quehaceres prácticos: el dualismo cuerpo-mente. Dicha postura significará un avance genuino en el desarrollo científico y del pensamiento de la época, pero marcará un punto de enclave que anudará a la ciencia durante siglos. Wainstein (2010) explicará que de este modo quedará figurado e inscripto “lo mental como algo individual, privado e intracraneano (…). La mente como algo aislado, privado y estructuralmente determinado por alguna causa en particular” (p. 135).

La modernidad se caracterizó por un posicionamiento epistemológico y paradigmático que, si bien elaboró la creencia medieval de la verdad revelada de Dios,

no pudo superar la tentación de caer en un principio normativo externo como controlador y regulador de la verdad, a saber: la razón científica.

Si bien el pasaje del Dios de la iglesia a la diosa razón supuso un proceso de emancipación de ciertas cualidades de la “humana condición” (Morin y Motta, 2008, p. 3) que se encontraban tomadas por la hegemonía eclesiástica, la perdurabilidad de una entidad externa reguladora siguió dejando al sujeto humano en un lugar de privación de su exploración y posesión total. Continuó así la perpetuación de una única verdad como fuente de consulta y revelación, colonizando diversas y divergentes formas de comprender y, por ende, de habitar el mundo al considerarlas como erróneas o heréticas.

Tanto en la verdad religiosa medieval como en la verdad racionalista moderna, la promulgación de una única forma de verdad implicó formas de conocimientos lineales y verticalistas, excluyendo la circularidad y horizontalidad propias de la reflexividad. Fue necesario superar un modo de pensar representacionista y revelado para que la verdad – religiosa o racionalista – dejase de existir como entidad autónoma y perdiese su carácter incuestionable.

Esto posibilitó un reposicionamiento fundamental en el sujeto cognoscente, a partir del cual el humano pasó de ser un mero receptáculo reproductor de una verdad revelada e incuestionable a ser un co-constructor, junto a otros humanos, de una forma de verdad contextualizada y celebrada como válida de acuerdo a las condiciones de dicho contexto. La verdad cedió su lugar a las verdades y el ser humano perdió así la seguridad y la certidumbre de la verdad absoluta; a cambio, adquirió un nivel de autonomía y una capacidad de agenciamiento hasta entonces negadas. De esta forma se revalorizó y se resaltó el ejercicio de libertad y la asunción de responsabilidad – ética de la alteridad - que implica la construcción personal y colectiva del modo de “ser-en-el-mundo” (Heidegger, 1927, p. 54), rescatando el valor de lo contextual y de la “artesanía de contexto” (Fuks, 2006, pp. 63-76).

2.2.2. Del Mundo de la Linealidad al Cosmos de la Retroalimentación

A principios del siglo XX comenzaron a surgir ciertos posicionamientos teóricos de diversos autores que entraron en conflicto con el paradigma reduccionista cartesiano de la época y que sentaron las bases inmediatas de la inminente revolución cognoscitiva y la nueva ciencia de la mente. Tales fueron los aportes de George H. Mead, Kurt Lewin, J.R. Kantor, Lev Vigotsky., George Herbert Mead y su psicología social moderna. En ella, una de sus propuestas apunta a supera el dualismo cartesiano reformulando el entendimiento de la verdad en tanto afirma que una cosa no informa sobre una correcta representación de la realidad, sino que es un acto, un ejercicio de poder.

Hacia la década de 1930 sucederían dos grandes fenómenos que revolucionarían el modo de comprender el mundo y que harían cuestionar, desde la misma interioridad de la ciencia física, los conceptos hasta entonces sacrosantos de objetividad y verdad del conocimiento. En este sentido, denunciará Bateson (1972) que

> Los datos no son sucesos u objetos sino siempre registros o descripciones o recuerdos de sucesos u objetos. Siempre hay una transformación o recodificación del suceso bruto, la que se produce entre el hombre de ciencia y su objeto (…) Ningún dato es verdaderamente bruto, y todo registro ha sido sometido a una remodelación y trasformación. (p. 35)

El primero de los fenómenos referidos precedentemente fueron las notables dificultades para realizar mediciones en microfísica que nacieron a partir del descubrimiento de la microscopía electrónica -nacimiento de la microbiología y de la microfísica- y que evidenció que el acto de observar produce una distorsión en el objeto observado. El segundo fue el desarrollo de los principios de indeterminación -o principio de incertidumbre- y de complementariedad.

En los primeros cincuenta años del siglo XX se dio lugar a un asombroso cambio en la forma de comprender la realidad y de entender con qué tecnología se

abordaba la misma. Paralelamente se produjo un cambio en el mando mundial con el surgimiento del imperio americano y las numerosas migraciones de intelectuales durante el período de guerra, la globalización y la razón tecnológica tras la disolución del imperio británico finalizada la segunda guerra mundial. Se disolvió una forma de entender al mundo que había nacido en el Renacimiento y que había reinado desde entonces, a saber: la noción de la ciencia como método objetivo que conduce hasta la verdad dejó de ser un hecho incuestionable.

Nacerá así la segunda revolución cognoscitiva y la nueva ciencia de la mente. El enfoque sistémico será un modelo de la mente con el cual se superará la explicación de las características individuales para generar una explicación interaccional de la conducta. Las interacciones no nacen solamente del intercambio con personas, sino también con contextos, con la naturaleza misma -la idea batesoniana de ecología de la mente (1972), que desarrollaremos posteriormente, se refiere justamente a cómo la mente humana se relaciona con la naturaleza-. El mito batesoniano buscará superar al mito del parecer interno y al mito objetivista presentando a un sujeto en permanente interacción con su ambiente.

Ya no existirá más el sujeto observante neutral y objetivo por fuera del sistema que a través de un proceso de observación aséptica realizará una descripción objetiva y verdadera de la realidad representada. Por ello es que Bateson hablará del concepto de puntuación: “Siempre e inevitablemente existe una selección de los datos, porque el universos total, pasado y presente, no está sujeto a observación desde ninguna posición dada del observador” (Bateson, 1972, p. 10).

En relación a la complejidad, se entiende que este concepto hace referencia a múltiples elementos interactuando en una forma de interacción que va permitiendo a los mismos elementos autorregularse. De tal modo se hace hincapié nuevamente en la interacción como regulatoria de la conducta de los elementos. En la medida en que la interacción transcurre en el tiempo, genera patrones. Con este concepto, estamos

haciendo referencia a innumerables cosas que incluyen innumerables elementos que tienen innumerables relaciones con innumerables elementos, nunca pudiendo acceder a la totalidad de su análisis.

2.2.3. El Desborde de la Modernidad. Complejidad y Vincularidad

El paradigma de la Modernidad es el paradigma de la simplificación: pone orden, homogeniza, persigue el desorden que implica el mundo de las emociones. Se trata de un paradigma binario, excluyente, limitante y simplificante, en el cual está inscripta una mirada y lectura dicotómica sobre la realidad. La cosmovisión moderna será, por lo tanto, “bicameral” (Morin, 1997, p. 60).

Como todo paradigma simplista y simplificante, es dicotómico y absolutista y presenta a todos los elementos contrarios como contradictorios no complementarios, favoreciendo el proceso de conflictividad no incluyente entre los mismos. Es y está estatizado, atiende más a las sustancias que a los procesos, a lo estable más que al cambio. Genera circuitos reductores y resultados reductivos al pretender unificar lo diverso, con el fin de regular la incertidumbre de lo complejo: la absolutización arroja como resultados una unificación atomizada que será presentada como única verdad.

Es por ello que Theodor Adorno (2001/1951) enunciará que “el todo es lo no verdadero” (p. 48), representando la noción de que el sistema, que se apropia de la pretensión de totalidad, no se reconcilia con aquello que excluye, ni con el sufrimiento que ignora. Es decir, postulará que el acto de pensar y analizar solo sobrevive si se renuncia a la ilusión de totalidad, si se atreve a abrazar la fragmentariedad de lo real y la irreductibilidad de lo no-idéntico.

El paradigma de la complejidad propondrá una mirada multivalente que permite la emancipación respecto a la causalidad lineal, sustituyéndola por una lógica espiralada no lineal, recursiva, que integra al mismo sujeto dentro de sus contextos de significación.

Con esta propuesta ampliada y compleja, pretende la integración de los elementos dicotomizados. Cuestionará la absolutización del paradigma reduccionista

de la modernidad, no la aplicación específica del mismo en el campo en el cual ha emergido. A partir del principio de recursividad la parte dejará de ser el todo, pero seguirá siendo parte incorporada en el todo. La simplicidad verá a lo uno y a lo múltiple pero no podrá ver que lo uno puede ser, al mismo tiempo, múltiple.

Para la cabal comprensión de las dinámicas vinculares que estudiaremos en la presente investigación, entenderemos que será de fundamental importancia la incorporación de este paradigma, ya que habilitará una mirada que nos permita superar la dicotomización simplista y reduccionista y que habilite una perspectiva compleja, holística y abarcativa tanto de la comprensión de los procesos que llevaron a una pareja a separarse, como también de la complejidad multifactorial necesaria, implicada y requerida para enfrentar el arduo trabajo de reconstrucción vincular.

A partir de estos elementos es que adquiere una relevancia primordial el espacio intersubjetivo como espacio en el que los actores construyen un mundo común de significados compartidos que les permite interactuar. La capacidad humana para la reflexividad adquiere, de este modo, una naturaleza intersubjetiva y comprensiva/interpretativa. Morin sostendrá en Para una crisología (1979) que:

> No se puede hacer una teoría de las crisis sociales, históricas, antropológicas, si no se tiene una teoría de la sociedad que sea tanto sistémica, como cibernética y bio-neguentrópica (…) Es necesario concebir la sociedad como sistema capaz de tener crisis, es decir, plantear tres órdenes de principios: el primero sistémico, el segundo cibernético, el tercero neguentrópico. (p. 149)

Explicará que para que pueda existir un sistema – y, como hemos explicado precedentemente, la pareja es entendida como un sistema – es menester el mantenimiento de las diferencias, de las fuerzas antagónicas, de exclusión, repulsión y disociación, para evitar así la fusión, la indiferenciación y la confusión de los miembros del sistema entre sí, por un lado, y del sistema con sus sistemas de participación – ecosistema -, por el otro. La relación entre estos principios de complementariedad y de antagonismo será, por un lado, entre lo actualizado – lo actual – y lo virtualizado – lo

potencial – de la pareja y, por el otro, entre la estabilidad de la identidad relacional y las demandas de cambio y modificación que supone la interacción con el ambiente. Lo interesante del planteo reside precisamente en la complejidad del mismo. Morin (1979) reforzará que

> La complementariedad juega de manera antagónica al antagonismo y el antagonismo juega de manera complementaria a la complementariedad (…) El antagonismo no lleva solamente en sí la dislocación del sistema, sino que puede contribuir también a su estabilidad y regularidad. (p. 3)

Dicho de otra manera, planteará que el desarrollo de un sistema necesariamente requerirá del conflicto y de las crisis en tanto principios de actualización de recursos virtuales y potenciales que no podrían ser evocados a menos que se presenten dichos principios de antagonismo como disruptivos, a la par que complementarios de la complementariedad relacional:

> Todo sistema lleva en sí, puesto que es portador del antagonismo, su propia desintegración potencial, y el segundo principio lo condena a la dispersión en un plazo determinado. La única posibilidad de luchar contra la desintegración es integrar y utilizar lo más posible los antagonismos en forma organizacional. (Morin, 1979, p. 3)

El autor entenderá que toda organización conlleva dentro de sí la inevitabilidad de su anti-organización, que será a la vez necesaria y antagónica. El antagonismo – el otro polo de la complementariedad que junto a ella compone a la misma realidad compleja – será potencialmente desorganizacional – si traspasa ciertos umbrales – a la par que virtualmente favorecedor de procesos de reorganizaciones transformadoras evolutivas: se hablará aquí de un antagonismo organizacional. Como dirá el filósofo canadiense Marshall McLuhan: “breakdown is a potencial brakthrough” -la ruptura es un avance potencial- (McLuhan, 1970, p. 27).

2.3. Termodinámica y Teoría del Caos

Los aportes de la teoría del caos y de la termodinámica a la comprensión de los fenómenos y las estructuras disipativas[7] son de una vital importancia para aumentar la comprensión de cómo una crisis puede transformarse en un potencial avance.. Ambas teorías tienen significativas implicaciones a la hora de ampliar la comprensión de la naturaleza de la realidad – desde una perspectiva que supera y cuestiona la linealidad modernista – y de los límites de la predicción o, mejor dicho, de nuestra capacidad para predecir el comportamiento de sistemas complejos, centralizándose en el análisis de la construcción y del impacto de los puntos de bifurcación[8].

La teoría del caos se transformó en una de las revoluciones científicas más trascendentes del siglo XX, abocándose desde sus orígenes al estudio de los sistemas dinámicos, entendiendo a los mismos como sistemas no lineales en donde la relación causa y efecto no es directamente proporcional y en donde se albergan comportamientos extremadamente complejos, de tal modo que, pese a ser en principio sistemas deterministas, funcionan de forma desordenada y caótica.

El objetivo de la teoría del caos ha sido el abordaje explicativo –o, al menos, comprensivo- de ciertos tipos de sistemas complejos y dinámicos no lineales sensibles a las variaciones de sus condiciones iniciales, para poder de este modo relativizar y cuestionar las premisas de predictibilidad de la física clásica y la ciencia moderna. Vale decir, estudia la sensibilidad a las condiciones iniciales en sistemas dinámicos, donde pequeños cambios pueden generar resultados impredecibles y en apariencia caóticos, incluso en sistemas que parecen regidos por leyes deterministas.

La termodinámica y, especialmente, la segunda de sus leyes – ley de entropía - , describe la tendencia natural de un sistema abierto y dinámico a aumentar su

[7] Las estructuras disipativas son sistemas que mantienen su organización al disipar entropía hacia el exterior de dicho sistema.
[8] Momentos críticos donde el sistema, alejado de su punto de equilibrio, debe elegir entre múltiples trayectorias posibles.

desorden hasta la conducción al caos en un estado final de dicho sistema. La entropía es una medida de desorden y aleatoriedad de un sistema abierto que tiende a aumentar a medida que el sistema tiende paralelamente a moverse hacia un estado de mayor caoticidad, en el cual la energía tiende a disiparse y los procesos a desordenarse.

En el ámbito materno de dichos enfoques –física y química- podemos rastrear precursores que se remonten al siglo XIX con el nacimiento de la termodinámica clásica, tales como Sadi Carnot, quien fue considerado el padre de la termodinámica al demostrar que el calor no puede convertirse plenamente en trabajo sin suceder una perdida; o Rudolf Clasius, quien formalizó en 1850 la segunda ley de la termodinámica e introdujo el concepto de entropía. Sin embargo, no fue hasta el siglo XX en que los desarrollos de la teoría de la información (1948) de Claude Shannon, permitieron introducir el concepto de entropía al campo de la comunicación, integrándose en la comprensión de cómo las personas procesan, almacenan y recuperan la información. La teoría de la información – también llamada teoría matemática de la comunicación – proporciona un marco para entender cómo los procesos mentales se asemejan a los de un sistema de procesamiento de información.

A partir de los aportes de Shannon, la noción de entropía pasará a ser incorporada al patrimonio de la psicología para producir una ampliación en la comprensión de los procesamientos mentales, entendiéndola como la medida de incertidumbre o novedad que toda información novedosa trae consigo, la cual producirá un nivel inevitable e imprevisible de incertidumbre, desorden y complejidad en los procesos mentales y comportamentales del sistema que es impactado por dicha información novedosa.

Esta comprensión y significación es la que llevará al físico estadounidense John Wheeler (1989) a proclamar su célebre frase: “it from bit”[9] (p. 3), noción con la

[9] Esta frase, si bien no tiene una traducción literal al español, podría ajustarse a la noción de “eso a partir de un bit” o, en forma más poética, “la realidad surge de la información”. Con esta

que no solamente queda sistematizada -en el ámbito científico- la profunda crítica a la modernista pretensión de separación entre observador y observado –lo que observamos en la materia es una manifestación de información codificada por el sujeto observante-, sino que además enunciará el posicionamiento del espíritu científico de la época: las barreras entre los campos científicos son solamente una expresión de la necesidad de focalización que cada científico –o grupo de científicos- tenga.

La termodinámica y la teoría de la información revelarán, entonces, tres principios fundamentales que adoptaremos como telón de fondo para la comprensión de las dinámicas de pareja en los procesos de reconstrucción de sus vínculos:

1 – toda información es física: esto equivale a decir que todo proceso comunicacional requerirá e implicará energía y, consecuentemente, generará un proceso entrópico de imprevisible desorden;

2 – el universo es un computador: los modelos de procesamiento de información por parte de los sistemas abiertos – parejas – seguirán los principios de la termodinámica, especialmente su segunda ley;

3 – la entropía es el límite: la tendencia al desorden y al caos es el inexorable precio que pagamos por vivir en un universo donde el orden es efímero – aunque la modernidad haya hecho de él la aspiración última a la que debiese apuntar la humanidad – y el caos inevitable, y en donde la vida de todo sistema dependerá de su capacidad de exportación de entropía a su entorno para poder sobrevivir.

En cuanto a la teoría del caos, también podremos encontrar antecedentes remotos que nacen en la cuna de la física y de la química para luego tomar algún nivel de autonomía y poder ser incorporados al ámbito de la psicología y de la comprensión de los fenómenos mentales, vinculares y comunicacionales.

---

frase, Wheeler postulará su premisa de que la realidad física emerge de la información cuántica, es decir, que la estructura y las propiedades del universo surgen de los bits de información.

Henri Poncairé (1854 – 1912) será proclamado como el padre del caos al estudiar la mecánica celeste y descubrir que pequeños cambios en las condiciones iniciales podrían llevar a resultados radicalmente distintos, acuñando de este modo el concepto de sistemas dinámicos no integrables. James Clerk Maxwell (1831-1879) y Ludwig Boltzmann (1844-1906) demostraron que el comportamiento de sistemas complejos es impredecible a nivel microscópico, aunque predecibles estadísticamente.

Ahora bien, no será hasta la segunda mitad del siglo XX que nacerá formalmente la teoría del caos a partir de las formulaciones de Edward Lorenz (1917-2008), quien desarrollará ecuaciones con las que evidenciará que los sistemas inicialmente deterministas podrían ser impredecibles e indeterminados en el largo plazo y con ello descubrirá que, en los sistemas computacionales, pequeñas variaciones en datos iniciales generan predicciones totalmente distintas. A Lorenz debemos las nociones de atractores - patrones o tendencia de comportamientos, actitudes o pensamientos que, una vez establecidos, tienden a ser mantenido por el sistema, aunque sean alterados por nuevas influencias[10] - y la formulación del efecto mariposa.

En conformidad con la noción de atractores de Lorenz, Benoit Mandelbrot (1924-2010) desarrollará la geometría del caos, postulando que los fenómenos naturales siguen patrones fractales, comenzando así a visibilizar la existencia de un cierto nivel de orden subyacente dentro – o detrás – del caos. Concordantemente, Mitchell Feigenbaum (1944-2019) descubrirá las constantes universales en la transición de sistemas ordenados al caos.

Todos estos saberes nacientes de la física y de la química, de las matemáticas y estadísticas, de la física cuántica, de la biología e incluso la meteorología, fueron construyendo el caldo de cultivo teórico, práctico e intelectual que dispuso la posibilidad de la emergencia de saberes isomórficos trasladables a distintos ámbitos,

[10] Esto tendrá un correlato sustancial cuando estudiemos los dobles vínculos recíprocos enunciados y descriptos por Mony Elkaim.

entre ellos a la psicología y, específicamente en nuestra investigación, al estudio de las dinámicas conversacionales en parejas separadas que deciden recomponer su relación.

Aquí, proveniente de la física matemática e intersectando la teoría del caos, la termodinámica y, posteriormente, las humanidades –principalmente gracias a la colaboración de Isabelle Stengers-, podemos encontrar los desarrollos de Ilya Prigogine. Inicialmente, el autor centró su objeto de estudio e investigación en los sistemas inestables y en las estructuras disipativas, explorando cómo la complejidad y el orden pueden surgir de sistemas inicialmente desordenados. Su teoría se enfocará en los procesos irreversibles – sistemas de no reversibilidad – y alejados del equilibrio, en donde las interacciones aleatorias pueden conducir a la formación de estructuras ordenadas y estables. Se entenderá, de este modo, que la entropía no sólo será fuente de caos sino, también y al mismo tiempo, fuente de estructuras complejas.

Al pronunciar la afirmación de que “el no-equilibrio trae orden a partir del caos” (Prigogine y Stengers, 1984, p. 4), Prigogine resume la idea central de su desarrollo teórico en la que se desataca la posibilidad de que la complejidad y el orden puedan surgir a partir de la interacción de sistemas inicialmente desordenados. Con ello, podremos comprender las formas en que el caos produce las condiciones de posibilidad para la creación y la novedad, siendo ésta una noción troncal y fundamental para nuestro estudio.

2.3.1. La Flecha del Tiempo

En El fin de las certidumbres (1996), así como a lo largo de la mayor parte de sus escritos, Prigogine abordará la noción del tiempo y de sus implicancias, interrogantes y resignificaciones conceptuales. Intencionalmente posicionado a mitad de camino entre la rigurosidad de la física matemática - de la cual nace - y sus intereses filosóficos y biológicos, tomará la noción de flecha del tiempo – desarrollada originalmente por el astrónomo británico Arthur Eddington -, entendiéndola como la causa de la organización vital en tanto condición fundante de irreversibilidad:

> En el mundo que es nuestro, descubrimos fluctuaciones, bifurcaciones e inestabilidades en todos los niveles. Los sistemas estables conducentes a certidumbres, corresponden a idealizaciones, aproximaciones. Sin la flecha del tiempo somos incapaces de entender los dos rasgos principales de la naturaleza: su unidad y su diversidad. La flecha del tiempo, común a todas las partes del universo, da testimonio de dicha unidad. (Prigogine, 1996, p. 25)

Con la noción de flecha del tiempo estará abordando la complejidad termodinámica de la entropía y del caos y estará hablando de la tendencia natural de las cosas a desordenarse de forma espontánea. Entenderá que el tiempo es irreversible, al igual que la irreversibilidad implicará al tiempo: los fenómenos irreversibles pasarán a ser comprendidos como el origen de la organización bilógica y vital y, de este modo, revisará la noción del tiempo dentro del mundo de la física.

A partir de esto, Prigogine logra salir – y sacar – del determinismo de las leyes de predictibilidad y certidumbres, para abrir lugar a la dinámica de los acontecimientos, a la historia, al devenir. Propondrá que “las leyes fundamentales ahora expresan posibilidades, no certidumbres. No sólo poseemos leyes sino acontecimientos que no son deducibles de las leyes, pero actualizan sus posibilidades” (Prigogine, 1996, p. 3).

2.3.2. La Crisis como Oportunidad de Nuevos Relatos

A partir de esta lectura, desde el ámbito de la termodinámica y la teoría del caos, las crisis comenzarán a ser concebidas como un elemento revolucionario en tanto revolverán el orden establecido y logrado, visibilizando al mismo tiempo la caducidad de ciertas reglas o normas, de ciertos equilibrios previamente funcionales -y funcionalizados -, así como un sinnúmero de fuerzas de posibilidad que traerán consigo tanto la frescura de lo novedoso como el temor de lo no conocido.

Prigogine señalará la falaz arrogancia con la que la ciencia moderna se decretó a sí misma - y consecuentemente, a la humanidad entera - por encima de la naturaleza, lo cual resume en sentencias del sociólogo y antropólogo francés, Lévy-Bruhl (1927): “Ya no nos sorprende nada pues sabemos las leyes básicas de la

naturaleza y cuando vemos algo que no entendemos, no dudamos de que con un poco de inteligencia lo podemos reducir a las leyes que conocemos" (p. 55).

2.4. Narrativismo

Sincrónicamente al desarrollo del pensamiento sistémico, de la teoría de la complejidad y de la teoría del caos, surge una corriente transdisciplinaria entre los ámbitos de la psicología, la filosofía, la historia y la antropología, principalmente, que genéricamente fue denominada narrativismo, debido a su énfasis en la noción de que los seres humanos construimos y comprendemos la realidad a través de una serie de relatos articulados.

Su incorporación como modelo paradigmático central en nuestra investigación será necesaria en tanto nos permitirá aumentar la comprensión de los desafíos y las posibilidades de los procesos de reconstrucción vincular, poniendo énfasis en las narraciones y las historias narradas por cada uno de los miembros de la pareja - para sí mismos, para los otros y para la propia pareja -. Estas narrativas podrán tener un efecto limitante en la posibilidad de reconstrucción, o bien podrán tender a facilitar la navegación del proceso mismo.

Si bien el narrativismo fue aplicado al ámbito específico de la psicología – principalmente a través de autores como Anderson y Goolishian, Lax o White-, comenzó siendo una reflexión filosófica que tomó a las narraciones como su objeto de estudio y de análisis.

Los orígenes de este recorrido comienzan con los aportes indirectos que el filósofo, matemático y lingüista austríaco, Ludwig Wittgenstein (1889-1951) realiza a la comprensión del lenguaje. En su libro Investigaciones Filosóficas (1953) sentará las bases para el desarrollo de los enfoques construccionistas y narrativistas en la psicología, principalmente al explicar cómo el lenguaje da forma a la experiencia humana y, por lo tanto, a las narrativas que construimos sobre el mundo y sobre nosotros mismos. Con su noción de "juegos del lenguaje" (Wittgenstein, 1953, pp. 8-9) propondrá que el significado de las palabras no es algo fijo, sino que depende de su

uso en contextos específicos y que, por lo tanto, las narrativas personales no reflejan una verdadera esencia, sino que son construcciones lingüísticas moldeadas por los contextos sociales.

Desarrollará nociones fundamentales para la posterior aplicación al narrativismo en psicología, tales como la de “lebensformen” (Wittgenstein, 1953, p. 4) –las formas de la vida- a través de la cual sostendrá que no existe un lenguaje privado, sino que todo significado es negociado socialmente ya que se encuentra arraigado en prácticas compartidas – esto es lo que posteriormente Anderson y Goolishian utilizarán para explorar cómo las parejas negocian significados en su forma de vida compartida-. Explicará que el lenguaje no es sólo una representación lógica, sino una herramienta arraigada en el actuar humano, sintetizando su posicionamiento a través de la formulación de su máxima “imaginar un lenguaje significa imaginar una forma de vida” (Wittgenstein, 1953, p. 8).

Es así que su filosofía – que él mismo comparaba con la terapia - posee como objetivo la habilitación de la disolución de confusiones creadas por usos determinados del lenguaje. Si bien Wittgenstein no escribió sobre terapia, su filosofía permitió la desnaturalización del lenguaje, poniendo en evidencia tanto que las narrativas son juegos sociales y no espejos de la realidad; como que el cambio en el lenguaje permite el cambio en la misma experiencia.

Continuando con los aportes filosóficos, pasaremos a adentrarnos en la filosofía francesa, particularmente en las contribuciones de Paul Ricoeur quien en Tiempo y Narración I (1983) propondrá que la identidad personal es una identidad narrativa, es decir, que el modo en que el sujeto se entiende y define a sí mismo es mediante un recorrido de historias que teje sobre su propia vida. De este modo, utilizará la noción de “narratividad” (Ricoeur, 1983, p. 28) para referirse a la acción de narrar mediante la cual los sujetos humanos tienen la posibilidad de establecer conexiones de continuidad entre acciones diferentes. Establecerá que la identidad es una ficción útil, la cual tiene efectos de sentidos en la posterioridad de la narración y

establecerá que “la identidad del quién no es, pues, ella misma más que una identidad narrativa” (Ricoeur, 1983, p. 28). En este sentido, agregará Jorge Fernando Navarro (2015):

> El concepto de narratividad ricoeuriano puede pensarse, entonces, como un modelo de permanencia en el tiempo que permite al sujeto seguir siendo él mismo a través de sus diferentes actos, ya que una acción se vincula a alguien que la lleva a cabo y es allí que emerge su identidad. No obstante, para resultar auténticamente narrativa, esa identidad no puede ser sino temporal, provisoria. En tal sentido, la singularidad del hombre radica en su capacidad para convertirse en relator de su propia historia. (p. 4)

El filósofo político escocés Alasdair MacIntyre, en su libro Tras la Virtud (1981), argumentará que la vida humana es una narrativa buscada y que las acciones solamente adquieren sentido en el marco contextual de una historia.

Sobre estos desarrollos filosóficos es que se asentaron y ramificaron las postulaciones psicológicas denominadas narrativistas – o, al menos, englobadas bajo un posicionamiento sincrónico a los postulados del narrativismo-. Comenzaremos, ahora, a adentrarnos en los aportes al ámbito específico de la psicología para examinar algunas nociones narrativistas con el objetivo de pensar sus implicaciones en nuestro objeto de estudio.

Dentro de los desarrollos de la psicología cognitivista, Jerome Bruner (1915-2016) defendió la noción de que la mente humana organiza la experiencia en tramas y no sólo en datos, y que el pensamiento humano posee dos modos de operación: el paradigmático -lógico-científico- y el narrativo -basado estrictamente en historias o narraciones-. A partir de su análisis sobre la autobiografía y el self, sostendrá que la identidad será una construcción narrativa sujeta a una constante revisión. En su escrito Actos de significado. Más allá de la revolución cognitiva (1990) desarrollará la idea de la mente como constructora de narrativas, argumentando que la vida humana se encuentra intrínsecamente ligada a los significados compartidos y negociados a lo

largo de la historia. Con esto, Bruner explorará la importancia de los contextos y significados culturales en el abordaje de la psicología, contraponiéndose así a los principios basales de la revolución cognitivista en la que se tendía a priorizar la cognición individualista.

Michael White y David Epston sustentaron sus formulaciones terapéuticas apoyándose en el pensamiento de Foucault analizando, de este modo, cómo los discursos de poder moldean las narrativas personales. En el año 1983 fundaron en Adelaia, Australia, el Dulwich Centre, institucionalizando de este modo la terapia narrativa. En su escrito Medios narrativos para fines terapéuticos (1993) propondrán que los relatos que las personas realizan acerca de sus vidas no sólo determinan el significado que atribuyen a sus vivencias, sino que también determinan qué aspectos de la experiencia vivida deben seleccionar para asignarles significados. Dirá Ibar Alejando Martinez Melella (2012):

> No es posible que estas narraciones abarquen toda la riqueza de nuestra experiencia y, por lo tanto, los relatos son constitutivos o modeladores de la vida de las personas. [White y Epston] afirman que, en el esfuerzo de dar sentido a sus vidas, las personas se enfrentan con la tarea de organizar sus experiencias en secuencias temporales, a fin de obtener un relato coherente de sí mismas y del mundo que las rodea. (p. 95)

Anderson y Goolishian (1997) conjugarán los aportes del construccionismo social de Berger y Luckmann con los postulados filosóficos y lingüísticos de Ricoeur y Wittgenstein para el desarrollo de su enfoque colaborativo en psicoterapia. En tanto entenderán al diálogo como un acto potencialmente generador de nuevos significados y al terapeuta como un facilitador de diálogos y no como un experto – siendo los pacientes los expertos en sus propias vidas -, propondrán a la conversación como una herramienta terapéutica y a la incertidumbre como una oportunidad para que paciente y terapeuta puedan co-construir significados dentro de un proceso dialógico. Se reconceptualizará al problema como una verdad subjetiva coherente con un modo de

descripción de la situación que se encuentra anclado en la narrativa de la persona, por lo que en su terapia colaborativa se hablará de sistemas lingüísticas problemáticos, siendo el objetivo de la terapia su disolución a través del cambio de las conversaciones sobre el mismo.

Estos desarrollos llevarán a William Lax (1996) a sostener que:

> Después de los trabajos de Anderson y Goolishian, la conversación se puede definir como toda interacción entre personas en las que hay cierto espacio compartido (…) La conversión reflexiva será aquélla en la que una persona hace de su conversación anterior un objeto de observación (p. 100).

2.4.1. Las Historias que nos Narramos

Las historias que nos narramos dan forma a aquello a lo cual le prestamos atención. La narrativa es esencial a la noción del compartir ya que mucho de lo que realmente compartimos son historias y las historias son señalamientos de valores y de valoraciones. Una vez que se establece una dirección o puntuación, el mundo se presenta a sí mismo en forma de objetos perceptibles y el sistema perceptual produce una suerte de camino hacia delante, de dirección compuesta por aquellos objetos – ahora percibidos – que son relevantes para dicha meta u objetivo.

El narrativismo podrá ser entendido, entonces, como un mosaico de voces plurales, distintas, convergentes; será el emergente transdisciplinar, dinámico y fluido de aportes filosóficos, psicológicos, históricos, sociocríticos, literarios que a su vez tomarán de su propia creación innovadora los elementos que requieran para aplicarlos a la dimensión específica de cada una de sus disciplinas constitutivas. En su empresa resignificadora, buscará deconstruir narrativas rígidas que supongan un estrechamiento de las tramas relatadas y, por consiguiente, de las posibilidades de transformación y desarrollo del sujeto – sea éste un individuo, una pareja, una comunidad -; propondrá la reescritura y la resignificación de dichas tramas desde múltiples voces divergentes; será un giro ecuménico y hermenéutico que apelará a la

amplificación de posibilidades de relatos y narraciones que los sujetos construyen sobre sí mismos, sobre los otros y sobre el mundo.

2.5. Construccionismo Social

Profundizando el desarrollo de aquéllas teorizaciones que enfatizaron la focalización de su análisis en el sistema observante más que en el sistema observado – eje clave para nuestra comprensión de la dinámica de los procesos de reconstrucción vincular -, nos toparemos inevitablemente con el desarrollo del construccionismo social.

Este fue un movimiento conceptual que emergió como un paradigma crítico a consecuencia de una profunda crisis epistemológica y metodológica que atravesó a las ciencias sociales y que posteriormente se sistematizó en una teoría sociológica que cuestionó los fundamentos objetivistas y esencialistas que dominaban a la sociología clásica.

Su premisa central será que la realidad no es un hecho dado en sí mismo – datum -, sino que es un proceso dinámico de construcción colectiva –captum -, mediado y habilitado por el lenguaje, las prácticas institucionales y las relaciones de poder. El lenguaje y las conversaciones serán entendidas, de este modo, no como un reflejo puro y objetivo de la realidad, sino como productores activos de la misma: se cede el lugar de la representación a la acción discursiva.

2.5.1. El Fin de la Representación

No me dejes solo entre personas llenas de certezas.
Esa gente es terrible.
Antonio Tabucchi

En tanto movimiento emergente, el construccionismo social se nutrió de numerosos aportes de autores provenientes de diversas áreas del conocimiento. En sus posicionamientos críticos para con la metafísica de la objetividad – vale decir, en el pasaje del idealismo al giro lingüístico y la acción discursiva -, supo enraizarse en

tres teorías filosóficas fundamentales: la fenomenología (Husserl y Schutz), la hermenéutica (Gadamer y Ricoeur) y la filosofía del lenguaje (Wittgenstein y Austin).

Naciente de los anhelos de reposicionamiento del sujeto individual por sobre la objetividad universal del cientificismo, la fenomenología sostendrá –tanto como teoría filosófica como también como método de investigación- que la realidad no es algo dado en sí mismo y de forma objetiva, sino que es experimentada subjetivamente a través de la consciencia particular de cada individuo a la cual llegan, en el momento del contacto sensible con dicha realidad, una serie de fenómenos. Con la publicación de su libro Investigaciones Lógicas (1929), Edmund Husserl (1859-1938) reducirá la realidad a un puro fenómeno, en la medida en que la misma aparece como tal fenómeno en la consciencia, haciendo de este modo un énfasis pronunciado sobre la experiencia subjetiva del sujeto. Esta premisa será luego retomada por los autores del construccionismo para sostener la noción de que los significados surgirán como resultado de la interacción entre sujetos – y sus fenómenos - y sus mundos vividos.

Sustentándose en los principios subjetivistas de la fenomenología, surgirá sobre sus raíces un movimiento que enfatizará el papel del lenguaje, la tradición y la historia en el acto de la comprensión humana denominado hermenéutica o filosofía hermenéutica contemporánea. En Verdad y método (1960), Hans-Georg Gadamer (1900-2002) analizará la naturaleza de la comprensión y de la interpretación humana y propondrá una teoría de la interpretación en donde se entenderá a la comprensión como un proceso dinámico habilitado por el lenguaje, no sólo en tanto medio de expresión de ideas, sino en tanto forma de existencia y fuente de sentido. Se comprenderá, de este modo, que la interpretación será un acto creador en sí mismo y que todo entendimiento estará irremediablemente mediado por juicios culturales e históricos.

Gadamer planteará que los fenómenos de la comprensión son los fundamentos de la experiencia humana; es decir, que “comprender es siempre comprender de otro modo” (Gadamer, 1960, p. 15) en tanto que todo acto de comprensión es una

interpretación. En este sentido, entender lo que uno lee del mundo y de la conducta de los otros será algo imposible a no ser que uno mismo aporte un acto interpretativo. El mismo círculo hermenéutico es factible en la comprensión de la construcción activa de la realidad: no podremos nunca comprender la realidad a no ser que hagamos un acto interpretativo.

Siguiendo con la aplicación de la lógica del paradigma de la hermenéutica, Paul Ricoeur (1913-2005) propondrá su hermenéutica de la distancia. El acto sufre, una vez emitido, un desarraigo de la intención del actor y cobra independencia con respecto a él; la producción se encuentra desligada del actor y es una realidad metamorfoseada en la cual los actores participantes y creadores se introducen. Esta realidad metamorfoseada propone un yo, un dassein, que debe ser extraído por aquéllos en la tarea hermenéutica. Interpretar es extraer el "ser-en-el-mundo" (Heidegger, 1927, p. 54) que se halla en la acción. Como dirá Heidegger en la obra referida: "toda interpretación, para producir comprensión, debe ya tener comprendido lo que va a interpretar" (p. 175).

En cuanto a la filosofía del lenguaje de Wittgenstein, ya desarrollada en los apartados precedentes, cabría aquí agregar un elemento significativo a la hora de comprender los aportes que de ella tomará el construccionismo social para su desarrollo y que se encuentra sintetizado en una frase publicada en su libro Tractatus lógico-philosophicus: "los límites de mi lenguaje son los límites de mi mundo" (Wittgenstein, 1921, p. 159). Con esta noción, el autor resumirá la idea de que el lenguaje no refleja la realidad, sino que la constituye y estructura su percepción; que las palabras adquieren sentido solamente en contextos específicos; y que el lenguaje es un juego social entre seres humanos, fluido y en cambio constante en función de nuestra interacción con el mundo. En su libro Como hacer cosas con las palabras (1962), John Austin propondrá su teoría de los actos de habla y agregará que las palabras no sólo describen, sino que performan la realidad.

2.5.2. Del Interaccionismo al Posestructuralismo

Los aportes sobre los cuales se sostendrá el construccionismo social no sólo provendrán de la filosofía, como analizamos precedentemente, sino también de la sociología.

Uno de los aportes fundamentales es obtenido de la teoría sociológica denominada interaccionismo simbólico cuyo máximo exponente, George Mead (1863-1931) centrará sus estudios en cómo las personas interpretan y atribuyen significado en su entorno social, conceptualizando a la sociedad como el emergente o producto de interacciones simbólicas mediadas por significados. Sostendrá que las personas actúan según los significados que atribuyen a las cosas, gestos o roles. Esto llevará a Ervin Goffman (1922-1982) a sostener que la vida social es una performance donde constantemente negociamos identidades. De estas bases, el construccionismo heredará las premisas de que las identidades y las normas son negociadas en microinteracciones cotidianas.

El desarrollo consecuente de la teoría crítica, principalmente representada por los aportes de Jürgen Habermas (1929), buscará desenmascarar y desnaturalizar las prácticas, saberes y arreglos sociales, políticos y culturales para situar al sujeto reflexivamente en contextos sociales marcados por poder, disciplinamiento, control y hegemonía. A partir de esto, revalidará a la acción comunicativa como espacio para la construcción de consensos libres de coerción.

En estos procesos de cambio de significación del lenguaje –entendido como acción comunicativa-, es menester realizar un proceso transmutativo que solamente podría ser en forma de crítica y cuestionamientos a ideologías. El objetivo es lograr una autorreflexión emancipadora - semejante a aquello que Pearce denominará “reflexividad autoconsciente” (Pearce, 2007, pp. 151-153) -. La perspectiva consiste en interpretar y comprender para emancipar, es por ello que se trata de un proceso socio-crítico. Cabe aclarar que cuando hablamos de emancipación estamos haciendo

referencia a una liberación de las consciencias, no a una emancipación mental; es un cambio de ideología, una liberación de falsas creencias reproducidas irreflexivamente

Finalmente, el postestructuralismo, principalmente representado por Michel Foucault (1926-1984) y Jacques Derrida (1930-2004), retomará los hilos de estos posicionamientos sociológicos y filosóficos y profundizará en el análisis del modo – y la peligrosidad potencial - en que los saberes transformados en verdades objetivas e incuestionados tienden a perpetuarse y a reproducirse en las instituciones de poder, afectando y poseyendo las subjetividades y los cuerpos de los sujetos afectados y participantes de dichos ámbitos de poder.

2.5.3. ¿Conocer o Construir la Realidad?

En su libro La construcción social de la realidad (1966), Berger y Luckmann sintetizan estas tradiciones filosóficas y sociológicas –fenomenología, interaccionismo simbólico, filosofía del conocimiento, teoría crítica -, sentando las bases para el desarrollo formal del construccionismo social al articular una teoría sociológica que explica cómo los seres humanos crean, institucionalizan y legitiman órdenes sociales a través de procesos diálecticos, ofreciendo un marco para analizar la producción social de lo real –de la realidad-.

Entenderán al lenguaje como una herramienta que permite la codificación de experiencias en categorías compartidas y que habilita la sedimentación – acumulación de conocimientos sociales - la cual, a su vez, facilita la perpetuación de dichas categorías de comprensión de la realidad. Estas clasificaciones funcionarán doblemente como agilizadoras de nuestra relación con el mundo al mismo tiempo que simplificadoras de la realidad, transformándose en la base para la perpetuación de los roles sociales, que guían expectativas de comportamiento. Criticarán a las construcciones sociales como hechos no-naturales y evitables o modificables.

Sus aportes serán un andamiaje teórico fundamental e indispensable para pensar cómo los órdenes sociales se crean, mantienen y transforman. El énfasis en la dialéctica entre la acción humana y las estructuras nos habilita, en este trabajo de

tesis, a comprender las dinámicas interaccionales entre las parejas como un proceso en permanente construcción y no como una realidad dada, estática, inmóvil e inmodificable.

Estos desarrollos fueron continuados por Kenneth Gergen (1935-) quien consolidará al construccionismo social como paradigma crítico en psicología social y en las ciencias humanas al realizar un giro construccionista en psicología social. Retomará los desarrollos de Berger y Luckmann, pero incorporará un enfoque más radical en el análisis y comprensión del lenguaje y del mundo relacional, desafiando de este modo a los fundamentos empiristas e individualistas de la psicología tradicional.

En sus postulaciones, criticará la noción de mente individual, el mito de la objetividad científica y la idea de la neutralidad del lenguaje de la psicología moderna, abriendo paso a la comprensión de la producción histórica y cultural -no natural - de las categorías, roles y conceptos que utilizamos frecuentemente para definirnos. Es así que Gergen (1985) llegará a decir que “el conocimiento no es un reflejo de la realidad, sino una construcción emergente de las relaciones sociales y el lenguaje” (p. 210).

Desplazará el foco de lo individual a lo relacional, llegando a enunciar que el yo no existe si no es dentro de la interacción[11] ya que no hay identidad fuera de las relaciones que la sostienen. Entenderá que las realidades son necesariamente compartidas y que los significados emergen como resultado de una coordinación en diálogos.

2.5.4. Alteridad y Vincularidad

El recorrido histórico del desarrollo del construccionismo social será relevante a los fines de la comprensión de nuestro objeto de estudio, en tanto enmarcará un elemento paradigmático fundamental a la hora de posicionarnos y analizarlo. Algunos

[11] Próximo, de este modo, a la noción de ser-en-relación o ser-en-el-mundo (dassein) de Heidegger.

de los principios fundamentales que servirán como orientadores para nuestros fines serán los siguientes:

- La realidad es socialmente construida. No existe una verdad objetiva por fuera de las interpretaciones humanas.
- El lenguaje es una herramienta de construcción. Las palabras no solo comunican, sino que también dan forma a nuestra percepción.
- Los mundos de significado están indisociablemente relacionados a la acción y están construidos en las relaciones. Es por ello que podremos entender que nuevos mundos de significados son posibles.
- Los seres humanos construyen conjuntamente la realidad social que comparten. Esto permite prestar relevante atención al modo en que las realidades sociales son creadas, organizadas y mantenidas por las interacciones comunicacionales y los juegos conversacionales.
- Negociación de significados. Las personas ajustan su entendimiento en la interacción mutua, por ende, es posible abandonar formas y realidades determinadas por otras, creando, de este modo, alternativas. Pueden emergen nuevas formas de relacionarnos, nuevos resultados creativos, nuevas posibilidades y, por ende, nuevas realidades.
- Los conflictos dentro de las dinámicas de pareja y, sobre todo, dentro de los procesos de reconstrucción de significados luego de una separación, pueden ser comprendidos como un desacuerdo de significados que convoque a la relación a la creación de una nueva realidad emergente.

Este nuevo modelo de comprensión de la realidad poseerá una definición clara, aunque al mismo tiempo dinámica, sobre qué entiende por comunicación. Desde esta nueva cosmovisión, más abarcativa, flexible y pragmática, se comprenderá que el lenguaje posee una naturaleza formativa -no es posible representar al mundo tal como es con anterioridad a la representación-; que su función clave será la construcción de mundos humanos - proceso constructivo -; que es un proceso social primario y que no

existirán certezas incuestionables e inamovibles sobre cómo pensar a la comunicación. Metafóricamente, este nuevo paradigma producirá un terremoto.

Hacia mediados de 1970, Barnett Pearce desarrollará, junto a John Shotter, un enfoque teórico enmarcado dentro del construccionismo social, el narrativismo, la etnometodología y la etnografía, al que denominaron manejo coordinado de significados o CMM (por sus siglas en inglés[12]). La premisa fundamental de este cuerpo teórico residirá en la consideración del aspecto performativo de la comunicación, es decir, en el análisis de la dimensión productiva de la acción del proceso comunicacional. De este modo se entenderá que el acto de habla no sólo describe un aspecto de la realidad, sino que, en su misma enunciación, lo crea o modifica; vale decir que la comunicación no solo informa, sino que también realiza una acción.

De este modo, se podrá comprender a las realidades cotidianas como emergentes de entramados conversacionales, entendiendo que cada nuevo evento de comunicación deviene de un acto singular, de un proceso de acciones en que las personas involucradas, crean y organizan la realidad social que comparten. Entenderemos así que el proceso de reconstrucción de una relación de pareja, luego de una separación, podrá ser concebido como la co-creación de una nueva realidad compartida, proceso habilitado a través del carácter performativo del lenguaje.

Una de las implicancias de este enfoque es que todo aquello que sucede y se produce socio-relacionalmente, pasa a ser comprendido como un emergente de -y en- las conversaciones: todos los procesos que se desarrollan en las interacciones socio-relacionales pueden ser entendidos como redes de conversaciones, siendo allí donde se crean, recrean y transforman los significados.

El CMM describirá el proceso comunicativo en sus dos dimensiones: por un lado, como coordinación de acciones y, por el otro, como construcción de significados.

[12] Coordinated Managment of Meaning

Gracias a ello, nos permitirá realizar una puntualización de secuencias de acción y focalizar en el proceso co-constructivo de las historias que se narren las parejas en el curso de la reconstrucción de su relación.

Para la comprensión de las dinámicas vinculares que estudiaremos en la presente investigación, será menester una mirada que supere el posicionamiento reduccionista y pasivizante de la comunicación humana y ponga énfasis en la dimensión pragmática, ética, creativa, performativa y responsable de la misma.

El construccionismo social nos habilitará a comprender que los desafíos que una pareja enfrenta a la hora de reconstruir su relación luego de un proceso de separación, no son solamente personales, sino también culturales y lingüísticos y que esto permitirá a la relación cuestionar críticamente dichos posicionamientos, negociar activamente nuevos significados y reinventar creativamente su relación dentro de un proyecto colaborativo activamente creado y no predeterminado.

Hasta aquí hemos desarrollado los ejes teóricos y conceptuales sobre los cuales nos sustentaremos y desde los cuales partiremos para realizar el análisis de nuestro objeto de estudio.

Entendiendo, desde los pilares teóricos desarrollados precedentemente, que los procesos sobre los cuales estamos reflexionando son un emergente de la autoría y de la cotidiana y activa construcción de la narrativa de la pareja y de sus miembros, entonces entenderemos así el sentido de la pregunta que estamos proponiendo: ¿Cómo hacen las parejas que se han separado y se encuentran intentando reconstruir la relación para hacer frente a esos procesos cargados de incertidumbres, contradicciones, pasiones y desafíos?

En el próximo capítulo, nos sumergiremos en los desafíos de recorrer los saberes e investigaciones actuales que intentan dar respuesta a las complejidades de este interrogante.

3. Estado Actual del Conocimiento

El proceso de reconstrucción de una relación de pareja después de una separación es un fenómeno complejo y poco explorado en comparación con los estudios sobre divorcio o rupturas definitivas. Sin embargo, en los últimos años ha surgido un interés creciente en entender cómo algunas parejas logran recomponerse y qué factores facilitan u obstaculizan dicho proceso.

Como hemos señalado precedentemente, el presente estudio tiene como intención contribuir a la comprensión de los procesos comunicacionales e interaccionales que se generan en una pareja para la construcción de oportunidades de reconstrucción y reparación del vínculo luego de un proceso de separación.

En la última década ha aumentado el interés por estudiar cómo las parejas logran recomponer su relación después de una separación. La investigación que hemos realizado en artículos académicos y publicaciones científicas de habla inglesa y española, muestra que se ha avanzado significativamente en los procesos de identificación de los factores clave para la reconciliación de parejas, destacando la importancia de la comunicación, el apego seguro y las intervenciones terapéuticas. A diferencia de las investigaciones clásicas sobre divorcio, los estudios recientes se centran en los procesos de reconciliación, las dinámicas emocionales y los factores que facilitan u obstaculizan la reconstrucción del vínculo.

La separación de una pareja ha sido tradicionalmente conceptualizada como un evento terminal en la trayectoria relacional. Sin embargo, la evidencia empírica y clínica respalda que un número significativo de parejas transita por procesos de reconciliación y reconstrucción relacional después de períodos de separación. Por ejemplo, un estudio longitudinal reciente encontró que, en un período de 10 años tras una separación, aproximadamente el 7% de las mujeres y el 11% de los hombres se reconciliaron con sus cónyuges (Brown et al., 2025). Desde el ámbito clínico, también se han desarrollado modelos de intervención específicos, como el enfoque de pasos para la reconciliación (Peterson, 2024), que demuestra que la reconciliación es un

objetivo terapéutico alcanzable para parejas en proceso de separación.

Ahora bien, cabe aclarar que estos procesos no son lineales ni predecibles, sino que están influenciados por una “multiplicidad de niveles: interrelacional, contextual, e intrapsíquico. Cada nivel contiene factores potenciales claves para el entendimiento” (Stolnicu et al., 2022, p. 1).

Para que una relación se vea enfrentada a la posibilidad de una reconstrucción, es necesario un estado de bifurcación que refleje un proceso de incongruencia o falla entre el paradigma y la práctica de la misma, es decir, en el sentido de identidad y predictibilidad de la pareja; a dicho estado de incertidumbre denominaremos crisis. La reconstrucción puede, de este modo, ser comprendida como la reinvención de la relación y la recreación del sentido de estar juntos a partir de la activa reedificación colaborativa y cooperativa de nuevos nodos de sentido que funcionen como novedosos núcleos de premisas y patrones que operarán como reorganizadores de la coordinación social y de la producción de la intersubjetividad de la pareja y sus miembros. A este complejo proceso denominaremos “nucleación” (Fuks, 2006, pp. 160-162).

Desde una perspectiva sistémica, la reconstrucción de una relación después de una separación implica no solo la reconexión emocional entre los miembros de la pareja, sino también la reorganización de patrones de interacción, la renegociación de significados compartidos y la transformación de “narrativas relacionales” (Freedman, 2014a, pp. 11-17). Este proceso ocurre en un contexto más amplio que incluye sistemas familiares extendidos, redes sociales y marcos culturales que pueden facilitar u obstaculizar los esfuerzos de reconstrucción.

El estado actual del conocimiento sugiere que la reconciliación de parejas separadas depende de múltiples factores interpersonales, emocionales y contextuales. Sin embargo, aún hay una carencia de modelos teóricos integrales que expliquen el proceso de reconstrucción más allá de la reconciliación inicial.

En el presente capítulo se buscará ampliar la comprensión de nuestro objeto de estudio al realizar una revisión del estado actual del conocimiento basado en investigaciones académicas recientes y en los aportes fundamentales de cinco autores clave en el campo: John Gottman, Saúl Fuks, Robert Sternberg, Esther Perel y Mony Elkaim. Esta revisión no solo buscará sintetizar el conocimiento existente, sino también identificar brechas en la literatura y sugerir direcciones para futuras investigaciones en este campo. El objetivo último es contribuir a una comprensión más profunda y matizada de los procesos de reconstrucción relacional en parejas que atraviesan estos complejos procesos de transformación.

3.1. La Relación de Pareja como Objeto de Estudio

La relación de pareja como objeto específico de estudio e intervención psicológica representa una evolución relativamente reciente en la historia de la psicología. Durante gran parte del siglo XX, el estudio del psiquismo se centró predominantemente en el individuo como unidad de análisis, relegando las relaciones íntimas a un segundo plano o considerándolas únicamente como contextos que influían en el desarrollo y funcionamiento individual. La emergencia de la pareja como objeto legítimo de estudio científico y práctica clínica constituye un cambio paradigmático que ha transformado no solo nuestra comprensión de los procesos relacionales, sino también las metodologías de investigación y los enfoques terapéuticos en el campo de la salud mental.

Esta transformación no ha sido un proceso lineal ni uniforme, sino que ha estado marcada por rupturas epistemológicas, innovaciones metodológicas y síntesis teóricas que han redefinido progresivamente el lugar de las relaciones íntimas en el panorama científico de la psicología. El propósito de este breve recorrido consiste en trazar la trayectoria evolutiva que ha llevado a la consolidación del estudio de la pareja como un campo específico de conocimiento, estableciendo el marco contextual necesario para comprender los desarrollos contemporáneos que constituyen el núcleo del presente capítulo.

Como hemos señalado precedentemente, para los desarrollos de la comprensión sobre las parejas, las crisis y sus reconstrucciones que vamos a tomar como objeto de estudio del presente escrito, haremos hincapié fundamentalmente en los cinco autores primarios referidos con anterioridad ya que comprenderemos que son ellos quienes estudian, con diferentes grados de especificidad, la temática que nos convoca.

La importancia de la perspectiva histórica que desarrollaremos a continuación – en tanto marco contextualizante - radica en que permite comprender cómo el amor, la intimidad, el compromiso y los procesos de construcción y reconstrucción relacional han transitado desde ser considerados fenómenos marginales o patológicos, hasta ser reconocidos como objetos centrales de investigación científica rigurosa. Esta evolución ha requerido el desarrollo de marcos teóricos específicos, metodologías de investigación adaptadas, y enfoques terapéuticos especializados que reconocen la singularidad de los procesos relacionales diádicos.

3.1.1. Del Individualismo a la Perspectiva Relacional

Durante las primeras décadas del siglo XX, la psicología como disciplina científica se encontraba dominada por dos grandes paradigmas que, aunque diferentes en sus fundamentos teóricos y metodológicos, compartían una orientación fundamentalmente individualista: el conductismo clásico y el psicoanálisis. Ambos enfoques, que representaban las corrientes más influyentes de la época, conceptualizaban los problemas psicológicos y los procesos de cambio desde una perspectiva centrada en el individuo, relegando las relaciones interpersonales a un papel secundario o instrumental.

Para el conductismo clásico la pareja, cuando era considerada, se entendía como un conjunto de contingencias de reforzamiento que podían modificar el comportamiento individual, pero no como un sistema con propiedades emergentes propias. Mientras tanto, para el psicoanálisis freudiano, las relaciones de pareja eran interpretadas como repeticiones o transferencias de patrones relacionales

infantiles, más que como sistemas dinámicos con características propias. El énfasis estaba puesto en la resolución de conflictos internos y la reorganización de estructuras psíquicas individuales.

Sin embargo, ya durante las décadas de 1930 y 1940 comenzaron a emerger influencias interdisciplinarias que cuestionarían gradualmente la hegemonía de los enfoques individualistas. El desarrollo de la sociología como disciplina científica, con figuras como Parsons y su análisis de los sistemas sociales, comenzó a proporcionar marcos conceptuales que enfatizaban la importancia de las estructuras relacionales y los procesos de interacción social.

Paralelamente, el desarrollo de la antropología cultural, con contribuciones de autores como Margaret Mead y Ruth Benedict, comenzó a documentar la variabilidad cultural en las formas de organización familiar y las relaciones de pareja, desafiando las concepciones universalistas que habían dominado el pensamiento psicológico.

La segunda guerra mundial y sus consecuencias sociales también jugaron un papel crucial en este proceso de transformación. Los cambios en las estructuras familiares, las separaciones forzadas, y los procesos de reintegración social que siguieron al conflicto, crearon una conciencia creciente sobre la importancia de las relaciones familiares y de pareja para el bienestar individual y social. Esto generó una demanda práctica para enfoques terapéuticos que pudieran abordar los problemas relacionales de manera más directa y efectiva.

3.1.2. La Revolución Sistémica

La década de 1950 marcó un punto de inflexión fundamental en la evolución del estudio de la pareja con la introducción de la teoría general de sistemas desarrollada por el biólogo Ludwig von Bertalanffy que proporcionó, como ya hemos señalado en capítulos anteriores, un marco conceptual revolucionario que permitía comprender los fenómenos relacionales desde una perspectiva radicalmente diferente a los enfoques individualistas dominantes, conceptualizando a las parejas como sistemas con propiedades emergentes propias, patrones de

organización específicos, y dinámicas de funcionamiento que trascienden las características individuales de sus miembros.

Uno de los desarrollos más influyentes en la aplicación de la perspectiva sistémica al estudio de las relaciones fue el trabajo del grupo de Palo Alto, liderado por Gregory Bateson y que incluía a Paul Watzlawick, Jay Haley, John Weakland, William Fry, y posteriormente Don Jackson, quienes desarrollaron teorías revolucionarias sobre la comunicación humana y la cibernética que tendrían profundas implicaciones para el estudio de las relaciones de pareja.

Durante este período, los desarrollos teóricos y metodológicos iniciados por el grupo de Palo Alto comenzaron a generar enfoques terapéuticos específicamente diseñados para el trabajo con parejas. Aunque inicialmente estos enfoques se desarrollaron como extensiones del trabajo familiar más amplio, gradualmente comenzó a emerger el reconocimiento de que las parejas presentaban desafíos específicos que requerían marcos conceptuales y metodológicos especializados.

Virginia Satir, quien se unió al grupo de Palo Alto y es reconocida como una de las principales fundadoras de la terapia familiar, realizó contribuciones importantes para el desarrollo de enfoques específicos para el trabajo con parejas. Su aporte fue fundamental para establecer la comunicación como un área central de atención en la terapia de pareja.

3.1.3. Consolidación y Especialización

Durante las décadas de 1970 y 1980, el campo experimentó un proceso de consolidación y especialización que llevó al desarrollo de modelos teóricos más específicos y diferenciados para el trabajo con parejas. Una de las contribuciones más influyentes en este período fue el trabajo de Murray Bowen, quien desarrolló la teoría de sistemas familiares que proporcionó marcos conceptuales particularmente relevantes para la comprensión de las relaciones de pareja.

El concepto más influyente desarrollado por Bowen para el trabajo con parejas fue la diferenciación del self, que se refiere a la capacidad de mantener un sentido

claro de identidad personal mientras se permanece emocionalmente conectado con otros significativos. Según Bowen, las personas con alta diferenciación pueden mantener su autonomía emocional e intelectual incluso en contextos relacionales intensos, mientras que las personas con baja diferenciación tienden a fusionarse emocionalmente con otros o a distanciarse defensivamente. Problemas como la codependencia, los conflictos crónicos, y las dinámicas de perseguidor-distanciador pudieron ser comprendidos como manifestaciones de dificultades en el proceso de diferenciación.

Paralelamente al desarrollo del modelo de Bowen, Salvador Minuchin desarrolló el modelo de terapia familiar estructural, que proporcionó otra perspectiva fundamental para la comprensión de las relaciones de pareja. La noción de que la pareja constituye un subsistema con límites específicos que deben ser protegidos de interferencias externas - incluyendo las de los hijos, familias de origen y otros sistemas - estableció las bases conceptuales para enfoques terapéuticos centrados específicamente en la díada conyugal. Minuchin también desarrolló conceptos como "triangulación" y "coaliciones intergeneracionales" (Minuchin, 1977, p. 92) que proporcionaron herramientas para analizar cómo los problemas de pareja pueden estar relacionados con patrones relacionales más amplios.

Durante este período, el reconocimiento creciente de que las parejas presentaban desafíos específicos llevó al desarrollo de modelos terapéuticos diseñados específicamente para el trabajo con díadas conyugales. Estos enfoques reconocían que, aunque las parejas son parte de sistemas familiares más amplios, también constituyen unidades relacionales específicas con dinámicas y desafíos propios que requieren marcos conceptuales y metodológicos especializados.

Uno de los desarrollos más significativos fue el reconocimiento de que los problemas de pareja no podían ser adecuadamente comprendidos o tratados utilizando únicamente modelos individuales o familiares más amplios. Las parejas presentaban desafíos específicos relacionados con la intimidad, la sexualidad, la

negociación de roles, y la construcción de identidad compartida que requerían enfoques especializados.

Este período también se caracterizó por la institucionalización creciente del campo del estudio y tratamiento de parejas. Se establecieron programas de formación específicos, se fundaron organizaciones profesionales dedicadas al área y se desarrollaron estándares de práctica y códigos éticos específicos para el trabajo con parejas y familias.

3.1.4. Diversificación y Sofisticación

La década de 1990 marcó el inicio de una nueva era en el estudio de las relaciones de pareja con la emergencia del trabajo de John Gottman, quien introdujo métodos de investigación empírica rigurosos que transformaron radicalmente la comprensión de los procesos relacionales, como veremos a continuación.

El período contemporáneo también se ha caracterizado por una diversificación significativa en los enfoques teóricos para el estudio de la pareja. Han emergido perspectivas posmodernas y construccionistas sociales que enfatizan la naturaleza socialmente construida de las realidades relacionales, desafiando las concepciones más tradicionales sobre la naturaleza de las relaciones.

Los enfoques cognitivo-conductuales han continuado desarrollándose, incorporando conceptos de la psicología cognitiva sobre los esquemas relacionales, las atribuciones y los procesos de procesamiento de información en las relaciones. Estos enfoques han sido particularmente influyentes en el desarrollo de intervenciones basadas en evidencia para problemas específicos de pareja.

Otro desarrollo importante en el período contemporáneo ha sido la creciente atención a las perspectivas multiculturales en el estudio de la pareja. El reconocimiento de que las formas relacionales varían significativamente entre diferentes contextos culturales ha llevado al desarrollo de enfoques sensibles a la diversidad cultural mientras mantienen marcos conceptuales coherentes. Esta perspectiva multicultural ha sido fundamental para desafiar las concepciones

universalistas que habían dominado el campo y para desarrollar comprensiones más sofisticadas de cómo los factores socioculturales influyen en la configuración de las experiencias relacionales.

El período contemporáneo también se ha caracterizado por el desarrollo de enfoques especializados para problemas específicos de pareja. Han emergido modelos específicos para el trabajo con infidelidad, violencia doméstica, problemas sexuales, y procesos de separación y divorcio. Estos enfoques reconocen que diferentes tipos de problemas relacionales requieren marcos conceptuales y metodológicos específicos.

3.1.5. Hacia el Estado Actual del Conocimiento

La transformación de la pareja desde un objeto marginal de estudio hasta un campo central de investigación e intervención psicológica refleja cambios más amplios en la comprensión de la naturaleza humana y los procesos de bienestar psicológico. El reconocimiento de que las relaciones íntimas constituyen contextos fundamentales para el desarrollo, el bienestar y la salud mental ha llevado a la consolidación de un campo de conocimiento específico con marcos teóricos propios, metodologías de investigación especializadas y enfoques terapéuticos diferenciados.

En el contexto de esta evolución histórica, el presente capítulo busca contribuir a la comprensión de los desarrollos más recientes en el campo, con particular énfasis en los procesos de reconstrucción relacional en parejas separadas. Los aportes de autores como John Gottman, Saúl Fuks, Robert Sternberg, Esther Perel y Mony Elkaim, que constituyen el núcleo del análisis que sigue, representan síntesis sofisticadas que integran las contribuciones de las tradiciones precedentes mientras desarrollan innovaciones conceptuales específicas para la comprensión de los procesos relacionales contemporáneos.

El análisis detallado de estos aportes que se desarrolla a continuación busca proporcionar una comprensión actualizada y comprehensiva del estado del conocimiento en el campo, con particular atención a las implicaciones para la comprensión de los procesos que facilitan u obstaculizan la reconstrucción de

relaciones de pareja después de procesos de separación.

3.2. Reparación y Maestría Relacional: los Aportes de John Gottman

Como hemos señalado precedentemente, el enfoque de Gottman representó una ruptura metodológica significativa con los enfoques predominantemente clínicos y teóricos que habían caracterizado el campo hasta ese momento. En lugar de basarse únicamente en observaciones clínicas o marcos teóricos a priori, Gottman desarrolló métodos para observar y codificar sistemáticamente las interacciones de pareja en situaciones controladas, permitiendo la identificación de patrones específicos asociados con la estabilidad o inestabilidad relacional.

Sus estudios longitudinales, que siguieron a parejas durante décadas, permitieron identificar predictores específicos de divorcio y estabilidad relacional con niveles de precisión sin precedentes en el campo. Sus hallazgos sobre los "cuatro jinetes del apocalipsis" (Gottman, 1999, pp. 25-40) y la "proporción mágica" (Gottman, 1999, pp. 50-60) entre interacciones positivas y negativas proporcionaron criterios específicos y observables para evaluar la salud relacional.

Es uno de los autores e investigadores que más profundizan y mejor sistematizan el estudio de las dinámicas de pareja. En sus investigaciones, centra su interés en la posibilidad de predicción de divorcios de parejas casadas – a partir del análisis de la implicancia de los comportamientos perjudiciales para las relaciones humanas –. Otro de sus objetivos fundamentales reside en el estudio de los procesos que favorecen la estabilidad marital y la mejora del funcionamiento de las relaciones.

En sus estudios, establecerá que la diferencia entre las parejas felices y las parejas infelices no reside en que las primeras no cometan errores, sino en la forma en que las parejas se recomponen durante y luego de ellos: esto es lo que separa a las relaciones maestras de las desastrosas, sostendrá. Las parejas exitosas hacen lo mismo que las parejas que no lo son, pero en algún momento tienen conversaciones que les permiten recuperarse. La diferencia entre "los maestros y los desastres" (Gottman, 1999, cap. 1) de las relaciones será, según Gottman y sus colaboradores,

que los primeros reparan sus interacciones de manera eficaz mientras los últimos carecen de esta capacidad.

Estas parejas están dispuestas a admitir su responsabilidad por el conflicto para poder comenzar el proceso de sanación de su vínculo, entendiendo, de este modo, que su relación es más importante que el problema. El objetivo de la reparación será comprender qué salió mal y cómo hacer que la próxima conversación sea más constructiva. La verdadera diferencia entre las parejas que lograron reparar su relación con éxito y las que no lo logran reside en el clima emocional entre los miembros de la pareja, siendo esto semejante a lo que Fuks (2006) denominará como la capacidad de creación o “artesanía de contextos” (pp. 63-76) habilitantes de la pareja.

Las investigaciones de John Gottman revelaron que aproximadamente dos terceras partes de los problemas de pareja son irresolubles, es decir, se constituyen como el emergente natural de la realidad constitutiva de cada sujeto particular: su historia, la cultura familiar de origen de la cual procede, sus aprendizajes primarios, su personalidad. Los hallazgos de su investigación enfatizan la idea de que las parejas deben aprender a manejar los conflictos en lugar de evitarlos o intentar eliminarlos.

Se tratará, entonces, de una cuestión de perspectiva y de posicionamiento[13]. Si el vínculo puede aceptar que muchos de sus problemas no van a desaparecer, entonces puede concentrarte en qué hacer con estos conflictos cuando surjan: dejar de intentar resolver el problema para concentrarse en lograr perspectiva, empatía y, en última instancia, diálogo. Es una conversación entre dos personas - en lugar de

[13] El posicionamiento es el proceso discursivo donde las identidades se localizan en conversaciones en las que participantes conjuntamente producen argumentos. El posicionamiento posee una naturaleza relacional y cambiante: los seres humanos se caracterizan tanto por la identidad continua como por la diversidad personal discontinua. La persona, al posicionarse y estar posicionada de distintas maneras en una conversación, experimenta una multiplicidad de identidades. La identidad personal, por ende, será entendida como un producto de prácticas discursivas. En tanto dinámica y cambiante, la posición puede responder a la elección del sujeto - principalmente, la posición reflexiva o lo que el sujeto hace con la posición interactiva -, habilitando su libertad de actuar y, por ende, la dimensión ética de la asunción de su posicionamiento frente a sí mismo, al mundo y a los otros.

una conversación de uno contra el otro - diseñada para revelar el significado más profundo de un conflicto en particular. Gottman se refiere a esto como el “sueño dentro del conflicto” (Gottman, 1999, cap. 7). Siempre que se ignora el sueño, la esperanza o la aspiración de la relación, surgen problemas; pero cuando esos sueños se revelan, se comprenden y se respetan, se crea un espacio para que la relación se vuelva más significativa que el problema.

3.2.1. Los Problemas Solucionables y los Problemas Perpetuos

Se establecerá entonces una diferencia fundamental entre los problemas solucionables y los problemas perpetuos. En relación con los primeros, refieren a un conflicto situacional sobre una temática particular sin un significado más profundo detrás de la posición de cada miembro de la pareja. En relación con los segundos, remiten a diferencias fundamentales en las personalidades o en las necesidades vitales de los miembros que generan conflictos de manera reiterada.

En consonancia con esto, el psicólogo de parejas Dan Wile (1993) sugiere que “al elegir una pareja a largo plazo, inevitablemente se estará eligiendo un conjunto particular de problemas irresolubles” (p. 50). Estos conflictos perpetuos son una consecuencia de las diferencias fundamentales de personalidad, necesidades y expectativas que son primordiales para sus definiciones básicas de identidad. La noción fundamental expresada en dicha frase funciona como un recordatorio de que la comunicación y la aceptación de las diferencias son fundamentales para una relación duradera y saludable.

Ahora bien, cabe aquí particularizar un tercer tipo de problemas que se desprende como especificidad particular de los segundos: los problemas perpetuos estancados. Lo que queda evidenciado con este análisis y distinción de categorías de problemas es que lo importante no es tanto si una pareja puede o no resolver sus conflictividades, sino si puede o no establecer un diálogo sobre ellos. Si no pueden establecer dicho diálogo, el conflicto se estancará y, con el tiempo, el conflicto estancado conducirá a un desapego emocional. Intentar resolver problemas

irresolubles es contraproducente y ninguna pareja podrá eliminarlos por completo; sin embargo, hablar de ellos puede ser potencialmente constructivo y brindará una oportunidad positiva para la comprensión y el crecimiento.

3.2.2. Crisis y Nuevas Oportunidades

En plena consonancia con los postulados de la teoría sistémica, de la termodinámica y de la teoría del caos y de la complejidad desarrollados previamente, John Gottamn – sustentándose sobre aquéllos pero sin referirlos explícitamente en sus escritos, los cuales evocan a un proceso de construcción de conclusiones a partir de un riguroso y pragmático análisis de sus investigaciones más que un desarrollo de las teorías basales - sostendrá que “todas las parejas tienen conflictos perpetuos; la diferencia entre las que prosperan y las que fracasan están en cómo las manejan” (Gottman, 1999, p. 21). Esto equivale a enunciar que los procesos de entropía y caoticidad – direccionamiento hacia el caos y el desorden – se encuentran en las bases fundacionales de toda relación de pareja, en tanto sistema abierto, diabático, dinámico e inestable.

El objetivo reside aquí en la desmitificación de las crisis, en rescatar a las crisis vinculares del orden demonizado, en revalidar su función potencialmente creadora de nuevas capacidades y recursos vinculares y, en última instancia, en aceptar el carácter inevitable de las mismas en tanto realidad que compone de manera antagónicamente complementaria – o complementariamente antagónica – al carácter entrópico del devenir temporal de un sistema dinámico y vital como es la pareja.

> ¿A qué llamamos orden? ¿A qué llamamos desorden? Las definiciones varían y traducen frecuentemente juicios sobre la belleza, la utilidad, los valores (…) Durante mucho tiempo, la turbulencia se nos ha impuesto como el ejemplo por excelencia de desorden. Por el contrario, el cristal ha aparecido como la figura del orden. En adelante estamos en condiciones de complicar este doble juicio. Sabemos hoy que debemos comprender el régimen turbulento como ordenado: los movimientos de dos moléculas situadas a distancias macroscópicas, que se

> miden en centímetros, están correlacionados. Por el contrario, los átomos que forman un cristal vibran alrededor de su posición de equilibrio de forma incoherente: el cristal está desordenado desde el punto de vista de sus modos de excitación. (Prigogine, 1985, p. 6)

La crisis invitará a la pareja a efectuar una acción voluntaria y direccionada para el afrontamiento de las realidades y potencialidades a las cuales los enfrentan las crisis; es decir, invitará a la pareja a trabajar en el amor, el respeto y la resignificación de la relación de pareja.

> Es necesario que nos liberemos de la idea de que la actividad productora de entropía es sinónimo de degradación, de nivelación de las diferencias. Pues, si es cierto que debemos pagar un precio entrópico por mantener en su estado estacionario el proceso de termodifusión, también es cierto que este estado corresponde a una creación de orden. Una nueva mirada se vuelve ahora posible: podemos ver el desorden producido por el mantenimiento del estado estacionario como lo que nos permite crear un orden (…) El orden y el desorden se presentan aquí no como opuestos el uno al otro sino como indisociables. (Prigogine, 1985, p. 5)

3.3. Saúl Fuks: Conversaciones Transformadoras y Artesanía de Contextos

La perspectiva de Saúl Fuks sobre los procesos de reconstrucción relacional ofrece una comprensión sistémica que trasciende las conceptualizaciones tradicionales centradas en el individuo. En su investigación doctoral Estabilidad y Cambio en las Relaciones de Pareja (2006), desarrollará una comprensión de la pareja como un sistema conversacional organizado por los juegos de lenguaje que construyen la realidad relacional.

Desde este desarrollo, la pareja pasará a ser comprendida como un universo conversacional donde los significados se co-construyen continuamente a través de las interacciones comunicativas. Esta perspectiva, influenciada por el construccionismo social de Pearce y Gergen, así como por la filosofía del lenguaje de

Wittgenstein, posiciona a la pareja como un punto de encuentro complejo entre lo público y lo privado, funcionando simultáneamente como una organización íntima y como una entidad social que participa activamente en procesos económicos, sociopolíticos, religiosos, educacionales y legales.

Una de las contribuciones más significativas es su análisis de la tensión fundamental entre la estabilidad de la convivencia cotidiana y la fuerza incontrolable del amor y la pasión. Los aspectos necesarios para asegurar una convivencia regulada, estable y predecible tienden a adormecer o incluso matar la pasión amorosa, mientras que los condimentos que parecen necesarios para alimentar el fuego amoroso tienden a llenar de incertidumbres, turbulencias y desorden la vida cotidiana.

El concepto de “conversaciones transformadoras” (Fuks, 2006, p. 366) constituye uno de sus aportes más significativos para la comprensión de los procesos de reconstrucción relacional. Estas conversaciones se caracterizan por su capacidad reconstructiva para la relación amorosa y representan un campo poco estudiado en la comunidad psicológica. La diferencia fundamental entre las parejas que logran reconstruir su relación exitosamente y aquellas que no lo logran reside en lo que su habilidad de crear climas emocionales y conversacionales que faciliten la reparación y transformación relacional.

3.3.1. Crisis como Oportunidades de Transformación

En sus investigaciones, centrará su atención en los modos –procesos, dinámicas y condiciones – en que las parejas se comunican en momentos críticos y definitorios de su relación y en los elementos que contribuyen a una “resolución creativa en las relaciones amorosas” (Fuks, 2006, p. 2). En tanto su atención se centra en el microcosmos de los procesos comunicacionales que se generan en momentos críticos de la relación de pareja, sus hallazgos resultan fundamentales para la comprensión de los procesos de reconstrucción de la relación de pareja luego de una separación. Sostendrá, de este modo, que

> Podíamos entender por éxito el hecho de haber pasado por situaciones críticas que pusieron en cuestión la continuidad de la relación y que, habiendo sido superadas, se concretaron en la decisión de continuar juntos (…) Esto nos permitiría co-explorar con las parejas la reconstrucción de las formas de colaboración que les permitieron aprovechar la crisis para reformular la relación. (p. 9)

Las crisis dentro de las dinámicas de pareja pasarán entonces a ser comprendidas como el momento de máxima oscilación de un sistema ya que supondrá una incongruencia entre el paradigma y la práctica de la relación, afectando la acción coordinada y el sentido de identidad y predictibilidad de la pareja.

Esta conceptualización no es pesimista, sino profundamente realista y, paradójicamente, esperanzadora. El objetivo aquí reside en la desmitificación de las crisis relacionales, es decir, en rescatar a las crisis vinculares del orden demonizado, revalidar su función potencialmente creadora de nuevas capacidades y recursos vinculares, y aceptar el carácter inevitable de las mismas como realidad que compone de manera antagónicamente complementaria el devenir temporal de un sistema como la pareja.

Esta comprensión sugiere que el desorden producido por las crisis puede ser precisamente lo que permite crear un nuevo orden relacional. Para ello será necesario un tipo de interacción específica que funcione como potenciador y catalizador de los procesos de reorganización de los núcleos de sentido y pertenencia de la pareja.

> La necesidad de reinventar la relación, la conversación acerca de la relación y la recreación del sentido de estar juntos, requiere de modos de cooperación muy especiales, que algunas parejas logran desenvolver y otras no. Estas posibilidades/imposibilidades no dependen de las personas sino del diseño de la relación y de las conversaciones que se construyen. (Fuks, 2006, pp. 187-188)

Con esto, lo que el autor está puntualizando es en la necesidad de que las

parejas que se encuentran resignificando su identidad relacional y su proceso de "nucleación" (Fuks, 2006, p. 161) – tal como es en el caso de las relaciones de pareja separadas que se encuentran en proceso de reconstrucción de su relación -, creen contextos habilitantes para el desarrollo de un tipo particular de conversaciones dialógicas transformadoras, entendidas como eventos creativos y singulares que ocurren entre personas; que son cooperativas, tienen dirección, producen nuevos significados y dinámicas sinérgicas, construyen sus propios parámetros de forma, de contenido y de flujos, configurando "diseños autoorganizativos de gran recursividad" (Fuks, 2006, p. 180).

Hemos encontrado, también, que junto con la capacidad de reflexividad emergen en la pareja tres "núcleos de sentido" (Fuks, 2006, p. 316) que la dotan de posibilidad de renovación, como veremos a continuación.

3.3.2. Núcleos de Sentido, Recursos y Prácticas

Al cuestionarnos por las particularidades de las conversaciones que tienen las parejas separadas en los momentos de intento de reedificación de la vincularidad, estamos implícitamente preguntándonos por el sentido de la reconstrucción, así como por la reconstrucción del sentido de la pareja.

Sentido tanto con relación a la pragmática como a la semiótica del concepto. ¿Qué sentido tiene reconstruir un vínculo? ¿Cómo construye hoy en día su sentido la reconstrucción de una pareja? ¿En qué se sostiene el mantenimiento del arduo trabajo de reconstrucción de una relación luego de su separación? ¿Qué le da sentido a ello? ¿Es suficiente el amor y la pasión, son suficientes los sentimientos?

Ya hemos explicitado nuestro posicionamiento en relación con la dimensión pragmática y performativa del lenguaje y de las conversaciones. Recordaremos que la capacidad de reflexividad pasará a ser comprendida no solo en su carácter teórico sino, además, en su dimensión práctica, en su significado eminentemente relacional, pragmático y social, como un saber ligado a haceres; como una propiedad de las prácticas sociales y no de la consciencia o de los sujetos individuales.

A lo largo de nuestro estudio, hemos encontrado tres núcleos de sentido en las relaciones de parejas que se han separado y que deciden reconstruir su relación, tres ejes que dotan a estas parejas de una capacidad de renovación, a saber: intimidad, afinidad y confianza. Son los tres fundamentos que conforman el trípode de la construcción de sentido; cada uno de ellos, con sus aportes, convierten al proceso de reedificación de la relación en un sistema autoorganizado. El autor sostendrá que "las relaciones de pareja con capacidad renovadora cuentan como recurso con tres núcleos de sentido que aportan lo necesario para alimentar los procesos de reconstrucción de la relación" (Fuks, 2006, p. 317).

3.3.2.1. Intimidad.

Si bien existe una interconexión necesaria entre los tres elementos que dinámicamente componen a la construcción del sentido de la pareja, la intimidad se ha manifestado como aquella dimensión que se encuentra más próxima al romanticismo y a la "eroticidad doméstica" (Perel, 2006, p. 115) del vínculo y será, por ende, aquel aspecto que más inmediatamente se resienta, pero, a su vez, que más pasión y energía refundadora otorgue a la pareja para afrontar el proceso de reedificación vincular.

La intimidad de la relación de pareja será entendida como un emergente dinámico de la interrelación entre los relatos, valores y creencias, sueños, novedad, compañerismo y complicidad, capacidad lúdica y erotismo. Será el pilar del relacionamiento amoroso y el territorio cómplice de las pasiones y los sueños.

¿Cómo serán las nuevas formas de intimidad en las parejas que decidan reconstruirse? ¿Habrá un intento o anhelo de recuperar las viejas formas de intimidad o habrá apertura y flexibilidad para nuevos modos de la misma? ¿Cuáles serán las narraciones con las que las parejas reconstruyen su versión acerca de la intimidad? ¿Cuáles serán públicas y cuáles privadas?

La intimidad es uno de los núcleos de sentido que organiza la experiencia compartida de la identidad relacional de la pareja, que la define como somos ésto ante

nosotros mismos – orden íntimo - y como somos nosotros ante el mundo – orden público -. La dimensión pasional – sexualidad y erotismo - particulariza una forma de intimidad construida por la pareja y se construye, también, en uno de los territorios fundamentales y fundantes para poder habilitar los procesos de reconstrucción de la relación separada.

A lo largo de nuestra investigación, como veremos en capítulos posteriores, hemos encontrado que las parejas que consiguen reconstruir su relación luego de un proceso de separación parecen haber desarrollado un recurso que denominaremos como flexibilidad y que, en el territorio específico de la intimidad pasional y erótica, se aproxima a lo que Perel denominó la capacidad de “erotización de la domesticidad” (Perel, 2006, p. 115): una tarea activa y cotidiana de un vínculo vivo y en permanente movimiento, plagada de encuentros y desencuentros.

Para poder llevar adelante tamaña tarea, hemos encontrado que la “capacidad lúdica” (Fuks, 2006, p. 327) se erige como un indicador fundamental de las competencias reconstructivas de la relación, como un catalizador de la reconstrucción de emociones, ilusiones y deseos, de esa dimensión inventiva que permitirá a la pareja celebrar la construcción de nuevos escenarios en los cuales desplegar su proceso reconstructivo para permitirles salir de las rutinas cotidianas de la vida.

Recordaremos que la separación de la pareja ha fragmentado el relato de continuidad de la misma, generando fracturas en la dimensión de su intimidad. Las parejas que han logrado desarrollar el recurso de flexibilidad y domesticidad de su erotismo, serán capaces de posicionarse frente al proceso crítico de la reconstrucción como un desafío más, como una oportunidad para desarrollar una intimidad distinta y novedosa mediante un esfuerzo conjunto, una forma de cooperación dirigida a aumentar la comprensión de sí mismos –como sujetos individuales y como pareja - y del desafío pragmático compartido de qué haremos con esto.

3.3.2.2. Afinidad.

Otro de los componentes esenciales del trípode de la reconstrucción del sentido de la pareja lo encontraremos en la afinidad, entendida como el “espacio de las coincidencias y proyectos comunes” (Fuks, 2006, p. 341). Podremos conceptualizarla como el emergente dinámico entre los relatos – historias -, valores - creencias, sueños y utopías -, autobiografías vinculares y expresiones concretas en los modos de ver la vida y de actuar en el mundo.

¿Cómo una pareja que ha construido una historia y un proyecto de vida común y que luego ha tenido que disolverse en la continuidad de dos proyectos separados e individualizados nuevamente, toma la tarea de volver a construir proyectos comunes y coincidencias?

Hemos encontrado que las parejas que han logrado desarrollar un recurso de “metacapacidad” (Fuks, 2006, p. 343) han podido construir un escenario – contexto – de habilitación receptiva para los procesos de apreciación positiva del otro y de sus recursos, así como también de los modos de afrontar la crisis que produjo la separación dentro del vínculo y de cada uno de sus integrantes. La metacapacidad es entendida como la capacidad de habilitar capacidades, es decir, como el posicionamiento personal receptivo y curioso en relación con la reapertura del vínculo que permite la construcción de un contexto facilitador para que la capacidad de cada sujeto pueda ser reconocida como recursos favorables a la reconstrucción, al ser iluminados con curiosidad, respeto y receptividad.

Esta noción se aproxima a lo que Gottman (1999) llamó “capacidad de influencia mutua” (p. 120) para hacer referencia a la humildad y respeto en la apertura a ser afectado por el otro en formas constructivas.

En conclusión, hemos encontrado que la metacapacidad – capacidad de cooperación o capacidad de influencia mutua - produce un notable impacto reconstructivo y se erige como uno de los recursos fundamentales en la habilitación de marcos reflexivos facilitadores para la emergencia de conversaciones

transformadoras, indispensables para atravesar los procesos de reconstrucción vincular.

3.3.2.3. Confianza.

El tercer componente del trípode de la reconstrucción es la confianza, entendida como el emergente dinámico de la interacción entre las historias, la interdependencia, el cuidado y el proyecto relacional.

Siguiendo los lineamientos de nuestro posicionamiento ético-pragmático, haremos referencia a la confianza no tanto es su faceta sentimental, sino en su dimensión pragmática, como acción conjunta, como construcción activa, cotidiana y compartida. Hemos encontrado que la confianza resalta como un factor determinante en los procesos vinculares reconstructivos, pero debemos aclarar que nos referimos a ella no tanto desde el amor, sino desde el respeto

> Convendremos en llamar respeto a este aspecto de la ética relacional ya que hemos encontrado que, si bien la conexión amorosa inicial facilita y crea condiciones para la confianza, este efecto (confiar a priori) comienza a disminuir en el curso de la convivencia, dando lugar a una mirada que se basa en las experiencias compartida, más que en la ilusión de un ideal (Fuks, 2006, p. 349)

La tarea de la reconstrucción del sentido – así como del sentido de la reconstrucción - de la pareja se verá catalizada y aglutinada por la confianza, por la acción ético-pragmática del cuidado del otro y de la reconstrucción de un nuevo ´proyecto relacional que signifique a la pareja – es decir, que le dé sentido - más allá del momento presente, generando una prospección que haga que valga la pena enfrentarse a tamaña hazaña.

3.4. Teoría Triangular del Amor de Robert Sternberg

3.4.1. Los Tres Componentes Fundamentales del Amor

Robert Sternberg, psicólogo de la Universidad de Cornell, desarrolló una de las teorías más influyentes y ampliamente citadas sobre la naturaleza del amor en las

relaciones interpersonales: la teoría triangular del amor. Esta teoría propone que el amor puede ser comprendido en términos de tres componentes que, juntos, forman los vértices de un triángulo: intimidad, pasión y decisión/compromiso.

El componente de intimidad – próximo, pero con características diferenciales específicas a la consideración que Fuks hace sobre la misma - se refiere a los sentimientos de cercanía, conexión y vinculación en las relaciones amorosas. Incluye elementos como el deseo de promover el bienestar del ser amado, la experiencia de felicidad junto a la persona amada, el respeto mutuo, la capacidad de contar con la pareja en momentos de necesidad, el entendimiento mutuo, la valoración del ser amado y el compartir posesiones y emociones íntimas. La intimidad representa el aspecto emocional del amor y tiende a desarrollarse gradualmente a lo largo del tiempo.

El componente de pasión comprende las fuerzas motivacionales que llevan al romance, la atracción física, la consumación sexual y fenómenos relacionados en las relaciones amorosas. La pasión representa el aspecto motivacional del amor y se caracteriza por su intensidad y su tendencia a experimentar cambios más dramáticos que la intimidad; mientras que la intimidad puede crecer de manera constante, la pasión tiende a manifestarse de forma más volátil e impredecible.

El componente de decisión/compromiso tiene dos aspectos: a corto plazo, se refiere a la decisión de que uno ama a cierta persona; a largo plazo, se refiere al compromiso de mantener ese amor. Estos dos aspectos no necesariamente van juntos, ya que uno puede decidir amar a alguien sin estar comprometido con el amor a largo plazo, o puede estar comprometido con una relación sin reconocer que ama a la otra persona en la relación.

3.4.2. Los Ocho Tipos de Amor y sus Implicancias para la Reconstrucción

La interacción de los tres componentes genera ocho posibles tipos de amor, cada uno con características distintivas que tienen implicaciones importantes para los procesos de reconstrucción relacional. Estos ocho tipos de amor pueden

clasificarse en:

- Ausencia de amor: se refiere simplemente a la ausencia de los tres componentes del amor.
- Cariño: resulta cuando se experimenta sólo el componente de intimidad en ausencia de pasión y decisión/compromiso.
- Amor caprichoso: resulta de experimentar el componente de pasión en ausencia de los otros componentes.
- Amor vacío: emana de la decisión en ausencia de tanto la intimidad como la pasión.
- Amor romántico: deriva de una combinación de los componentes de intimidad y pasión.
- Amor de compañía: deriva de una combinación de los componentes de intimidad y decisión/compromiso.
- Amor fatuo: resulta de la combinación de los componentes de pasión y decisión/ compromiso en ausencia del componente de intimidad.
- Amor consumado: resulta de la combinación completa de los tres componentes.

Para los procesos de reconstrucción relacional, esta tipología ofrece un marco analítico valioso. Las parejas separadas pueden haber experimentado diferentes tipos de amor a lo largo de su relación, por lo que la reconstrucción puede implicar el desarrollo o resignificación de componentes específicos que se hayan perdido o debilitado. La comprensión de estos diferentes tipos de amor puede ayudar a las parejas a identificar qué aspectos específicos de la relación necesitan ser reconstruidos o fortalecidos.

3.4.3. La Geometría del Amor y la Dinámica Relacional

Dentro de las propuestas desarrolladas en sus escritos, Sternberg sostendrá que la geometría del triángulo del amor dependerá de dos factores: la cantidad de amor y el equilibrio del amor. Las diferencias en las cantidades de amor se

representan por diferentes áreas del triángulo: cuanto mayor es la cantidad de amor, mayor es el área del triángulo. Las diferencias en los equilibrios de los tres tipos de amor se representan por diferentes formas de triángulos. Por ejemplo, el amor equilibrado -cantidades aproximadamente iguales de cada componente - se representa por un triángulo equilátero.

Esta conceptualización geométrica tiene implicaciones importantes para la comprensión de los procesos de reconstrucción. Las parejas separadas pueden haber experimentado desequilibrios significativos en sus triángulos del amor, con algunos componentes hipertrofiados y otros atrofiados. La reconstrucción exitosa puede requerir no solo el restablecimiento de los componentes perdidos, sino también el logro de un nuevo equilibrio entre ellos.

Sternberg también distingue entre triángulos reales e ideales, reconociendo que las personas tienen no solo un triángulo que representa su amor por el otro, sino también un triángulo que representa a una pareja ideal para esa relación. La discrepancia entre estos triángulos puede ser una fuente de tensión relacional y un factor importante en los procesos de separación y reconstrucción.

3.4.4. El Amor como Historia

Conjuntamente al desarrollo de su teoría triangular, Sternberg postuló la “teoría del amor como historia” (Sternberg, 1998, cap. 1), a través de la cual propone que los triángulos del amor emanan de historias o narrativas sobre el amor, estableciendo de este modo una profunda conexión con los desarrollos del narrativismo a los que hemos referido precedentemente. Según esta perspectiva, todos estamos expuestos a múltiples y diversas historias que transmiten diferentes concepciones de cómo puede entenderse el amor. Estas historias pueden ser observadas a través de las relaciones que vemos a nuestro alrededor, los medios de comunicación, la literatura y las conversaciones con otras personas sobre sus relaciones.

Como resultado de nuestra exposición a estas historias, formamos a lo largo del tiempo nuestras propias narrativas sobre lo que es o debería ser el amor. Los

diferentes compañeros potenciales se ajustan a nuestras historias en mayor o menor grado y es más probable que tengamos éxito en relaciones íntimas con personas cuyas historias coinciden más estrechamente con las nuestras.

Para los procesos de reconstrucción relacional, la teoría del amor como historia sugiere que las parejas separadas pueden haber perdido la coherencia narrativa de su historia compartida[14]. La reconstrucción puede suponer el desafío de la co-construcción de nuevas historias que integren tanto las experiencias dolorosas de la separación como las posibilidades de crecimiento y renovación relacional.

Es en este mismo sentido que surgirá la noción de "re-escritura/ re-construcción" (Fuks, 2006, pp. 160-162), entendiéndola tanto como un desafío y una invitación a que la forma y el contenido de las conversaciones de la pareja puedan desarrollar una nueva estabilidad y nuevas identidades relacionales, capaces de absorber las crisis generando nuevos núcleos de sentido alternativos que puedan producir nuevas maneras de comprender los eventos y prácticas armónicas con las nuevas perspectivas, sostenidos en nuevos contextos de interpretación.

3.5. Paradojas del Deseo y la Reconstrucción: Aportes de Esther Perel

3.5.1. Entre la Seguridad y el Deseo

Esther Perel ha desarrollado una comprensión profundamente matizada de las paradojas inherentes a las relaciones amorosas contemporáneas. Su trabajo se centra particularmente en la tensión fundamental entre dos necesidades humanas aparentemente contradictorias: la necesidad de seguridad, estabilidad y previsibilidad, por un lado, y la necesidad de novedad, misterio y aventura, por el otro.

Argumenta que las relaciones modernas enfrentan un desafío sin precedentes históricos: se espera que una sola persona satisfaga una lista de necesidades

[14] Fuks (2006) explicará que las crisis en las narrativas de una pareja, como hemos señalado precedentemente, suponen la pérdida de la congruencia entre el paradigma de la relación y su práctica (p. 148).

emocionales y psicológicas que anteriormente eran cubiertas por toda una comunidad. En las relaciones contemporáneas, esperamos que nuestra pareja sea nuestro mejor amigo, compañero de confianza, compañero intelectual y amante apasionado, todo al mismo tiempo. Esta expectativa crea tensiones inherentes que pueden contribuir tanto a la separación como a las dificultades en los procesos de reconstrucción.

Su perspectiva sobre esta paradoja es particularmente relevante para entender los procesos de reconstrucción relacional porque sugiere que las parejas que logran reconciliarse exitosamente deben aprender a navegar estas tensiones de manera creativa, en lugar de intentar resolverlas definitivamente. La reconstrucción no implica la eliminación de la paradoja, sino el desarrollo de capacidades para sostenerla de manera que enriquezca, en lugar de empobrecer la relación.

La creatividad como base fundamental en la reconstrucción de la relación de pareja frente a situaciones críticas supone, necesariamente, el rol activo, responsable y cotidiano del proceso de reinvención. La pérdida del sentido de autoría que sucede durante las crisis lleva a que la relación de pareja viva un estado de terror al perder las garantías de funcionamiento coordinado cotidiano, derivando en un estado de supervivencia emocional. Dentro de sus investigaciones, Fuks marcará como distintivo el proceso que lleva de este estado de terror a uno de curiosidad como habilitante para la exploración de nuevos recursos comunicacionales que faciliten a la relación a reconstruir su dinámica.

3.5.2. Reconstrucción de la Confianza después de la Infidelidad

Una de las contribuciones más significativas de Perel al campo de la terapia de parejas es su enfoque innovador hacia la infidelidad y los procesos de reconstrucción que pueden seguir a esta experiencia traumática. Contrario a las perspectivas tradicionales que tienden a patologizar la infidelidad o a considerarla como una indicación definitiva del fracaso relacional, la autora propone una comprensión más compleja y matizada de este fenómeno.

La autora argumenta que la infidelidad, aunque dolorosa y destructiva, puede también servir como una oportunidad para el crecimiento y la transformación relacional. Desde su perspectiva, muchas personas que cometen infidelidad no buscan tanto dejar a su pareja como dejar atrás la versión de sí mismas que han llegado a ser en la relación. La infidelidad puede representar un intento de recuperar aspectos perdidos del self, de experimentar vitalidad y pasión, o de explorar partes de la identidad que se han vuelto inaccesibles en el contexto de la relación establecida.

Esta comprensión tiene implicaciones profundas para los procesos de reconstrucción después de la infidelidad. En lugar de centrarse únicamente en la restauración de la confianza perdida, la autora propone que las parejas pueden usar la crisis de la infidelidad como una oportunidad para examinar y transformar los patrones relacionales que pueden haber contribuido a la vulnerabilidad de la relación.

El proceso de reconstrucción después de la infidelidad, requerirá tanto la sanación del dolor como la construcción de una nueva relación que sea más consciente, intencional y satisfactoria para ambos miembros de la pareja Esto implica no solo el restablecimiento de la confianza, sino también la renegociación de expectativas, la exploración de necesidades no satisfechas, y la co-construcción de nuevas formas de intimidad y conexión.

3.5.3. La Erotización de la Domesticidad y la Revitalización del Deseo

Perel ha desarrollado conceptos innovadores sobre cómo las parejas pueden mantener y revitalizar el deseo erótico en el contexto de relaciones comprometidas a largo plazo. Su trabajo desafía la creencia común de que la familiaridad necesariamente mata la pasión, proponiendo en cambio que las parejas pueden aprender a "erotizar la domesticidad" (Perel, 2006, p. 115) a través de prácticas conscientes e intencionales.

La revitalización del deseo requerirá la creación de espacios psicológicos y

físicos para el misterio, la anticipación y la novedad dentro de la estructura de la relación comprometida. Esto puede incluir prácticas como mantener cierto grado de autonomía individual, cultivar intereses y amistades separados, crear rituales de cortejo y seducción y desarrollar la capacidad de ver a la pareja con ojos frescos.

Para los procesos de reconstrucción relacional, estos conceptos son particularmente relevantes porque sugieren que las parejas que se reconcilian tienen la oportunidad de crear una nueva relación que puede ser más consciente y satisfactoria que la relación previa. La separación, aunque dolorosa, puede haber creado el espacio psicológico necesario para que cada miembro de la pareja redescubra aspectos de sí mismo y del otro que se habían vuelto invisibles en la familiaridad de la convivencia cotidiana.

3.5.4. Conversaciones Difíciles y Transformación Relacional

Perel enfatiza la importancia de las conversaciones difíciles en los procesos de transformación relacional. Las mismas, que a menudo involucran temas como deseos no expresados, fantasías, resentimientos acumulados y necesidades no satisfechas, requieren un nivel de vulnerabilidad y honestidad que puede ser intimidante pero que es esencial para la reconstrucción auténtica. Señalará que “las conversaciones más difíciles son aquellas donde el silencio ha construido muros; derribarlos exige vulnerabilidad y curiosidad, no sólo valentía” (Perel, 2022).

Su enfoque hacia estas conversaciones se caracteriza por un énfasis en la curiosidad más que en el juicio, en la exploración más que en la acusación y en la comprensión más que en la culpabilización. Propondrá que las parejas pueden aprender a abordar temas difíciles de manera que profundice su comprensión mutua y fortalezca su conexión, en lugar de crear mayor distancia y conflicto.

Para las parejas en procesos de reconstrucción, estas conversaciones difíciles pueden ser particularmente importantes porque ofrecen la oportunidad de abordar directamente los factores que contribuyeron a la separación original. En lugar de evitar estos temas por temor a crear más conflicto, Perel sugiere que las parejas pueden

aprender a navegar estas conversaciones de manera que facilite la sanación y el crecimiento.

3.6. Dobles Vínculos Recíprocos y Transformación Sistémica: Mony Elkaim

Mony Elkaim, psiquiatra y terapeuta familiar belga, ha desarrollado contribuciones fundamentales al campo de la terapia sistémica, particularmente a través de su conceptualización de los "dobles vínculos recíprocos" (Elkaim, 1990, pp. 13-14) en las relaciones de pareja. Su trabajo, sintetizado en obras como Si me amas, no me ames (1990), ofrece una comprensión sofisticada de los patrones relacionales paradójicos que pueden mantener a las parejas atrapadas en ciclos disfuncionales.

El concepto de doble vínculo recíproco se basa en la teoría original del doble vínculo desarrollada por Gregory Bateson, extendida para explicar cómo las parejas pueden quedar atrapadas en patrones de interacción mutuamente contradictorios. En estos patrones, cada miembro de la pareja envía mensajes contradictorios al otro, creando situaciones donde cualquier respuesta del receptor será problemática.

Estos patrones pueden ser particularmente relevantes para entender tanto los procesos que llevan a la separación como los desafíos que enfrentan las parejas en los procesos de reconstrucción

3.6.1. Mapas del Mundo y Programas Oficiales en las Relaciones

Elkaim (1990) introduce los conceptos de “mapas del mundo y programas oficiales” (p. 81) para explicar cómo las personas organizan su experiencia relacional. El mapa del mundo se refiere a la representación interna que cada persona tiene de la realidad, incluyendo sus creencias sobre sí misma, sobre los otros y sobre cómo funcionan las relaciones. El programa oficial se refiere a las reglas explícitas e implícitas que guían el comportamiento de la persona en las relaciones.

Estos conceptos son particularmente relevantes para entender los procesos de reconstrucción relacional porque sugieren que las parejas separadas pueden haber desarrollado mapas del mundo incompatibles o programas oficiales que

generan conflicto sistemático. La reconstrucción puede requerir la exploración y modificación de estos mapas y programas, permitiendo que la pareja desarrolle formas más compatibles y satisfactorias de organizar su experiencia relacional.

Elkaim propone que los mapas del mundo y los programas oficiales no son simplemente construcciones cognitivas, sino que están profundamente arraigados en la experiencia emocional y corporal de las personas. Por lo tanto, su modificación requiere no solo insight intelectual, sino también experiencias emocionales correctivas que permitan la reorganización de estos patrones a un nivel más profundo.

3.6.2. Intervenciones Sistémicas para la Transformación de Patrones Relacionales

Su enfoque terapéutico se caracteriza por su énfasis en intervenciones sistémicas que buscan interrumpir y transformar los patrones relacionales disfuncionales. Estas intervenciones no se centran únicamente en el insight o la comprensión, sino en la creación de experiencias que permitan a las parejas experimentar nuevas formas de relacionarse.

Una de las técnicas más innovadoras desarrolladas por Elkaim (1990) es el uso de "prescripciones paradójicas" (p. 48) que buscan interrumpir los dobles vínculos recíprocos. Estas intervenciones pueden incluir la prescripción del síntoma, la exageración de patrones problemáticos o la introducción de elementos aparentemente contradictorios que permiten a la pareja experimentar nuevas posibilidades relacionales.

Para los procesos de reconstrucción relacional, estas intervenciones pueden ser particularmente valiosas porque ofrecen formas de interrumpir los patrones que contribuyeron a la separación original. En lugar de simplemente intentar resolver los conflictos específicos que llevaron a la separación, el enfoque de Elkaim busca transformar los patrones relacionales subyacentes que generan estos conflictos.

3.6.3. La Importancia del Contexto Terapéutico en la Transformación Relacional

El autor enfatiza la importancia del contexto terapéutico como un espacio donde las parejas pueden experimentar nuevas formas de relacionarse. Desde su perspectiva, el terapeuta no es simplemente un observador neutral, sino un participante activo en la co-construcción de nuevas realidades relacionales.

Su enfoque hacia el contexto terapéutico se caracteriza por la atención a las dimensiones tanto verbales como no verbales de la comunicación, incluyendo el uso del espacio, el tiempo y la presencia corporal. Propondrá que estas dimensiones pueden ser utilizadas terapéuticamente para crear experiencias que faciliten la transformación de los patrones relacionales problemáticos.

Para las parejas en procesos de reconstrucción, el contexto terapéutico puede ofrecer un laboratorio donde poder experimentar con nuevas formas de comunicarse y relacionarse antes de implementar estos cambios en su vida cotidiana. Este espacio protegido puede ser particularmente importante para parejas que han experimentado trauma relacional significativo y necesitan reconstruir gradualmente su capacidad de confianza y vulnerabilidad mutua.

3.7. Conceptualización de los Procesos de Separación y Reconstrucción

A lo largo de nuestra revisión sobre el estado actual del arte, hemos encontrado que la literatura académica ha abordado los procesos de separación y reconstrucción relacional desde diversas perspectivas, ofreciendo conceptualizaciones complementarias que permiten comprender la complejidad de estos fenómenos. A continuación, sistematizaremos las principales formas de comprensión y descripción de estos procesos en diversas categorías con el fin de representar la complejidad del fenómeno en estudio.

3.7.1. La Separación como Proceso Multidimensional

Como hemos señalado precedentemente, la separación ha sido tradicionalmente conceptualizada como un evento puntual que marca el fin de una relación. Sin embargo, la investigación contemporánea ha reconocido cada vez más la naturaleza procesual y multidimensional de la separación. Zamora Huerta, Álvarez

Cuevas y Peña Castillo (2020) definen el divorcio como "un proceso en el que confluyen diferentes aristas: legal, social, económica, afectiva, sexual y parental" (p. 1).

Esta conceptualización reconoce que la separación no es simplemente un evento legal o físico, sino un proceso complejo que involucra múltiples dimensiones de la experiencia humana. La dimensión legal refiere a los aspectos jurídicos de la disolución del vínculo matrimonial; la dimensión social implica la reorganización de las redes sociales y los roles sociales; la dimensión económica involucra la redistribución de recursos y responsabilidades financieras; la dimensión afectiva comprende los procesos emocionales asociados a la pérdida y el duelo; la dimensión sexual implica la redefinición de la intimidad y la sexualidad; y la dimensión parental refiere a la reorganización de las responsabilidades y relaciones parentales, en caso de que existiesen.

Por su parte, Stolnicu et al. (2022) complementan esta perspectiva al enfatizar la naturaleza dinámica y multidimensional de los procesos post-separación:

> Nuestros hallazgos capturan la co-parentalidad post-divorcio de alto conflicto como un proceso dinámico multidimensional. Como tal, lidiar con los desacuerdos de co-parentalidad debe entenderse como un momento en un proceso que es influenciado por, e influencia, otras dimensiones. (p. 1)

Esta conceptualización subraya que los procesos post-separación no son estáticos, sino dinámicos, y que las diferentes dimensiones de estos procesos están interrelacionadas, influenciándose mutuamente.

3.7.2. Modelos de Etapas en los Procesos de Separación y Reconstrucción

Diversos autores han propuesto modelos de etapas para comprender la trayectoria temporal de los procesos de separación y reconstrucción. Estos modelos, aunque varían en sus detalles específicos, tienden a identificar secuencias de etapas que las parejas atraviesan en estos procesos.

El antropólogo Paul Bohannan (1970) propuso uno de los primeros modelos no secuenciales y multidimensionales de etapas del divorcio, identificando seis estaciones o dimensiones: el divorcio emocional, el divorcio legal, el divorcio económico, el divorcio coparental, el divorcio comunitario, y el divorcio psíquico. Según este modelo, las personas que atraviesan un divorcio deben negociar cada una de estas dimensiones, aunque no necesariamente en un orden secuencial.

Por su parte, la psicóloga y terapeuta familiar norteamericana Florence Kaslow (1986) desarrolló un modelo más específicamente orientado a las etapas emocionales del divorcio, identificando tres fases principales: pre-divorcio - caracterizada por insatisfacción creciente y consideración de la separación -, divorcio - que incluye la separación física, legal y psicoemocional -, y post-divorcio - que implica la exploración de nuevas identidades y relaciones -.

En cuanto a los procesos de reconstrucción, Stolnicu et al. (2022) proponen un modelo que identifica cuatro ejes principales en la co-parentalidad post-divorcio: padres de por vida, actuar en el mejor interés del niño, manejar desacuerdos, y sanar la separación. Aunque este modelo se centra específicamente en la co-parentalidad, ofrece aportes valiosos para comprender los procesos de reconstrucción relacional más amplios, especialmente a través del cuarto eje – sanar la separación – el cual se constituye como un “proceso que involucra la evacuación de la sobrecarga emocional, la identificación y el trabajo sobre lo que está bloqueando, y la distinción entre el pasado marital y el presente y futuro co-parental” (p. 9).

Es importante señalar que, aunque los modelos de etapas ofrecen marcos útiles para comprender la estructura temporal de los procesos de separación y reconstrucción, la investigación contemporánea ha enfatizado cada vez más la naturaleza no lineal y variable de estos procesos. Las parejas pueden moverse hacia adelante y hacia atrás entre diferentes etapas, o experimentar múltiples etapas simultáneamente, dependiendo de sus circunstancias específicas y recursos disponibles.

3.7.3. Sanación de la Separación

Como hemos señalado precedentemente, uno de los conceptos más prometedores para comprender los procesos de reconstrucción relacional es el de sanación de la separación, propuesto por Stolnicu et al. (2022). Este concepto emerge de su investigación sobre co-parentalidad post-divorcio de alto conflicto, pero tiene implicaciones más amplias para comprender los procesos de reconstrucción relacional en general.

Según estos autores, la sanación de la separación es un proceso específico que incluye tres sub-temas: evacuar el desbordamiento emocional, identificar qué está bloqueando y trabajar en ello, y distinguir el pasado conyugal del presente co-parental.

El primer sub-tema refiere a la necesidad de procesar y regular las intensas emociones asociadas a la separación, que pueden incluir dolor, rabia, resentimiento, culpa y miedo. Este procesamiento emocional es fundamental para crear el espacio psicológico necesario para la reconstrucción.

El segundo sub-tema, implica reconocer y abordar los obstáculos específicos que impiden la reconstrucción relacional. Estos obstáculos pueden ser de naturaleza cognitiva - como creencias limitantes o distorsiones cognitivas -, emocional - como emociones no procesadas o traumas - o relacional - como patrones disfuncionales de interacción -.

El tercer sub-tema refiere específicamente a la necesidad de diferenciar la relación conyugal pasada de la relación co-parental presente. Aunque este sub-tema se centra en la co-parentalidad, puede generalizarse a la necesidad más amplia de diferenciar el pasado relacional del presente y futuro potencial de la relación, reconociendo tanto las continuidades como las discontinuidades en la trayectoria relacional.

Este concepto de sanación de la separación ofrece un marco valioso para comprender los procesos psicológicos y relacionales involucrados en la reconstrucción

después de la separación. A partir de él, confirmaremos y reforzaremos la premisa de que la reconstrucción no es simplemente un retorno al estado pre-separación, sino un proceso transformativo que requerirá el procesamiento de experiencias pasadas y la creación de nuevas formas de relación.

3.7.4. Dinámicas Post-Separación

La investigación sobre dinámicas post-separación ha identificado patrones recurrentes en las formas en que las parejas interactúan después de la separación. Estas dinámicas pueden facilitar u obstaculizar los procesos de reconstrucción relacional. Zamora Huerta, Álvarez Cuevas y Peña Castillo (2020) identifican que

> Cuando en un divorcio se experimenta un nivel bajo de conflicto, los distintos elementos que interactúan permiten la disolución gradual de la pareja; pero, cuando el nivel de conflicto entre ex cónyuges es alto, este proceso se puede demorar porque genera una dinámica de amor y odio que lejos de interrumpir el vínculo, lo perpetua. (p. 1)

Estas dinámicas ambivalentes pueden dificultar los procesos de reconstrucción ya que mantienen a la pareja en un estado de vinculación emocional intensa pero conflictiva, la cual no permite ni la separación completa ni la reconstrucción saludable de la relación.

Por su parte, la socióloga estadounidense Constance Ahrons (1994) propuso una tipología de relaciones post-divorcio que incluye cinco categorías: amigos perfectos, colegas cooperativos, asociados enojados, enemigos ardientes, y dúos disueltos. Esta tipología reconoce la diversidad de trayectorias relacionales después de la separación, desde aquellas caracterizadas por altos niveles de cooperación y amistad, hasta aquellas marcadas por el conflicto intenso o la desvinculación completa.

Stolnicu et al. (2022) describen específicamente cómo las parejas pueden moverse de dinámicas de alto conflicto hacia la cooperación: “La cooperación requiere la disposición de influir y ser influenciado por el otro. Los padres en

situaciones de alto conflicto no muestran posiciones disponibles de cooperación" (p. 2).

Esta conceptualización subraya que la transición hacia dinámicas más cooperativas requiere no solo la reducción del conflicto, sino también el desarrollo de una disposición a la influencia mutua, es decir, a ser afectado por y afectar al otro en formas constructivas.

En plena consonancia con estos postulados es que John Gottman, como hemos mencionado con anterioridad, señalará que la “influencia mutua” (Gottman, 1999, p. 120) entre los miembros de la pareja es uno de los elementos fundamentales que distinguen a las relaciones exitosas, ya que es una cualidad que habilita a la negociación de conflictos sin erosionar el vínculo afectivo.

3.7.5. La Reconstrucción como Proceso Transformativo

Integrando las perspectivas anteriores, la reconstrucción relacional después de la separación puede ser conceptualizada como un proceso transformativo que implica no solo la reconexión, sino también la reorganización y redefinición de la relación.

Desde esta perspectiva, la reconstrucción no es un simple retorno al estado pre-separación, sino un proceso de creación de una nueva forma de relación que integra la experiencia de separación y las lecciones aprendidas de ella. Como señala Freedman (2014a), este proceso implica "escuchar deconstructivamente las historias de las personas, guiando nuestra escucha por la creencia de que esas historias poseen muchos significados posibles (…) La deconstrucción tiene que ver con procedimientos que subvierten las realidades y prácticas dadas por sentado” (pp. 17-18).

Por su parte, Capozzi (2025) enfatizará la importancia de la modificación de “patrones desadaptativos recíprocos a los que cada miembro contribuye” (p. 1) como objetivo sistémico clave en los procesos de cambio relacional. Esta disrupción no es simplemente la eliminación de patrones problemáticos, sino su transformación en nuevas formas de interacción más funcionales y satisfactorias.

En síntesis, la literatura académica ha conceptualizado los procesos de separación y reconstrucción como fenómenos multidimensionales, dinámicos y transformativos. A partir de esto, la separación deja de ser entendida como un evento puntual, para pasar a ser comprendida como un proceso complejo que involucra múltiples dimensiones de la experiencia humana.

Los modelos de etapas ofrecen marcos para comprender la estructura temporal de estos procesos psicológicos y relacionales, aunque al mismo tiempo reconocen su naturaleza no lineal y variable. Las dinámicas post-separación pueden variar desde el conflicto intenso hasta la cooperación, con implicaciones significativas para las posibilidades de reconstrucción, siendo esta conceptualizada como un proceso transformativo que implica la creación de nuevas formas de relación y ya no simplemente el retorno a estados anteriores.

3.8. En Resumen

El estado actual del conocimiento sobre los procesos de reconstrucción de la relación en parejas separadas revela un campo de investigación en desarrollo que se beneficia significativamente de las perspectivas integradas de múltiples enfoques teóricos y clínicos. Los aportes de los cinco autores fundamentales analizados – John Gottman, Saúl Fuks, Robert Sternberg, Esther Perel y Mony Elkaim - proporcionan marcos conceptuales complementarios que enriquecen nuestra comprensión de estos complejos procesos.

La perspectiva de Fuks sobre las conversaciones transformadoras y la artesanía de contextos ofrece una comprensión de cómo las parejas pueden crear espacios relacionales que faciliten la reconstrucción. Su énfasis en la naturaleza conversacional de la realidad relacional y en la importancia de las crisis como oportunidades de transformación proporciona un marco optimista y realista para entender los procesos de reconstrucción.

La teoría triangular del amor de Sternberg proporciona un marco analítico valioso para entender los diferentes componentes del amor que pueden necesitar ser

reconstruidos o reequilibrados en los procesos de reconciliación. Su conceptualización del amor como historia ofrece, además, una perspectiva narrativa que se complementa con los enfoques de otros autores.

Los aportes de Perel sobre las paradojas del deseo y la reconstrucción después de la infidelidad proporcionan insights cruciales sobre cómo las parejas pueden navegar las tensiones inherentes a las relaciones modernas y usar las crisis como oportunidades de crecimiento. Su trabajo desafía perspectivas tradicionales y ofrece enfoques innovadores para la transformación relacional.

Finalmente, los conceptos de Elkaim sobre los dobles vínculos recíprocos y las intervenciones sistémicas proporcionan herramientas específicas para entender y transformar los patrones relacionales problemáticos que pueden obstaculizar la reconstrucción.

La integración de estas perspectivas con la investigación empírica contemporánea – principalmente desarrollada por Gottman - refuerza la noción de que los procesos de reconstrucción relacional son fenómenos complejos y multidimensionales que requieren enfoques igualmente complejos para su comprensión e intervención.

En el próximo capítulo, nos sumergiremos en los desafíos metodológicos que constituyeron el sustento de los procedimientos, interrogantes y estrategias de abordaje del presente trabajo.

4. Estrategias Metodológicas

La mitad de la belleza depende del paisaje
y la otra mitad de la persona que lo mira.
Lin Yutang

A lo largo de este capítulo desarrollaremos las particularidades y vicisitudes del abordaje metodológico de nuestro objeto de análisis. Nos propondremos así realizar un recorrido por dichas inquietudes metodológicas para poder arrojar luz sobre el sistema de notación y el compás sobre los cuales se establecieron las líneas y estructuras armónicas que sostienen la polifonía del presente estudio. Finalizaremos con el desarrollo de la historia natural de la investigación, en la cual se realizará la exposición del recorrido reflexivo personal a partir del cual emergieron gradualmente los conceptos, las categorías y el modelo teórico final.

4.1. Construccionismo Social, Co-Construcción y Posicionamientos

En tanto nuestra postura epistemológica asumida se apuntala, como hemos desarrollado precedentemente, en los principios del construccionismo social, la explicitación de la metodología utilizada para abordar nuestro objeto de estudio se torna aún más relevante y sustancial ya que define un determinado modo de posicionamiento (Davies y Harré, 1990) no sólo frente al objeto de estudio, sino frente a la realidad y al modo de co-construcción de la misma.

El modo en que metodológicamente hemos abordado esta tesis ha constituido a la presente investigación en una de naturaleza exploratoria, cualitativa, reflexiva, no experimental, descriptiva y explicativa, en la cual hemos asumido y actuado una posición activa y participativa priorizando el análisis documental y bibliográfico especializado. De este modo, el investigador será entendido como activo constructor y artífice necesario de lo observado y analizado; y la realidad a investigar será concebida como el resultado emergente de las interacciones entre percepciones, concepciones y prácticas de los sujetos como seres sociales. Desde aquí podrá entenderse que, según esta perspectiva, el conocimiento de la realidad estará

necesaria e ineludiblemente influenciado por la presencia activa-constructora del investigador.

Nuestros objetivos no han estado centralizados en la demostración empírica ni en la explicación probatoria del grado en el cual determinadas cualidades se encuentran en un acontecimiento dado, sino en la comprensión y el descubrimiento cualitativo de las mismas. Es por ello que entenderemos que el objetivo central de esta investigación ha estado orientado a la profundización del conocimiento y de la comprensión de los modos en que las parejas separadas construyen el camino para el desarrollo de un proceso de reconstrucción vincular y de refundación del vínculo afectivo. En palabras de Fuks (2006): “Asumimos, en nuestra investigación, que no buscábamos realidades, datos, informaciones objetivas que confirmaran o refutaran verdades” (p. 239).

El sustento epistemológico del construccionismo social, por ende, enfatizará el posicionamiento activo de los sujetos en tanto constructores del conocimiento de la realidad que habitan – crean – en – y a través de - su narración. De este modo, cuestiona y supera a las perspectivas que ubican a los sujetos actores de la comunicación en un lugar pasivo y reproductor y que reducen a los procesos comunicacionales a un mero intercambio de información.

Cabe recordar aquí, como hemos desarrollado en capítulos precedentes, que desde esta perspectiva la información será comprendida como el proceso de transmisión y recepción de un dato – datum - de la realidad por parte de un sujeto no-cognoscente; mientras que el conocimiento – captum o captación de la realidad - será el resultado emergente de la interacción entre un sujeto cognoscente y una realidad que supone y necesita la consideración sistémica, cibernética y neguentrópica de la misma (Morin, 1979). Entenderemos, entonces, que el conocimiento será tal en la medida en que será contextuado ya que, de modo contrario, sería meramente información.

Estas son las premisas epistemológicas que tomaremos como base de nuestro posicionamiento metodológico a la hora de penar, definir y abordar nuestro objeto de estudio. Desde aquí es que podremos pensar los procesos de la comunicación no como una realidad centrada en el lenguaje sino como una práctica centrada en las actividades sociales, es decir, como un medio constructivo.

Entenderemos que el mundo social consiste en actividades y que su esencia son las conversaciones. Utilizando la metáfora lúdica, Pearce explicará que los sujetos poseemos capacidades innatas para jugar a estos juegos comunicacionales y relacionales; que existen reglas de obligatoriedad que estructuran estas pautas de interacción, a las que en su conjunto denominará “lógica deóntica de la obligatoriedad” (Pearce, 1989, p. 67). La función primaria de esta lógica será de índole pragmática y no teorética, es decir, que la sustancia de nuestros mundos sociales estará compuesta por nuestro producir y nuestro hacer, y que los sujetos en los diversos posicionamientos que iremos adoptando en nuestras sucesivas interacciones comunicacionales, participaremos de una multiplicidad de juegos.

Las ideas sobre el self ya no quedarán dentro del orden de la noción de una búsqueda paciente y detectivesca sobre un sí mismo verdadero que debe ser descubierto y revelado, sino que será conceptualizado como una teoría que construimos activamente dentro de la multiplicidad de sistemas sociales de los cuales participamos. Por ende, se podrá hablar de una “construcción social de la persona” (Pearce, 1980, p. 156), haciendo hincapié en la dimensión ética de la práctica individual de dicha construcción.

El contexto pasará a adquirir una dimensión determinante en la comprensión de las unidades de análisis que arbitrariamente se fijen, así como el significado de las acciones pasará a ser definido como un proceso de co-construcción. Los sujetos pasarán a ser entendidos, habilitados y reprotagonizados en la tarea de “artesanos de contextos” (Fuks, 2006, p. 8), pudiendo saberse como potenciales planificadores de contextos transformadores y facilitadores.

La noción de posicionamiento comenzará a adquirir fuerza ya que se enfocará en los aspectos dinámicos de los encuentros, implicará la posibilidad de una narrativa en desarrollo y representará una evolución inmanentista en relación con un conjunto de conceptos trascendentalistas, como es el de rol. La noción de rol supondrá una perspectiva menos ética y responsable del sujeto en la creación de su identidad, por ende, más determinada y menos libre. La noción de posicionamiento, por el contrario, rescatará la dimensión libre, ética y responsable del sujeto en producción continua de sus propias identidades.

La posición es, entonces, un fenómeno conversacional y la conversación es una forma de interacción social generadora de productos sociales. Toda posición del sujeto incorpora un repertorio conceptual y la correspondiente ubicación en las estructuras de derechos para quienes lo usan. Una vez que se hace propia una posición, una persona percibe el mundo desde el punto de vista de la misma en términos de imágenes particulares, metáforas, argumentos y conceptos relevantes.

La posición será entonces el concepto central para organizar el análisis de la forma en que la gente se convierte en persona o de la forma en que las parejas enfrentan conversacionalmente el proceso de reconstrucción vincular luego de una separación.

En tanto dinámica y cambiante, la posición puede responder a la elección del sujeto - principalmente, la posición reflexiva o lo que el sujeto hace con la posición interactiva -, habilitando su libertad de actuar y, por ende, la dimensión ética de la asunción de su posicionamiento frente a sí mismo, al mundo y a los otros.

A los fines de la presente contextualización, es de este modo que podremos asumir la responsabilidad sobre la focalización que hemos realizado sobre nuestro objeto de estudio, explícitamente ubicado en los modos y procesos de creación activa de las parejas para la reconstrucción de su relación afectiva luego de un proceso de separación, excluyendo estratégica e intencionalmente diversos focos de atención y

estudio, como podrían ser los motivos por los cuales dicha pareja ha decidido separarse.

4.2. Reflexividad y Objetividad

El modelo de comprensión y de acción sobre la realidad del cual explícitamente buscamos alejarnos en esta producción es aquél propio de la cientificidad racionalista moderna y que definiremos como representacionista. Esta noción se basa en la premisa que el sujeto que conoce a la realidad no es un activo constructor de la misma, sino que la reproduce de una forma objetiva y neutral dentro de su interioridad. Por ende, la realidad tal y como se presenta en el mundo externo sería susceptible de ser representada imparcialmente dentro del sujeto.

Frente a ello es que el recurso de la reflexividad se erigirá como una reacción al modelo representacionista y positivista de las ciencias modernas, cuestionando la ilusión de objetividad, neutralidad y controlabilidad del mundo científico. Posiciona, de este modo, al sujeto en un lugar de activo co-constructor de la realidad y lo hace, por ende, responsable de la realidad que co-construye. La noción misma de reflexividad como “práctica social” (Fuks, 2017, p. 1) supone un permanente intercambio de perspectivas, sensaciones, emociones, ideas y razonamientos, todo lo cual quiebra con la mítica noción del conocimiento objetivable y neutralizante.

4.3. Tipo de Diseño

Como hemos señalado, los objetivos que buscamos no se orientan a la verificación de teorías preexistentes, a la aplicación mecánica de marcos teóricos preestablecidos ni a los procesos de cuantificación de los resultados, sino a la construcción inductiva de comprensiones teóricas que emerjan del análisis sistemático de los datos bibliográficos. Es por ello que la presente investigación se encuentra enmarcada en los modelos cualitativos.

4.3.1. Naturaleza Cualitativa

La naturaleza cualitativa de esta investigación se fundamenta en la necesidad de acceder a las dimensiones complejas, multifacéticas y procesales de los fenómenos

de reconstrucción vincular en parejas separadas; los cuales involucran aspectos que trascienden las mediciones cuantitativas tradicionales, requiriendo aproximaciones metodológicas que puedan capturar la riqueza experiencial, la complejidad significativa y la naturaleza contextual de estos fenómenos.

A los fines de conocer y comprender desde una perspectiva sistémica, compleja y narrativista las interacciones que facilitan u obstaculizan dichos procesos, consideramos apropiado la selección de un enfoque de naturaleza cualitativo, interpretativo, exploratorio, reflexivo, no experimental, descriptivo y explicativo en la cual hemos asumido una posición de construcción teórica emergente a partir del análisis sistemático de fuentes bibliográficas especializadas. De este modo, como hemos explicado, el investigador será entendido como constructor de teoría fundamentada en datos y la realidad a investigar como el resultado emergente de las comprensiones teóricas y empíricas disponibles en el campo de estudio.

4.3.2. Dimensión Interpretativa

La dimensión interpretativa de nuestra investigación se articula con los principios de la grounded theory al reconocer que los procesos de reconstrucción vincular no constituyen fenómenos objetivos que puedan ser observados neutralmente, sino que son construcciones interpretativas que emergen de las interacciones entre múltiples actores y factores. Esta perspectiva tiene implicaciones fundamentales para todos los aspectos de la investigación, desde la conceptualización del objeto de estudio hasta los procedimientos de análisis y la construcción de teoría.

La perspectiva interpretativa implica, en primer lugar, que el investigador mismo se constituye en un actor interpretativo cuyas perspectivas, experiencias y posicionamientos influyen inevitablemente en el proceso de construcción de conocimiento. Esta influencia no es en sí misma una limitación que debe ser minimizada, sino una dimensión ineludible y potencialmente enriquecedora del proceso de

investigación que debe ser reconocida y aprovechada de manera reflexiva[15].

En segundo lugar, el posicionamiento interpretativo implica que las fuentes bibliográficas utilizadas como datos en esta investigación deben ser abordadas no como repositorios objetivos de información, sino como construcciones interpretativas que reflejan las perspectivas, marcos teóricos, contextos históricos y sociales y posicionamientos específicos de sus autores. Esta aproximación permite acceder no sólo al contenido manifiesto de las fuentes, sino también a las perspectivas subyacentes, los supuestos implícitos y las construcciones teóricas que informan las comprensiones existentes sobre los procesos de reconstrucción vincular.

4.3.3. Carácter No Experimental, Descriptivo y Explicativo

El carácter no experimental de esta investigación responde tanto a la naturaleza de nuestro objeto de estudio como a los principios metodológicos de la grounded theory y la investigación cualitativa. Los procesos de reconstrucción vincular en parejas separadas constituyen fenómenos complejos que se desarrollan en contextos naturales y que no pueden ser reproducidos o manipulados experimentalmente sin perder sus características esenciales y su validez ecológica.

El diseño no experimental se caracteriza por la ausencia de manipulación deliberada de variables independientes y por el estudio de los fenómenos tal como se presentan en sus contextos naturales. Esta aproximación resulta particularmente apropiada para el estudio de procesos complejos como la reconstrucción vincular, que involucran múltiples factores interactuantes que no pueden ser aislados o manipulados sin alterar fundamentalmente la naturaleza del fenómeno estudiado.

La dimensión descriptiva de nuestra investigación se orienta hacia la

[15] La reflexividad interpretativa implica un proceso continuo de autoexamen crítico sobre cómo nuestras propias perspectivas sobre las relaciones de pareja, la separación, la reconciliación y los procesos de cambio influyen en la manera en que formulamos preguntas, interpretamos datos y construimos teoría. Esta reflexividad no busca eliminar la influencia del investigador, lo cual sería imposible, sino hacerla explícita y utilizarla de manera constructiva en el proceso de investigación.

caracterización detallada y sistemática de los procesos, dinámicas, factores y mecanismos que intervienen en la reconstrucción vincular de parejas separadas, tal como han sido documentados en la literatura especializada. Esta descripción no se limita a la enumeración superficial de características observables, sino que busca capturar la complejidad, la multidimensionalidad y la naturaleza procesual de estos fenómenos de manera profunda y comprehensiva.

El componente explicativo de la investigación buscará comprender los procesos, las relaciones y los mecanismos que subyacen a los fenómenos de reconstrucción vincular. Esta explicación no se orienta hacia la identificación de relaciones causales lineales simples, sino hacia la comprensión de los procesos complejos, las dinámicas circulares y las condiciones contextuales que facilitan u obstaculizan la reconstrucción vincular.

4.3.4. Diseño Bibliográfico-Documental

El diseño del presente estudio es de tipo bibliográfico-documental, sustentándose en el paradigma interpretativo y sistémico-complejo. En base a esto es que podremos definirla como exploratoria y descriptiva, en la medida en que su objetivo central consistió en el análisis crítico de las dinámicas interaccionales que facilitan u obstaculizan los procesos de reconstrucción de la relación de parejas luego de un proceso de separación.

Es pertinente señalar que, al optar por un diseño bibliográfico-documental, la presente investigación accede a la pragmática comunicacional de manera mediada por los registros y teorizaciones de la literatura especializada. Por consiguiente, el estudio no pretende ofrecer indicadores operativos de observación directa, sino reconstruir las categorías conceptuales y los patrones de inteligibilidad que la comunidad científica ha validad como facilitadores y obstaculizadores.

Al tratarse de una investigación teórico-bibliográfica, se priorizó el análisis de fuentes primarias y secundarias mediante técnicas de síntesis crítica y triangulación conceptual - libros, artículos científicos-académicos y tesis de maestrías y doctorados -

. La fuente de datos consistió en el análisis bibliográfico especializado y su objetivo radicó en la construcción inductiva de una teoría fundamentada.

Para esta investigación, hemos adoptado el análisis bibliográfico como fuente principal de datos, una aproximación que resulta particularmente apropiada para el desarrollo de teoría fundamentada sobre fenómenos que han sido estudiados desde múltiples perspectivas y marcos teóricos, pero que requieren de integración conceptual y desarrollo teórico adicional.

Las fuentes bibliográficas utilizadas como datos en esta investigación poseen características específicas que las hacen particularmente apropiadas para el estudio de los procesos de reconstrucción vincular.

En primer lugar, estas fuentes proporcionan acceso a una amplia gama de perspectivas disciplinarias, marcos teóricos y aproximaciones metodológicas que han sido aplicadas al estudio de fenómenos relacionales. La diversidad disciplinaria de las fuentes incluye contribuciones de la psicología clínica, la psicología social, la terapia familiar, la sociología, la antropología y otras disciplinas que han abordado aspectos relacionados con las relaciones de pareja, los procesos de separación y los mecanismos de cambio relacional. Esta diversidad disciplinaria enriquece el análisis al proporcionar múltiples lentes conceptuales para comprender los procesos de reconstrucción vincular.

En segundo lugar, las fuentes bibliográficas proporcionan acceso a diferentes tipos de conocimiento, incluyendo hallazgos de investigaciones cualitativas, marcos teóricos conceptuales, reflexiones clínicas basadas en la experiencia práctica y síntesis integradoras que combinan múltiples perspectivas. Esta diversidad de tipos de conocimiento ha permitido una comprensión más completa y multifacética de los procesos estudiados.

En tercer lugar, proporcionan acceso a diferentes niveles de análisis, desde estudios que se centran en procesos individuales hasta investigaciones que abordan dinámicas relacionales, familiares y sociales. Esta diversidad es particularmente

importante para el estudio de procesos complejos como la reconstrucción vincular, que involucran múltiples niveles de análisis que interactúan de manera sistémica.

4.4. Técnicas de Recolección de Datos, Procesamiento y Análisis de Datos

A partir del posicionamiento referido precedentemente, dentro del contexto de la presente investigación se configuró un corpus documental organizado con el objetivo de facilitar y sistematizar el proceso recursivo de recolección, consulta y análisis de los datos disponibles. El mismo, se encontró prioritariamente constituido por libros teóricos, tesis doctorales y artículos científicos actualizados que incluyeron enfoques procesuales – no resultadistas - y modelos relacionales en el curso de su desarrollo. Hemos adoptado conjuntamente una serie de criterios de exclusión para la selección de la bibliografía pertinente, a saber: estudios cuantitativos sin análisis cualitativos complementarios, fuentes académicas anteriores al año 2000 – excepto en obras seminales -, e investigaciones centradas en los procesos de separación sin miramientos a los factores de reconstrucción.

La recolección de datos e información se ordenó a partir de un protocolo de revisión sistemática adaptativa de bibliografía, constituida por la búsqueda en base de datos, la selección por relevancia teórica y el análisis de contenido categorial. El procedimiento de análisis de los datos, a su vez, se organizó en cuatro fases recursivas: división de textos en unidades de significado, identificación de conceptos emergentes – codificación -, contraste de los hallazgos con los marcos teóricos de referencia y, por último, la síntesis integradora a través de metarelatos que respondan a las preguntas de investigación.

La selección y análisis de fuentes bibliográficas en esta investigación sigue los principios del muestreo teórico, en el cual las decisiones sobre qué fuentes incluir se basan en las necesidades teóricas que emergen durante el proceso de análisis. Este proceso se distingue de las aproximaciones tradicionales de revisión de literatura que típicamente utilizan criterios predeterminados para la selección de fuentes.

El proceso de muestreo teórico de fuentes bibliográficas comenzó con una selección inicial de fuentes relevantes para el tema general, pero las decisiones posteriores sobre cuáles incluir se basaron en las categorías y relaciones teóricas que fueron emergiendo del análisis. Por ejemplo, cuando el análisis inicial reveló la importancia de los procesos de comunicación en la reconstrucción vincular, el muestreo teórico nos llevó a buscar fuentes específicas sobre comunicación en parejas y resolución de conflictos.

Este proceso de muestreo teórico ha continuado de manera iterativa hasta alcanzar la saturación teórica, es decir, hasta el punto en que nuevas fuentes no han proporcionado información adicional que modifique o enriquezca significativamente las categorías y relaciones teóricas desarrolladas. La saturación teórica se evaluó continuamente durante el proceso de análisis y ha constituido el criterio principal para determinar cuándo finalizar la recolección de datos.

El análisis de las fuentes bibliográficas siguió los procedimientos de codificación establecidos, adaptados específicamente para el análisis de textos académicos. Este proceso incluyó la codificación abierta, en la cual se identificaron conceptos, procesos y fenómenos específicos mencionados en las fuentes; la codificación axial, en la cual se desarrollaron relaciones entre las categorías identificadas; y la codificación selectiva, en la cual se integraron las categorías en un marco teórico coherente.

4.4.1. Grounded Theory: Codificación Teórica

Como hemos señalado precedentemente, para el análisis de los datos hemos utilizado elementos metodológicos provenientes de la grounded theory o teoría fundamentada, en tanto la misma se constituye como una metodología cualitativa e inductiva que permite abarcar nuestro objeto de estudio desde una mirada compleja. Dicha teoría ha sido desarrollada originalmente por Glaser y Strauss (1967) y posteriormente refinada por diversos autores como Strauss y Corbin (1990). Esta elección metodológica responde a la naturaleza exploratoria de nuestro objeto de

estudio y a la necesidad de generar comprensiones teóricas fundamentadas en los datos disponibles sobre los procesos de reconstrucción vincular en parejas separadas.

La grounded theory constituye tanto un método de investigación como una epistemología específica que se caracteriza por su enfoque inductivo hacia la construcción de teoría. Los fundamentos epistemológicos de este enfoque metodológico han evolucionado significativamente desde su formulación original, incorporando perspectivas que van desde el realismo crítico hasta el construccionismo social, pero manteniendo siempre su compromiso central con la construcción de teoría fundamentada en datos empíricos.

Su adopción como marco metodológico central responde a múltiples consideraciones que van más allá de la mera conveniencia técnica. En primer lugar, la naturaleza emergente y procesual de los fenómenos de reconstrucción vincular requiere de aproximaciones metodológicas que puedan capturar la complejidad dinámica de estos procesos sin reducirlos a variables estáticas o relaciones causales simples. La teoría fundamentada, con su énfasis en la construcción inductiva de teoría y su sensibilidad hacia los procesos sociales complejos, proporciona herramientas metodológicas particularmente apropiadas para este tipo de fenómenos.

En segundo lugar, la relativa escasez de marcos teóricos específicos para comprender los procesos de reconstrucción vincular en parejas separadas hace que la construcción inductiva de teoría sea no sólo apropiada sino necesaria. Como hemos evidenciado en nuestro estado actual del conocimiento, la mayoría de las investigaciones en el campo se han centrado en los procesos de separación y divorcio o en los factores que predicen el éxito o fracaso de las relaciones, pero existe un vacío significativo en la comprensión específica de los procesos de reconstrucción relacional luego de una separación. La presente teoría nos ha permitido abordar este vacío teórico de manera sistemática y rigurosa.

En tercer lugar, la naturaleza multidisciplinaria del conocimiento disponible sobre procesos relacionales requiere de aproximaciones metodológicas que puedan

integrar perspectivas diversas sin imponer marcos teóricos restrictivos a priori. La teoría fundamentada, con su enfoque inductivo y su capacidad para generar teorías de rango medio, proporciona un marco metodológico que puede acomodar esta diversidad de perspectivas mientras mantiene el rigor analítico necesario para la construcción de conocimiento científico válido.

Los procesos de reconstrucción vincular constituyen fenómenos complejos y multifacéticos que involucran dimensiones emocionales, cognitivas, relacionales, temporales y contextuales. La aproximación inductiva nos ha permitido abordar esta complejidad sin reducirla prematuramente a categorías teóricas establecidas, facilitando el descubrimiento de aspectos únicos y específicos de estos procesos.

El principio de construcción teórica emergente resulta particularmente apropiado para el estudio de procesos que se caracterizan precisamente por su naturaleza emergente y evolutiva. Los procesos de reconstrucción vincular no siguen patrones predeterminados, sino que emergen de las interacciones específicas entre los ex miembros de la pareja, sus contextos y las circunstancias particulares de su situación. La grounded theory nos ha proporcionado herramientas metodológicas que han permitido capturar esta naturaleza emergente sin imponer estructuras teóricas rígidas.

Conjuntamente, las diferentes perspectivas epistemológicas que la constituyen ofrecen opciones para abordar los procesos de reconstrucción vincular desde diferentes ángulos. La perspectiva construccionista resulta particularmente apropiada para estos procesos, ya que reconoce que la reconstrucción vincular implica precisamente la construcción de nuevas realidades relacionales a través de las interacciones entre los miembros de la pareja.

Cabe aquí realizar una breve reflexión sobre la aplicación de los principios de grounded theory al análisis bibliográfico a lo largo del proceso de la investigación. La clave para esta aplicación fue tratar la literatura no como fuente de teorías existentes para verificación, sino como datos para el análisis inductivo. Esto requirió una

aproximación a la literatura que fuera abierta a la emergencia de conceptos y categorías inesperados, en lugar de simplemente buscar confirmación de ideas preconcebidas.

Finalmente, cabe resaltar que, a partir del uso sistemático y basal de la teoría fundamentada, hemos encontrado que las categorías de análisis emergentes han permitido identificar una serie de patrones interaccionales en los procesos de reconstrucción de pareja luego de un proceso de separación, respondiendo a los objetivos inherentes a un posicionamiento sustentado en los paradigmas sistémicos-complejos.

4.5. Atlas ti: Codificación Abierta y Codificación Axial

La implementación de los procedimientos que hemos referido precedentemente, ha requerido el uso de herramientas tecnológicas especializadas que han servido para facilitar y sistematizar el complejo proceso de análisis de datos cualitativos.

En este contexto, hemos seleccionado Atlas.ti como el software principal para el análisis de nuestros datos bibliográficos, decisión que ha respondido tanto a las características específicas de este programa como a su compatibilidad con los principios y procedimientos de la teoría fundamentada. Atlas.ti constituye uno de los programas de análisis de datos cualitativos asistido por computadora más reconocidos y utilizados en la investigación cualitativa contemporánea.

En el contexto específico de nuestra investigación, el presente software ofrece funcionalidades específicas que facilitan la implementación rigurosa de los procedimientos característicos de este método. Las mismas incluyen capacidades avanzadas de codificación, herramientas para el desarrollo de relaciones entre códigos y categorías, facilidades para la escritura y organización de memos analíticos y opciones para la visualización de estructuras teóricas emergentes.

Atlas.ti ha sido específicamente diseñado con consideración de los principios y procedimientos de la grounded theory. El programa fue desarrollado en el contexto de proyectos de investigación que utilizaban dicha teoría y muchas de sus

funcionalidades reflejan directamente los procedimientos característicos de este método.

Esta compatibilidad se manifiesta en múltiples aspectos del programa. Por un lado, su sistema de codificación es coherente con los procedimientos de codificación abierta, permitiendo la identificación inductiva de conceptos y categorías que emergen de los datos. Strauss y Corbin (2002) entienden a la codificación abierta de la siguiente forma:

> Los conceptos son los elementos básicos de la teoría. La codificación abierta en el método de la teoría fundamentada es el proceso analítico por el cual los conceptos se identifican y desarrollan desde el punto de vista de sus propiedades y dimensiones. Los procedimientos analíticos básicos por los que estos se logran son: el planteamiento de preguntas sobre los datos y la realización de comparaciones para las similitudes y las diferencias entre cada incidente, acontecimiento y otros ejemplares de fenómenos. Los acontecimientos e incidentes similares se etiquetan y agrupan para formar categorías. (p. 74)

En el proceso inicial de nuestra investigación, el interés se centró en la comprensión de los fenómenos de crisis de pareja, marcando así el puntapié inicial necesario para el estudio y el entendimiento de los fenómenos que posteriormente se podrían desarrollar a partir de la misma.

Aquí encontramos soporte en los documentos primarios mencionados con posterioridad, considerados como ejes articuladores fundamentales, en tanto saberes teóricos especializados en la temática de la pareja y sus crisis de separación.

Posteriormente, incorporamos artículos académicos y publicaciones científicas de habla inglesa y española, visibilizando el avance en el estudio y la comprensión de los factores clave para la reconciliación de parejas, destacando la importancia de la comunicación, el apego seguro y las intervenciones terapéuticas. A diferencia de las investigaciones clásicas sobre divorcio, estos estudios recientes se centraron en los

procesos de reconciliación, las dinámicas emocionales y los factores que facilitan u obstaculizan la reconstrucción del vínculo.

Estos procesos de codificación continuaron de forma iterativa hasta arribar, como hemos señalado precedentemente, el punto de saturación teórica.

A continuación, avanzamos hacia la implementación del proceso de codificación axial, descripto por Strauss y Corbin (2002) como

> el proceso de relacionar subcategorías con una categoría. Es un proceso complejo de pensamiento inductivo y deductivo que implica varios pasos. Estos se realizan, como con la codificación abierta, haciendo comparaciones y preguntas. Sin embargo, en la codificación axial, el uso de estos procedimientos está más centrado y dirigido a descubrir y relacionar categorías en función del modelo del paradigma (p. 144)

Las herramientas para el desarrollo de relaciones entre códigos facilitaron la implementación de la codificación axial, permitiendo la especificación de las propiedades y dimensiones de las categorías y el desarrollo de relaciones entre ellas. Las categorías más relevantes para la pregunta de investigación se seleccionaron a partir de los códigos desarrollados y las notas de códigos relacionadas.

En nuestra investigación, el proceso de codificación axial consistió en poner en diálogo los códigos abiertos iniciales y establecer conexiones relacionales entre ellos, lo que nos permitió hacer emerger siete categorías centrales que estructuran la experiencia del proceso de reconstrucción de pareja.

4.6. Categorías Emergentes

Las categorías centrales que emergieron a partir del proceso de codificación y que estructuran la experiencia del proceso de reconstrucción de pareja son las siguientes – si bien las desarrollaremos en mayor profundidad en el capítulo de análisis de datos y en las conclusiones -:

1 – Crisis como catalizador de transformación sistémica: superando la visión pesimista y negativista de los procesos de crisis, hemos encontrado la posibilidad de

comprensión del fenómeno como uno de cualidad habilitante y potenciadora de recursos

2 – De la noción de restitución a la de reinvención: dejará de comprenderse el proceso de reparación vincular como un retorno a un equilibrio previo para pasar a ser entendido como la necesidad – y oportunidad - de reinventar sus acuerdos y narrativas

3 – Retroalimentación entre los conflictos y los recursos de las parejas: la complementariedad antagónica – o el antagonismo complementario – se presentan como la tensión necesaria para que la pareja movilice los recursos de mantenimiento y actualización vincular

4 – Factores facilitadores de la reconstrucción de pareja. Emergen la construcción de cuatro categorías centrales como facilitadoras del proceso: regulación emocional, construcción de significados, flexibilidad y adaptación y cooperación e influencia mutua.

5 – Temporalidad del proceso de reconstrucción de pareja: se reconocerán fases de una temporalidad no lineal para el proceso de la reconstrucción

6 – Reflexividad y comunicación: se reconocerán las formas de conversaciones transformadoras como compositores fundamentales del proceso de reconstrucción, destacando el valor de las conversaciones transformadoras como medio de acción conjunta en el proceso. Así mismo, emergerá la capacidad de reflexividad vincular o de metacapacidad relacional como el recurso central del proceso de reconstrucción

7 - La reconstrucción vincular como co-construcción sistémica de núcleos y dimensiones: la dinámica de esta articulación integradora permitirá la posibilidad de la emergencia de la reconstrucción.

Figura 1

La sinfonía de la reconstrucción: El camino sistémico de la pareja separada



4.7. Historia Natural de la Investigación

No hay nadie que jamás haya escrito o pintado,
esculpido y modelado, construido, inventado,
a no ser para salir del infierno.
Antonin Artaud

En este apartado deseo presentar, relatado en primera persona, el proceso y el desarrollo histórico del presente trabajo: los contextos, las conversaciones e interacciones, los vínculos, las ideas, las colaboraciones y los acontecimientos que fueron abriendo camino y permitiéndome avanzar y transformar en materia escrita y narrable lo que se encontraba en mí como potencia.

De acuerdo con la naturaleza descriptiva de este apartado, y revalorizando la subjetividad del investigador como un instrumento válido dentro de los procesos cualitativos y sistémicos, el presente relato adoptará intencionalmente un tono en primera persona. Nos adentraremos aquí en un territorio narrativo que, si bien es fundamental para el rigor y la transparencia de una investigación cualitativa, presentará un deliberado y justificado cambio en la voz narrativa. Hasta este punto, la redacción de la tesis ha mantenido un estilo formal y académico, propio de la comunicación científica tradicional. En esta sección, la aproximación narrativa exige una diferencia que dé lugar y abrace a la subjetividad, la reflexividad y la narrativa personal como herramientas metodológicas esenciales.

Este cambio no es arbitrario ni casual; por el contrario, se fundamente en una sólida tradición epistemológica que reconoce y posiciona al investigador no como un observador neutral y distante, sino como un participante activo y co-constructor del proceso de conocimiento. Es así como Fuks planteará en su artículo En primera persona: investigando mundos de los que somos partes (2009) que abandonar la “ilusión de seguridad de colocarse por fuera de las dramáticas de la investigación” (p. 2) es un acto de honestidad intelectual y rigor metodológico. Por lo tanto, la decisión de narrar este proceso en primera persona no es una concesión a la informalidad, sino

una decisión metodológica coherente con los principios, que sustentan nuestra investigación y que demandan una explicitación transparente del cómo se llegó a los hallazgos, incluyendo las vicisitudes, los descubrimientos y las transformaciones en la propia perspectiva del investigador. Esta decisión metodológica, entonces, no obedecerá a una mera licencia narrativa, sino que buscará ofrecer una reconstrucción reflexiva y contextualizada de la trayectoria de la investigación.

El propósito será permitir una comprensión más rica y matizada de las decisiones, los puntos de inflexión y el proceso heurístico personal que han caracterizado el desarrollo de este estudio, sin que ello comprometa el rigor científico de la investigación en su conjunto. Es, en esencia, una invitación a recorrer junto al investigador el camino de la indagación, con sus desvíos, sus revelaciones y su constante diálogo entre la teoría y los datos.

Dicho recorrido se estructura de manera cronológica, desde la conceptualización inicial del problema hasta la construcción del modelo teórico emergente. De este modo, se incluyen las decisiones metodológicas tomadas, los ajustes realizados en respuesta a los hallazgos emergentes, los obstáculos encontrados y las estrategias utilizadas para superarlos, la evolución de las preguntas de investigación y los descubrimientos que fueron moldeando progresivamente la comprensión del fenómeno estudiado.

Para lograr dicho objetivo me basaré en los registros personales que he desarrollado a partir de diversas fuentes, tales como recuerdos, diarios y reflexiones personales; conversaciones significativas – tanto en sus efectos como en sus contenidos - con diversos interlocutores; memos y notas que he escrito a lo largo del proceso de elaboración, investigación y escritura; apuntes sobre observaciones de materiales audiovisuales y culturales tales como series, películas, podcasts y documentales; y todos aquéllos escritos personales que, a modo de escritura residual, resultaban aparentemente irrelevantes e intrascendentes en principio, pero que finalmente han servido como material tanto para producir interrogantes motorizantes

como para catalizar procesos de curiosidad creativa que han desembocado sorpresiva y gratamente en la producción de ideas idóneas para la tesis.

Dentro de las diversas fuentes que he mencionado precedentemente, he excluido intencionalmente, con el objetivo de diferenciar y resaltar, a una que ha sido un centro basal de referencia y una caja de resonancia fundamental y fundacional para la construcción, desarrollo, contrastación, ampliación y creación de notas, ideas, apuntes y nociones generales y específicas para el desarrollo tanto de la tesis como de su metodología de desarrollo, a saber: mi grupo de estudio metodológico de tesis.

La co-participación de este dispositivo metodológico - compuesto por mi director, mi co-directora y mi compañera de maestría - constó de frecuentes y regulares reuniones en las cuales, en el sentido más propio de la retroalimentación sistémica, pudieron circular libremente los interrogantes, dudas, miedos, vulnerabilidades, certidumbres, entusiasmos y ambivalencias características de tan largo y arduo proceso de escritura de la presente tesis. Fue allí en donde pude experimentar, con la mayor vivacidad y plasticidad posible, la intimidad, la afinidad y la confianza de un contexto seguro, habilitante y facilitador.

Ahora bien, es necesario en este punto aclarar que, siguiendo los principios recursivos sobre los cuales se sustenta la presente investigación, este proceso no fue lineal sino iterativo y reverberante, caracterizado por movimientos constantes entre la recolección de datos, el análisis y la construcción teórica. La sensibilidad teórica se fue desarrollando gradualmente a medida que me sumergía más profundamente en los datos y comenzaba a identificar patrones, relaciones y significados emergentes.

Antes de comenzar con el relato, resulta igualmente necesario aclarar que, siguiendo los principios batesonianos de puntuación y de renuncia a la pretensión de objetividad que se encuentran en los basamentos teóricos y metodológicos de esta investigación, este apartado continuará fielmente con dicha lógica y será una selección personal y arbitraria de una serie de eventos presentados en secuencia cronológica, eligiendo algunos y descartando otros, con la pretensión de agilizar la

lectura y reducir al mínimo indispensable la presentación de materiales que, en caso contrario, resultarían cercanos a la multitud.

La historia de esta investigación se remonta al período de cursado de la carrera de maestría en pensamiento sistémico, entre los años 2017 y 2019. Dicha experiencia estuvo signada por dos grandes puntos de inflexión en mi vida personal: el nacimiento de mi segunda hija, por un lado; mi proceso de separación - y el posterior proceso de reinvención vincular - con mi pareja, por el otro. A raíz del primer evento, coincidente con el inicio mismo del cursado académico, toda mi atención e interés estuvo guiada por la consciencia de la carencia a la cual me confrontó dicho acontecimiento: la dimensión de la realidad lúdica en el mundo adulto. La redacción de las monografías requeridas para el cursado de la maestría estuvieron centralizadas en dicha temática.

Al poco tiempo de la finalización del cursado tuvo lugar el segundo gran suceso al cual hice referencia. El mismo produjo un estado general de sismo, de terremoto, de cisura en las certezas y convicciones personales. Produjo en mí un estado general de confusión, incertidumbre, estupor y parálisis, al mismo tiempo que un momento de profunda reinvención, creatividad y resignificación personal y vincular. En tanto la totalidad mi energía estuvo volcada al proceso de duelo, tuve que atravesar una necesaria desinvestidura de mis intereses generales, entre ellos, los académicos, por lo que la redacción de mi tesis quedó temporalmente relegada.

Tras el proceso de elaboración de la separación y el posterior proceso de reconstrucción vincular con mi pareja, pude volver a focalizar mis intereses y retomar la producción de mi tesis para encontrarme con una profunda e inquietante sorpresa: aquél tema de investigación que movilizaba mis interrogantes – la inhibición de la dimensión lúdica en el mundo de los adultos - había dejado de convocarme.

Fue en ese momento en el cual la salida de este nuevo abismo pudo ser habilitada por la apertura a ese grupo de pertenencia que había dejado de ser temporalmente habitado por mí: mis compañeros y compañeras de cursado. En el reencuentro con ellos, y a través de sus preguntas y del relato de sus experiencias e

investigaciones, pude afinar mi mirada y mis intereses y así comenzar a darle forma de interrogante a lo que había sido transcurrido casi natural o irreflexivamente: ¿qué había pasado en mí y en mi pareja para que, después de un proceso de separación, estuviésemos deseosos e interesados de intentar reconstruir el vínculo?, ¿cómo lo logramos?, ¿qué estrategias pusimos en juego?, ¿qué tuvimos que cambiar para ello?, ¿acaso éramos plenamente conscientes de ello, de lo que hicimos y, sobre todo, de cómo lo hicimos?

Entre tanto tumulto de dudas, interrogantes y cuestionamientos, hubo una realidad que se me evidenció prístina e incuestionable, casi en un proceso y sentido cartesiano: si algo pudo ser hecho, fue, justamente, porque hubo un hacer. Atravesado por las lecturas del pensamiento de la complejidad y del paradigma sistémico, por el construccionismo social y el narrativismo, había encontrado mi tema de investigación, mi musa, mi interés, mis interrogantes.

Volví, en ese momento, a sentir la dualidad de la convocatoria de la curiosidad y del proceso creativo: por un lado, el entusiasmo, el anhelo pujante, la convicción de posibilidad; por el otro, la desorientación, la angustia del naufragio, la orfandad académica. En ánimos de la prudencia y siguiendo las enseñanzas de la metáfora del hijo pródigo, retorné a mi base segura y contacté a Andre Ercole – colega, compañera y coordinadora académica, quien luego sería mi co-directora de tesis - y a Saúl Fuks – director de la maestría y quien luego sería mi director de tesis -, quienes apoyaron, avalaron y desarrollaron mis ideas gestacionales y crearon un grupo de pertenencia y debate académico del cual formaron parte – este fue, y sigue siendo, uno de los pilares fundamentales de mi desarrollo académico-.

El interrogante inicial giró en torno a los recursos que las parejas ponen en juego para recomponer su relación luego de una separación. Tanto las nociones de recursos como de recomposición fueron cuestionándose y elaborándose progresivamente hasta arribar a conceptos más coherentes e idóneos a nuestros basamentos teóricos, tales como los de desafíos y reconstrucción/reinvención.

Hubo aquí una decisión crucial en conceptualizar la reconstrucción relacional como un proceso de transformación sistémica en lugar de simplemente una recomposición o un retorno a un estado anterior. Esta conceptualización emergió del reconocimiento de que las parejas que logran reconstruir su vínculo luego de una separación, típicamente desarrollan formas nuevas y potencialmente superadoras de relacionarse, en lugar de simplemente restaurar patrones anteriores. Esta redefinición fue sustancial ya que significó que la reconstrucción no podía ser entendida simplemente como la eliminación de factores obstaculizadores o la presencia de factores facilitadores, sino como un proceso de emergencia de nuevas propiedades relacionales que no existían previamente.

Consecuentemente, se tornó fundamental la definición – marcación de límites y puntuación - de los autores que trabajan específicamente sobre esta temática ya que la exploración inicial de los antecedentes arrojó, en este punto, que mi objeto de estudio no había sido ampliamente abordado como así lo había sido el proceso de separación/divorcio. Emergieron, por consiguiente, los autores fundamentales y lo que luego serían los documentos primarios que darían el puntapié inicial al proceso de codificación y muestreo teórico. En este punto, las lecturas de los autores fundamentales – a saber: John Gottman, Saúl Fuks, Esther Perel, Robert Sternberg y Mony Elkaim - ocuparon la totalidad de mi atención.

Un hallazgo significativo de dicha etapa fue que la mayor parte de la literatura se enfocaba en los factores de predicción del éxito o fracaso relacional o en los procesos de adaptación después de la separación, pero había relativamente poca investigación específica sobre los procesos de reconstrucción de una pareja luego de su separación. Este hallazgo confirmó la relevancia del foco de investigación elegido y sugirió la necesidad de ampliar la búsqueda para incluir literatura sobre temas relacionados que pudieran informar la comprensión de los procesos de reconstrucción.

Consecuentemente, procedí a profundizar en la búsqueda de investigaciones académicas actuales; a mi sorpresa, encontré fuentes diversas. A medida que

avanzaba el análisis inicial, se hizo evidente la necesidad de desarrollar criterios más específicos para la selección de literatura relevante. Los criterios iniciales habían sido considerablemente amplios, lo que resultaba en una cantidad abrumadora de material que no siempre era directamente relevante para el foco de investigación. Se desarrollaron criterios más específicos que incluían la relevancia directa para procesos de reconstrucción relacional, la calidad metodológica de los estudios y la diversidad de perspectivas teóricas representadas.

Aquí se me hizo evidente la necesidad de desarrollar un proceso más sistemático para la organización y el estudio de los datos. Fue por ello que tomé la decisión de utilizar Atlas.ti como herramienta de análisis, lo que permitió una organización más sistemática de los códigos, categorías y relaciones emergentes – que serán presentados con claridad en el capítulo siguiente -.

Los primeros análisis de la literatura comenzaron a revelar patrones interesantes. Utilizando los procedimientos de codificación abierta, comenzaron a emerger códigos relacionados con factores que parecían facilitar la reconstrucción relacional, como comunicación efectiva, capacidad de perdón, apoyo social y motivación para el cambio. Simultáneamente, emergieron códigos relacionados con factores que parecían obstaculizar la reconstrucción, como patrones de conflicto persistente, falta de confianza e interferencia de terceros.

A medida que avanzaba el análisis, las preguntas de investigación comenzaron a evolucionar y especificarse. La amplia, difusa e imprecisa pregunta inicial sobre ¿cómo logran las parejas reconstruir su relación? se fue refinando hacia preguntas más específicas sobre ¿qué factores facilitan u obstaculizan los procesos de reconstrucción? y ¿cómo interactúan estos factores para influir en los resultados de reconstrucción?

Esta evolución de los interrogantes reflejaba el desarrollo de mi sensibilidad teórica y la emergencia de patrones más específicos en los datos. Las preguntas más refinadas permitían un análisis más enfocado y la identificación de relaciones más específicas entre conceptos y categorías.

Durante esta fase, comenzaron a cristalizarse las categorías principales que eventualmente se convertirían en los factores facilitadores y obstaculizadores presentados en el análisis final. Como he señalado precedentemente, el proceso de desarrollo de estas categorías fue iterativo, involucrando múltiples ciclos de codificación, comparación constante y refinamiento conceptual.

A medida que avanzaba el análisis, comenzaron a emerger patrones de orden superior que sugerían dimensiones críticas que operaban como ejes organizadores de los procesos de reconstrucción. El proceso de identificación de estas dimensiones requirió de un nivel de abstracción mayor que el utilizado para identificar factores específicos, así como también de la posibilidad de ver patrones que operan a través de múltiples categorías y de identificar los principios organizadores subyacentes.

Estas dimensiones no eran simplemente categorías adicionales, sino que representaban aspectos fundamentales que influían en múltiples factores facilitadores y obstaculizadores. La primera dimensión que se cristalizó fue la regulación emocional, que parecía influir en la capacidad de comunicación efectiva, la capacidad de procesamiento de conflictos y la capacidad de mantener la motivación para la reconstrucción. La segunda dimensión fue la construcción de significado, la cual aparentemente incidía en cómo las parejas interpretaban su experiencia de separación y en las posibilidades futuras de su relación.

Una de las últimas dimensiones en desarrollarse fue la comprensión de los procesos temporales involucrados en la reconstrucción relacional. El análisis inicial se había enfocado principalmente en identificar factores facilitadores y obstaculizadores, pero se hizo evidente que estos factores operaban de manera diferente en diferentes momentos del proceso de reconstrucción.

El desarrollo de la comprensión temporal requería un análisis de cómo los procesos de reconstrucción se desarrollan a lo largo del tiempo. Esto llevó a la identificación de fases de reconstrucción que incluían estabilización emocional, restablecimiento de comunicación, reconstrucción de confianza, renovación y

transformación.

La identificación de estas fases no sugería un proceso lineal sino un proceso cíclico y recursivo donde las parejas podían moverse hacia adelante y hacia atrás entre fases y donde diferentes aspectos de la reconstrucción podían estar ocurriendo simultáneamente en diferentes niveles del sistema relacional.

La fase final de integración involucró la síntesis de todos los hallazgos en un marco coherente que pudiera capturar la complejidad multidimensional de los procesos de reconstrucción relacional. El marco final incluyó los factores facilitadores y obstaculizadores específicos, las dimensiones críticas que operaban como ejes organizadores, los procesos temporales que caracterizaban el desarrollo de la reconstrucción a lo largo del tiempo y el modelo teórico emergente que proporcionaba una comprensión integrada de todos estos elementos.

En conclusión, puedo decir, después de años de esfuerzos sostenidos, de un arduo trabajo de lectura, investigación y escritura, y gracias al aporte y colaboración de muchas personas involucradas, que presento esta tesis como una extensión académica inevitable de mi desarrollo personal y vincular, sin saber aún qué deparará para su – y mi – futuro.

4.8. En Conclusión

Como conclusión, podemos sostener que el abordaje metodológico desarrollado en esta investigación proporciona una base sólida para la construcción de conocimiento sobre los procesos de reconstrucción vincular en parejas separadas. La aplicación rigurosa de los principios y procedimientos de la g rounded t heory, adaptados específicamente para el análisis bibliográfico, ha permitido el desarrollo de una teoría fundamentada que contribuye significativamente al conocimiento teórico y práctico en el campo del paradigma sistémico y complejo.

En el próximo capítulo, desarrollaremos con mayor detenimiento los hallazgos y resultados obtenidos a partir del análisis de datos diseñado en el marco del enfoque y posicionamiento metodológico explicitado con anterioridad.

5. Análisis de Datos. Resultados y Hallazgos

El presente capítulo constituye el núcleo analítico de esta investigación, donde convergen los fundamentos teóricos desarrollados en el marco teórico, los conocimientos sistematizados en el estado actual del conocimiento y la metodología explicitada en el capítulo precedente. Podríamos decir que arribamos al clímax de la interpretación, donde los temas melódicos se entrelazan en un contrapunto que revelará la armonía de los hallazgos.

A través de un proceso sistemático de análisis bibliográfico y construcción inductiva de teoría, en este capítulo se presentarán los hallazgos emergentes sobre los procesos de reconstrucción de la relación en parejas separadas, específicamente enfocándonos en las interacciones que facilitan u obstaculizan dicho proceso.

La articulación entre los capítulos anteriores y el presente análisis refleja la coherencia epistemológica y metodológica que ha guiado esta investigación desde sus fundamentos conceptuales hasta la construcción de conocimientos emergentes.

Los hallazgos presentados a continuación emergen de un proceso de análisis que ha involucrado la revisión sistemática de literatura especializada, la identificación inductiva de patrones y temas emergentes y la construcción gradual de un marco teórico que puede dar cuenta de la complejidad de los procesos de reconstrucción relacional. Como hemos señalado en el capítulo precedente, este proceso ha sido guiado por los principios de la comparación constante, la sensibilidad teórica y la construcción inductiva de teoría que caracterizan a la grounded theory.

La estructura de este capítulo refleja la lógica del análisis desarrollado. La primera sección presenta los factores facilitadores de la reconstrucción relacional, organizados en dimensiones específicas que emergen del análisis. La segunda sección presenta los factores obstaculizadores, de igual modo organizados en categorías emergentes. La tercera sección presenta un análisis integrativo que sintetiza los hallazgos de las secciones anteriores y desarrolla un modelo teórico emergente que puede dar cuenta de la complejidad de los procesos de reconstrucción

relacional.

Es importante señalar que los hallazgos presentados en este capítulo constituyen construcciones teóricas emergentes que reflejan los patrones identificados en la literatura analizada. Los mismos deben ser comprendidos dentro del contexto epistemológico del construccionismo social que informa esta investigación, donde el conocimiento es entendido, como hemos desarrollado precedentemente, como una construcción social situada en la particularidad y especificidad de contextos determinados.

Los factores facilitadores y obstaculizadores identificados no deben ser interpretados como elementos independientes que operan de manera aislada, sino como componentes de un sistema complejo donde cada uno de ellos influye a la vez que es influenciado por los otros elementos de dicho sistema. Esta perspectiva sistémica es fundamental para comprender la naturaleza emergente de los procesos de reconstrucción relacional.

El análisis presentado en este capítulo también refleja la naturaleza temporal y procesual de los fenómenos estudiados. Los procesos de reconstrucción relacional no son eventos discretos sino procesos complejos que se desarrollan a lo largo del tiempo y que pueden involucrar múltiples fases, retrocesos y transformaciones.

Finalmente, es menester reconocer que los hallazgos presentados a continuación se encuentran situados dentro del contexto específico de la literatura revisada, la cual, principalmente, refleja perspectivas occidentales sobre las relaciones de pareja. Los procesos de reconstrucción relacional pueden manifestarse de maneras distintas en contextos culturales diferentes y los hallazgos presentados deben ser interpretados con esta limitación – focalización- en mente y en la mirada de cada lector.

Con estas consideraciones como marco, el presente capítulo procede a presentar los hallazgos emergentes en el intento de responder las preguntas que han

motorizando el desarrollo de la presente investigación.

5.1. Factores Facilitadores de la Reconstrucción Relacional

Como hemos señalado precedentemente, a lo largo del creciente interés por el estudio sobre los procesos de reconstrucción de la relación de pareja luego de un proceso de separación, las investigaciones actuales tienden a centrarse en dos aspectos diferentes, aunque complementarios y mutuamente necesarios, a saber: los factores que tienden a facilitar la recomposición en los vínculos separados, por un lado, y los factores que tienden a obstaculizarla, por el otro. Podremos en esta instancia sugerir que, a los fines del objetivo de la reconstrucción vincular, el proceso se encontrará facilitado en la medida en que los primeros factores sean desarrollados y amplificados, al mismo tiempo en que los segundos sean inhibidos y contenidos.

Numerosos estudios han profundizado en la identificación de elementos que favorecen la reconstrucción de una relación de pareja después de un proceso de separación. Algunos de ellos harán mayor hincapié en los procesos de comunicación y resolución de conflictos, mientras otros se centrarán en los procesos de motivación y compromiso vincular. A su vez, la complejidad inherente del mismo proceso de reconstrucción relacional permite categorizar a los factores facilitadores en distintas dimensiones de acuerdo a su especificidad. Dichas dimensiones corresponden a los niveles comunicacionales, sociales, cognitivos, emocionales y contextuales.

Entre los estudios que centrarán su atención en los aspectos comunicacionales y de resolución de conflictos, encontraremos aquéllos de la neurobióloga y antropóloga norteamericana Helen Fisher quien, en Anatomía del amor: historia natural de la monogamia, el adulterio y el divorcio (1992), y en sus trabajos posteriores sobre el amor y el apego - aunque no se centran exclusivamente en la reconciliación - proporciona un marco para entender los mecanismos biológicos y psicológicos del vínculo de pareja. Sostendrá que comprender las necesidades de apego y los sistemas motivacionales involucrados en la atracción y el cariño es fundamental para facilitar la reconexión.

Hetherington y Kelly en su libro Para bien o para mal: el divorcio reconsiderado (2002), en concordancia con los postulados originales de Gottman, encontraron que las parejas que logran reconciliarse suelen desarrollar estrategias de comunicación más efectivas, evitando patrones destructivos como la crítica constante o el desprecio.

Sue Johnson, psicóloga clínica y terapeuta de parejas canadiense, en su libro Abrázame fuerte: siete conversaciones para un amor duradero (2009) y en a lo largo del desarrollo de su enfoque en la terapia centrada en las emociones (TCE), destaca la importancia de la conexión emocional segura. Explicará a lo largo de su obra que después de una separación, la capacidad de las parejas para identificar y abordar sus necesidades de apego y crear un vínculo emocional más seguro es fundamental para la reconstrucción. La TCE es efectiva para reconstruir la confianza post-separación y sus principios fundamentales, tales como la identificación de patrones de interacción negativos y la creación de momentos de conexión emocional, siguen siendo relevantes para favorecer el proceso de reconciliación vincular.

Siguiendo estos lineamientos, Dailey et al. destacarán que la capacidad de perdonar y de renegociar expectativas es un fenómeno crucial para la recomposición vincular y que las parejas que se reconcilian exitosamente suelen adoptar estrategias de comunicación más asertivas, evitando ciclos de crítica y evitación. En Relaciones de parejas intermitentes: ¿qué lleva a la pareja a volver? (2011) se centran en las relaciones intermitentes, ofreciendo insights valiosos sobre los patrones de ruptura y reconciliación. Identifican, de este modo, factores como la ambivalencia, la inercia y la atracción como elementos que perpetúan estos ciclos.

Andrew Abeyta et al en Mirando atrás para ir hacia adelante (2015), propondrán que la nostalgia positiva por los buenos momentos compartidos puede actuar como motivador para la reconciliación. Eastwick, Finkel y Simpson en su publicación titulada Trayectorias relacionales: un marco meta-teórico y aplicaciones teoréticas (2019) demostraron que las parejas con un estilo de apego seguro tienen mayor probabilidad de retomar la relación de manera estable.

Fischer y Baucom, en su investigación titulada Terapias de pareja cognitivo-conductuales: una revisión de la evidencia sobre tratamientos para conflicto relacional, psicopatología y enfermedades crónicas (2016), evaluaron intervenciones basadas en terapia cognitivo-conductual para parejas y encontraron que las mismas mejoran significativamente las tasas de reconciliación. Haciendo énfasis en la comunicación y los procesos de perdón, destacan el papel crucial de la comunicación efectiva, la empatía y el perdón en el proceso de reconstrucción de la relación después de una separación. En sus estudios, han explorado cómo las conversaciones difíciles sobre las razones de la separación, la asunción de responsabilidad y la expresión de remordimiento influyen en la posibilidad de reconciliación.

Entre el segundo grupo de estudios – a saber, aquéllos que centrarán su interés en los procesos de motivación y compromiso vincular – encontraremos las investigaciones de Ann Weaver quien en El rol del apego en el desarrollo de la reconciliación (1999), señala que las parejas que se reconcilian suelen tener una historia previa de apego seguro y una motivación intrínseca para resolver los problemas. En su libro titulado terapia socio-emocional de parejas (2025), Carmen Knudson-Martin et al., observaron que las parejas que reciben apoyo de familiares o terapia de pareja tienen más éxito en la reconstrucción, enfatizando, de este modo, el papel fundamental que cumplen las redes de contención y el apoyo social para el proceso de reconstrucción vincular.

5.1.1. Dimensiones de la Reparación

Como se ha especificado con antelación, la multidimensionalidad misma del proceso de reconstrucción vincular supone la necesaria intervención de una serie de recursos facilitadores que provienen, y a su vez impactan, en distintas dimensiones de la complejidad relacional. Estos factores operan en la multiplicidad de niveles del sistema vincular y pueden ser categorizados de acuerdo a su especificidad: comunicacionales, sociales, cognitivos, emocionales y contextuales.

5.1.1.1. Comunicación Efectiva como Factor Facilitador Central.

Como hemos señalado con anterioridad, la comunicación se constituye en uno de los factores más consistentemente identificados como facilitador de los procesos de reconstrucción relacional.

Villanueva Orozco et al., en La comunicación en pareja: desarrollo y validación de escalas (2012), desarrollaron escalas específicas para medir facilitadores de la comunicación en parejas, identificando cuatro factores principales que contribuyen a una comunicación efectiva. La investigación de estos autores revela que los facilitadores de la comunicación incluyen elementos tanto cognitivos como conductuales: "La escala de facilitadores de la comunicación refleja factores contrarios a la escala de barreras, por ejemplo, la actitud positiva en contraria a personalidad negativa" (p. 745).

Entre los facilitadores específicos identificados se encuentran la actitud positiva hacia la comunicación, la disposición a escuchar activamente, la capacidad de expresar emociones de manera constructiva y la habilidad para mantener el respeto mutuo durante las conversaciones difíciles. La comunicación asertiva, por ende, se consolida como un recurso fundamental para la cohesión y adaptabilidad, ya que permite expresar necesidades, sentimientos y preocupaciones de manera abierta, clara, directa, honesta y respetuosa, sin la intención de agresión ni perjuicio hacia otro.

Esta perspectiva subraya que la comunicación efectiva no solo facilita el intercambio de información, sino que también fortalece los vínculos emocionales y la capacidad del sistema para adaptarse a los cambios.

Desde una perspectiva narrativa, Freedman (2014b) propondrá que la comunicación facilitadora implica la capacidad de moverse entre dos formas de posicionamiento distintas y complementarias: “la obra narrativa se caracteriza por una alternancia rítmica entre narración y testimonio (…) En la coautoría de las historias, nos movemos entre el terreno de la acción y el terreno de la identidad, entrelazándolos una y otra vez” (pp. 22-25).

Esta conceptualización destaca la importancia de la reciprocidad en la

comunicación, donde ambos miembros de la pareja tienen oportunidades tanto de expresar sus propias experiencias como de escuchar y validar las experiencias del otro.

Aclararemos aquí que la ausencia de indicadores pragmáticos prescriptivos responderá a la premisa construccionista de que la eficacia de una conversación transformadora es siempre dependiente del contexto y de la co-construcción de significados locales[16].

5.1.1.2. Apoyo Social y Sostén Social. Mapas de Redes.

El apoyo social emerge como un factor crucial en los procesos de reconstrucción relacional, actuando como un recurso que puede facilitar o dificultar el tránsito por los complejos avatares de la separación y el posterior reencuentro.

Zamora Huerta, Álvarez Cuevas y Peña Castillo (2020) enfatizan el reforzamiento del apoyo social como elemento esencial para los procesos de transición, señalando que "las conclusiones apuntan hacia la importancia del fortalecimiento del apoyo social como elemento esencial" (p. 1). Este factor se vuelve particularmente relevante para ayudar a las personas a navegar los desafíos de la separación y potencialmente facilitar procesos de reconstrucción.

Para comprender en profundidad la naturaleza y el impacto de este apoyo, resulta fundamental incorporar los desarrollos pioneros del autor argentino Carlos Sluzki sobre la red social personal. Sluzki propone un modelo que permite analizar sistemáticamente el conjunto de relaciones significativas que rodean a un individuo o una pareja, entendiendo que la red social constituye "el nicho interpersonal de la persona, y contribuye substancialmente a su propio reconocimiento como individuo y a su imagen de sí" (Sluzki, 1996, p. 42). Esta red, definida como "la suma de todas las relaciones que un individuo percibe como significativas o define como diferenciadas de

[16] El diseño bibliográfico-documental, asumido para la presente investigación, permite identificar la gramática de estos procesos, pero reconoce que la ejecución pragmática es una artesanía única de cada sistema pareja, inalcanzable mediante la generalización documental y reservada para la observación clínica directa o la investigación de campo.

la masa anónima de la sociedad" (Sluzki, 1996, p. 42), puede ser registrada en un mapa que organiza los vínculos en cuatro cuadrantes - familia, amistades, relaciones laborales o escolares, y relaciones comunitarias, de servicio o de credo - y en tres círculos concéntricos que distinguen la intimidad creciente o decreciente de las relaciones.

Desde esta perspectiva, los procesos de separación y reconstrucción pueden ser comprendidos como procesos de disrupción y reconstrucción de la red social. La separación de una pareja constituye una perturbación de gran magnitud en la que cada miembro abandona numerosos segmentos de su red social personal, incluyendo no solo a la expareja sino también a amigos comunes, familiares políticos y relaciones compartidas. La reconstrucción del vínculo, por lo tanto, no es solo un proceso intradiádico, sino que implica una compleja reconfiguración del mapa de relaciones de cada miembro y de la nueva pareja.

En este contexto, la noción de "funciones de la red" (Sluzki, 1996, p. 48) resulta particularmente iluminadora para entender los procesos de reconstrucción. El autor identifica seis funciones principales que la red social puede cumplir: compañía social, apoyo emocional, guía cognitiva y consejos, regulación social, ayuda material y de servicios, y acceso a nuevos contactos.

En el proceso de reconstrucción de una pareja separada, la calidad y disponibilidad de estas funciones en la red de cada miembro y en la red compartida puede marcar una diferencia sustancial. La compañía social puede ofrecer espacios de contención y distracción durante los períodos de mayor tensión; el apoyo emocional resulta fundamental para procesar el dolor y la ambivalencia que acompañan a la separación; la guía cognitiva y consejos puede ayudar a clarificar expectativas y evaluar opciones; la regulación social actúa como un recordatorio de los compromisos adquiridos y de las normas de reciprocidad que sostienen la posibilidad de reconstrucción; la ayuda material y de servicios alivia las cargas prácticas que

pueden tensionar aún más la frágil relación; y el acceso a nuevos contactos permite expandir horizontes más allá del conflicto y la polarización.

Como vemos, el apoyo social puede manifestarse en múltiples formas, incluyendo apoyo emocional - expresiones de cuidado, amor y empatía -, apoyo instrumental - ayuda práctica y recursos tangibles -, apoyo informacional - consejos, sugerencias e información-, y apoyo de valoración - feedback positivo y afirmación de la autoestima -. La investigación sugiere que el apoyo social opera como un factor protector que puede amortiguar los efectos negativos del estrés asociado a la separación y proporcionar recursos para la reconstrucción. Las redes de apoyo pueden incluir familiares, amigos, profesionales de la salud mental, grupos de apoyo y comunidades religiosas o espirituales.

Ahora bien, cabe destacar que la calidad del apoyo social es tan importante como su cantidad. Sluzki (1996) advierte que "la red social personal puede ser registrada en forma de mapa mínimo" (p. 43) el cual no solo es un registro estático, sino un sistema dinámico en evolución. En el contexto de la reconstrucción, resulta crucial evaluar no solo el tamaño de la red - es decir, el número de personas en ella -, sino también su densidad - la conexión entre sus miembros independientemente del informante -, su composición o distribución - qué proporción del total de miembros está localizada en cada cuadrante y cada círculo -, su dispersión - la distancia geográfica entre los miembros - y su homogeneidad o heterogeneidad demográfica y sociocultural.

El apoyo que valida las experiencias de la persona, respeta su autonomía y evita juicios o presiones puede ser particularmente facilitador de los procesos de reconstrucción. Por el contrario, el apoyo que se presenta de manera intrusiva, que polariza en favor de uno u otro miembro de la pareja, o que presiona por decisiones precipitadas, puede obstaculizar la reconstrucción.

Sluzki (1996) describe cómo, durante las crisis de pareja, "la red se polariza progresivamente: los miembros comienzan a aliarse más abiertamente con uno u otro

miembro de la pareja, favoreciendo historias acerca de la crisis que define a uno o al otro como víctima y victimario" (p. 111). Esta polarización puede consolidar descripciones que dificultan la reconciliación, atrapando a los miembros de la pareja en narrativas que limitan las posibilidades de reconstrucción.

Esta perspectiva se alinea con los conceptos de Fuks (2006) sobre la “artesanía de contextos” (pp. 63-76), donde la creación de ambientes relacionales facilitadores es entendida como crucial para los procesos de transformación.

En el marco de la reconstrucción de la pareja separada, la red social puede ser comprendida como un contexto significativo que puede ser cultivado, movilizado y, en ocasiones, reorganizado intencionalmente para favorecer el proceso de reconstrucción. Sluzki sostiene que "la red social personal, en tanto envuelta en la espiral de las perspectivas recíprocas, en tanto co-constructora, forma parte intrínseca de nuestra identidad" (Sluzki, 1996, p. 13). Así, la capacidad de la pareja para movilizar sus redes de manera constructiva, seleccionando aquellos vínculos que ofrecen apoyo no polarizante, fortaleciendo la densidad de la red compartida, y estableciendo límites con aquellos sectores que generan interferencia, constituirá un recurso fundamental para el éxito de la reconstrucción.

5.1.1.3. Capacidad de Cooperación e Influencia Mutua.

Zamora Huerta, Álvarez Cuevas y Peña Castillo (2020) identifican la capacidad de cooperación en medio del conflicto como factor facilitador: "Las parejas que atraviesan un proceso de divorcio deben ser capaces de presentar cierto grado de cooperación en medio del conflicto" (p. 1). Por su parte, como hemos citado precedentemente, Stolnicu et al. (2022) proporcionan una definición más específica de cooperación en contextos post-separación: "La cooperación requiere la disposición de influir y ser influenciado por el otro" (p. 2).

Esta conceptualización subraya que la cooperación no es simplemente la ausencia de conflicto, sino una disposición activa a la influencia mutua, posicionamiento con el cual coincidirán con las posturas de Gottman en cuanto a uno

de los factores de mayor incidencia en la predicción de éxito de una pareja. La cooperación, por ende, implicaría la capacidad de ser afectado por las perspectivas, necesidades y emociones del otro, así como la disposición a influir de manera constructiva en el otro.

La cooperación en procesos de reconstrucción puede manifestarse en diversas formas, incluyendo la colaboración en la resolución de problemas prácticos, la coordinación de esfuerzos para el bienestar de los hijos - cuando los haya -, y la disposición a trabajar conjuntamente en el proceso de reconstrucción relacional.

Esta perspectiva se conecta directamente con los aportes de Sternberg sobre el componente de compromiso en su teoría triangular del amor. El compromiso no es simplemente una decisión estática, sino una disposición activa a trabajar por la relación, lo que incluye la capacidad de cooperación descripta por Stolnicu et al. (2022).

5.1.1.4. Comprensión Relacional.

Capozzi (2025) enfatiza la importancia de ayudar a las parejas a moverse de perspectivas de culpabilización hacia comprensión relacional: "Las parejas a menudo entran a terapia sin una comprensión relacional de sus problemas, siendo más comunes las perspectivas de culpabilización propia o del otro" (p. 2).

La comprensión relacional implica la capacidad de ver los problemas y conflictos como productos de patrones de interacción, más que como resultado de características o defectos individuales. Esta perspectiva facilita la reconstrucción al permitir que ambos miembros de la pareja asuman responsabilidad por su contribución a los problemas relacionales, sin caer en dinámicas de culpabilización mutua.

El desarrollo de comprensión relacional requiere la capacidad de adoptar una perspectiva sistémica, reconociendo cómo los comportamientos de cada miembro de la pareja influyen y son influenciados por los comportamientos del otro. Como señala la autora: "el enfoque sistémico clave ve la angustia de las parejas como resultado de

cadenas recíprocas de comportamiento/interpretación/respuestas a las que cada miembro contribuye" (Capozzi, 2025, p. 1).

Esta comprensión se alinea con los conceptos de Elkaim sobre los dobles vínculos recíprocos, donde los patrones relacionales problemáticos se mantienen a través de la participación mutua de ambos miembros de la pareja. La comprensión relacional puede facilitar la reconstrucción al permitir que la pareja identifique y modifique los patrones relacionales disfuncionales, en lugar de simplemente intentar cambiar comportamientos individuales.

5.1.1.5. Procesamiento Emocional y Regulación Afectiva.

El procesamiento adecuado de las emociones asociadas a la separación emerge como otro factor facilitador crucial. Stolnicu et al. (2022) identifican la evacuación del desbordamiento emocional como un componente esencial del proceso de sanación de la separación. Evacuar el desbordamiento emocional es fundamental para crear el espacio psicológico necesario para la reconstrucción, entendiendo que “al permitir la expresión de dolor, sufrimiento, enojo y posibles sentimientos de injusticia asociados a la separación marital puede ayudarse a identificar lo que continúa bloqueando a los padres en el conflicto” (p. 9).

El procesamiento emocional implica la capacidad de reconocer, experimentar, expresar y regular las emociones de manera saludable. En el contexto de la reconstrucción relacional, esto puede incluir el procesamiento del dolor asociado a la separación, el enojo hacia la pareja, la culpa por la contribución propia a los problemas relacionales, el miedo a la vulnerabilidad y la esperanza sobre las posibilidades futuras de la relación.

La investigación en psicología emocional sugiere que el procesamiento emocional efectivo requiere tanto la experiencia emocional - permitirse sentir las emociones - como la regulación emocional -capacidad de modular la intensidad y duración de las emociones -. En el contexto de la reconstrucción relacional, esto implica encontrar un equilibrio entre permitirse experimentar plenamente las

emociones asociadas a la separación y mantener la capacidad de funcionar y tomar decisiones constructivas.

Esta perspectiva se conecta con los aportes de Perel sobre la importancia de las conversaciones difíciles, que requieren la capacidad de tolerar y procesar emociones intensas mientras se mantiene la capacidad de comunicación constructiva.

5.1.1.6. Flexibilidad, Adaptabilidad y Renovación Emocional.

La capacidad de adaptación a nuevas circunstancias y la flexibilidad para modificar expectativas y comportamientos han sido identificadas como factores facilitadores importantes. Ya David Olson en su teoría sobre el modelo circumplejo (2000) señalará la importancia que tiene “la capacidad de un sistema familiar/vincular para cambiar su estructura de poder, las relaciones de roles y las reglas de las relaciones en respuesta al estrés situacional y de desarrollo” (p. 152).

La flexibilidad en el contexto de la reconstrucción relacional puede manifestarse en múltiples formas, incluyendo la disposición a reconsiderar creencias y expectativas sobre la relación, la capacidad de experimentar con nuevas formas de interacción y la apertura a feedback y cambio.

Desde una perspectiva sistémica, la flexibilidad también implica la capacidad del sistema relacional para reorganizarse en respuesta a nuevas circunstancias. Esto puede incluir la renegociación de posicionamientos de cada miembro de la pareja, responsabilidades y límites, así como la creación de nuevas rutinas y rituales que reflejen la nueva configuración de la relación.

Esta conceptualización se acopla a los aportes de Perel (2006) sobre la "erotización de la domesticidad" (p. 115), donde las parejas pueden aprender a crear novedad y renovación dentro de la estructura de la relación comprometida. La separación puede haber creado el espacio necesario para que la pareja desarrolle nuevas formas de flexibilidad y adaptabilidad que no estaban presentes en la relación original.

5.1.1.7. Construcción de Significado Compartido y Narrativas Coherentes.

La capacidad de construir nuevos significados compartidos sobre la experiencia de separación y las posibilidades de reconstrucción emerge como otro factor facilitador importante.

La construcción de significado compartido implica la capacidad de la pareja para desarrollar narrativas coherentes sobre su experiencia que integren tanto los aspectos dolorosos de la separación como las posibilidades de crecimiento y reconstrucción. Esto puede incluir la reinterpretación de la separación no solo como una crisis, sino también como una oportunidad para el crecimiento personal y relacional.

La investigación en psicología narrativa sugiere que las narrativas coherentes y significativas sobre experiencias difíciles pueden facilitar la resiliencia y el crecimiento post-traumático. En el contexto de la reconstrucción relacional, esto implica la capacidad de crear historias sobre la experiencia de separación que reconozcan tanto el dolor como las lecciones aprendidas y que proyecten posibilidades constructivas para el futuro de la relación.

Esta perspectiva se conecta directamente con la teoría del amor como historia de Sternberg, donde las parejas pueden co-construir nuevas narrativas sobre su relación que integren tanto las experiencias pasadas como las aspiraciones futuras.

5.1.1.8. Recursos Individuales y Capacidades Personales.

Aunque el enfoque de esta tesis se encuentra centrada fundamentalmente en los procesos relacionales y vinculares, es importante reconocer que los recursos individuales de cada miembro de la pareja también pueden facilitar los procesos de reconstrucción. Estos recursos pueden incluir habilidades de regulación emocional, capacidades de comunicación, resiliencia psicológica y recursos cognitivos como la capacidad de perspectiva y la resolución de problemas.

Las investigaciones sugieren que los individuos con mayores recursos psicológicos están mejor equipados para navegar los desafíos de la separación y

contribuir constructivamente a los procesos de reconstrucción. Sin embargo, es importante enfatizar que estos recursos individuales operan siempre en contextos relacionales y sistémicos, y que su efectividad depende en gran medida de cómo son utilizados en la interacción con la pareja, así también en la medida en que el otro significativo se deje afectar/impactar – o no – por dichos recursos.

5.1.1.9. Factores Contextuales.

Los factores contextuales que rodean a la pareja durante los procesos de reconstrucción ejercen una influencia significativa en las posibilidades de éxito de estos procesos. Estos factores operan en múltiples niveles del sistema ecológico en el que la pareja está inmersa, desde el microsistema inmediato hasta el macrosistema cultural más amplio.

El apoyo social, previamente discutido como factor facilitador, constituye uno de los factores contextuales más importantes. Sin embargo, es importante recordar que el apoyo social puede manifestarse de maneras que faciliten u obstaculicen los procesos de reconstrucción. El apoyo que valida los esfuerzos de reconstrucción, respeta la autonomía de la pareja, y proporciona recursos prácticos y emocionales puede ser facilitador. Por el contrario, el apoyo que incluye juicios sobre la decisión de reconstruir, presiones para tomar decisiones específicas, o interferencia en el proceso de reconstrucción puede ser obstaculizador.

Los factores económicos y de estabilidad material constituyen otro conjunto de factores contextuales importantes. La estabilidad económica puede facilitar los procesos de reconstrucción al reducir el estrés asociado a las preocupaciones financieras y al proporcionar recursos para actividades que puedan apoyar la reconstrucción, como terapia de pareja, actividades recreativas compartidas, o tiempo libre para dedicar al proceso de reconstrucción.

Los factores culturales y comunitarios también ejercen influencia en los procesos de reconstrucción. Las normas culturales sobre el matrimonio, el divorcio, la separación y la reconciliación pueden influir en las actitudes de la pareja hacia la

reconstrucción, así como en las reacciones de su red social.

En conclusión, existe una serie de diversos factores contextuales que pueden facilitar los procesos de reconstrucción relacional. Estos pueden incluir el acceso a recursos terapéuticos profesionales, el apoyo de sistemas familiares extendidos, la estabilidad económica y los contextos socioculturales que valoran la reconciliación y el perdón. Esta perspectiva reconoce que los procesos de reconstrucción relacional no ocurren en el vacío, sino en contextos más amplios que pueden facilitar u obstaculizar estos procesos.

5.1.2. En Síntesis

Para sintetizar el presente apartado y dar lugar al análisis de los factores obstaculizadores en la reconstrucción de la dinámica de pareja, podremos señalar que las investigaciones revisadas han identificado múltiples factores que pueden facilitar los procesos de reconstrucción relacional en parejas separadas. Estos factores incluyen patrones de comunicación efectiva, apoyo social, capacidad de cooperación, comprensión relacional, procesamiento emocional adecuado, flexibilidad y adaptabilidad, construcción de significado compartido, recursos individuales y factores contextuales favorables. La presencia e interacción de estos factores puede crear condiciones propicias para que las parejas naveguen exitosamente – o, al menos, con mayores posibilidades de éxito - los complejos procesos de reconstrucción relacional después de la separación, aunque no se constituyen en sí mismas como garantías dicho desenlace.

5.2. Factores Obstaculizadores de la Reconstrucción Relacional

Los factores obstaculizadores de la reconstrucción relacional constituyen el conjunto de elementos, dinámicas y condiciones que dificultan, impiden o complican los procesos de recomposición vincular después de una separación. Estos factores operan en múltiples niveles del sistema relacional y pueden manifestarse en dimensiones comunicacionales, emocionales, cognitivas, relacionales y contextuales. La identificación y comprensión de estos factores es fundamental tanto para la

comprensión teórica de los procesos de reconstrucción como para el desarrollo de intervenciones terapéuticas efectivas.

Es esencial reconocer que los factores obstaculizadores no son simplemente la ausencia de factores facilitadores, sino que constituyen dinámicas activas que pueden perpetuar patrones relacionales disfuncionales y crear resistencia a los procesos de cambio. Muchos de estos factores operan de manera circular, donde cada miembro de la pareja contribuye involuntariamente en su mantenimiento.

En cuanto a los factores de obstaculización del proceso de reconstrucción vincular – siendo éstos aquellos factores que deben ser reconocidos para poder inhibirlos y contenerlos -, Gottman y Levenson (2000) identificaron que el efecto de los cuatro jinetes del apocalipsis –crítica, desprecio, actitud defensiva y evasión- puede persistir post-separación, impidiendo la reconciliación. Amato (2010), señalará que altos niveles de conflicto previo reducen las posibilidades de éxito en la reconstrucción. Robert Emery (1999) se focalizará en los factores de interferencia externa al vínculo – familias, nuevas parejas - y destacará que la presencia de nuevas parejas o la influencia negativa de familiares puede dificultar la reconstrucción.

Salcedo, Rivera-Aragón, Dominguez-Espinosa y Díaz-Loving (2021), por su parte, se centrarán en el análisis del desequilibrio de poder y de las expectativas no realistas y encontrará que cuando uno de los miembros de la pareja busca reconciliación por dependencia emocional o miedo a la soledad, el proceso suele fracasar.

Birditt et al. (2017) hallaron que las parejas con altos niveles de hostilidad pasiva - silencios prolongados, resentimiento no expresado - tienen menos éxito al intentar recomponer la relación. En concordancia, Ripley y Worthington (2014) identificaron que el efecto de resentimiento acumulado es una de las principales barreras para la reconciliación.

5.2.1. Dimensiones de la Obstaculización

Como hemos señalado precedentemente, la complejidad y multidimensionalidad inherente al proceso de reconstrucción vincular supone la necesaria intervención de una serie de recursos, los cuales pueden operar obturando el desarrollo del proceso de reedificación al generar o perpetuar patrones vinculares conflictivos que distancien a la pareja de la anhelada recomposición emocional.

Estos factores obstaculizadores – al igual que lo hacen los facilitadores - operan en la multiplicidad de niveles del sistema vincular y pueden ser categorizados de acuerdo a su especificidad: comunicacionales, sociales, cognitivos, emocionales y contextuales.

5.2.1.1. Barreras Comunicacionales y Patrones Disfuncionales.

Las barreras de comunicación constituyen uno de los principales obstáculos para la reconstrucción relacional. Villanueva Orozco et al. (2012) desarrollaron escalas específicas para identificar estas barreras, encontrando seis factores principales que impiden la comunicación efectiva en parejas. Las barreras de comunicación identificadas refieren a elementos eminentemente cognitivos que, junto con la operacionalización de la comunicación en su dimensión conductual e interaccional, interfieren con el intercambio efectivo de información y emociones, es decir, que operan como aquello que “evita la comunicación” (Villanueva Orozco et al., 2012, p. 737).

Estos factores cognitivos que funcionan como barreras comunicaciones, o “factores de barreras de la comunicación” (Villanueva Orozco et al., 2012, p. 739) son: la personalidad negativa – características desagradables que poseen los miembros de la pareja -, deshonestidad – percepción de ocultamiento o disimulo de la verdad -, monotonía – percepción de la relación como rutinaria -, timidez – temor a la expresión-, violencia – actos dañinos dentro de la relación -, e inseguridad – incertidumbre respecto a la relación -.

La escala de barreras de la comunicación identifica factores que impiden el

flujo o comprensión del mensaje, incluyendo aspectos físicos y psicosociales que pueden afectar que el mensaje llegue al destinatario de forma clara.

Entre las barreras específicas se encuentran las molestias y los malos entendidos, así como la interpretación sistemáticamente negativa de los mensajes del otro; la falta de respeto y de sinceridad al no tener en cuenta al otro miembro de la pareja; la apatía, el aburrimiento y la inexpresividad; la vergüenza y el miedo al rechazo; las agresiones, los gritos o insultos; los celos, las mentiras y las desconfianzas.

Estas barreras pueden perpetuar ciclos de malentendidos y conflicto que dificultan significativamente los procesos de reconstrucción relacional. Cuando la comunicación se encuentra caracterizada por estas barreras, las parejas pueden encontrarse atrapadas en patrones de interacción que refuerzan la desconfianza y la distancia emocional, en lugar de facilitar la reconexión y la comprensión mutua.

Esta perspectiva se conecta directamente con los conceptos de Elkaim sobre los dobles vínculos recíprocos, donde los patrones comunicacionales contradictorios pueden mantener a las parejas atrapadas en ciclos disfuncionales que obstaculizan cualquier intento de reconstrucción

5.2.1.2. Conflicto Persistente y de Alto Nivel.

El conflicto persistente y de alto nivel representa otro obstáculo significativo para la reconstrucción relacional. Stolnicu et al. (2022) describen características específicas de situaciones de alto conflicto que impiden la cooperación: "Los padres en situaciones de alto conflicto no muestran posiciones disponibles de cooperación. La cooperación requiere la disposición de influir y ser influenciado por el otro" (p. 2).

El conflicto de alto nivel se caracteriza por la rigidez en las posiciones, la incapacidad de considerar perspectivas alternativas y la tendencia a interpretar las acciones del otro de manera negativa. En estos contextos, las interacciones tienden a estar dominadas por dinámicas de poder y control, más que por esfuerzos genuinos de comprensión y colaboración.

Además, el conflicto persistente puede crear un clima cargado de emociones negativas que hace difícil para cualquiera de los miembros de la pareja acceder a emociones más vulnerables como el amor, la nostalgia, o la esperanza, necesarias para los procesos de reconstrucción. En su lugar, las emociones dominantes tienden a ser la rabia, el resentimiento y la desconfianza.

Esta dinámica se vincula con los aportes de Perel sobre las paradojas del deseo, donde el conflicto persistente puede eliminar completamente el espacio psicológico necesario para la intimidad y la conexión erótica, elementos que pueden ser cruciales para la reconstrucción relacional exitosa.

5.2.1.3. Desbordamiento Emocional.

El desbordamiento emocional, identificado por Stolnicu et al. (2022) como un obstáculo para la sanación de la separación, representa otro factor significativo que puede impedir la reconstrucción relacional. Refiere a estados en los que las emociones son tan intensas que interfieren con la capacidad de pensar claramente, comunicarse efectivamente y tomar decisiones constructivas. En el contexto de la separación y potencial reconstrucción, esto puede manifestarse como episodios de rabia intensa, dolor abrumador, ansiedad paralizante o depresión severa.

Cuando uno o ambos miembros de la pareja están experimentando desbordamiento emocional, su capacidad para participar constructivamente en procesos de reconstrucción se ve significativamente comprometida. Las decisiones tomadas durante estos estados tienden a estar impulsadas por emociones intensas más que por consideraciones racionales, y las interacciones tienden a ser reactivas más que reflexivas.

5.2.1.4. Patrones Relacionales Disfuncionales.

Los patrones relacionales disfuncionales, conceptualizados por Capozzi (2025) como “patrones de moño o bucles auto-perpetuantes” (p. 1), representan obstáculos sistémicos significativos para la reconstrucción en tanto se consolidan como “patrones donde el comportamiento del Compañero A desencadena o

confirma la inseguridad emocional o distorsiones cognitivas del Compañero B, provocando comportamientos que a su vez desencadenan la inseguridad emocional o las distorsiones cognitivas del Compañero A" (p. 1).

Estos patrones tienden a ser auto-reforzantes y pueden persistir incluso después de la separación, creando dinámicas que mantienen a la pareja atrapada en ciclos de conflicto y desconexión. La rigidez de estos patrones puede hacer que los intentos de reconstrucción reproduzcan las mismas dinámicas problemáticas que contribuyeron a la separación inicial.

La identificación y disrupción de estos patrones es crucial para la reconstrucción, pero también puede ser uno de los aspectos más desafiantes del proceso ya que estos patrones tienden a operar de manera automática e inconsciente. Esta perspectiva se alinea con los conceptos de Elkaim sobre la necesidad de intervenciones sistémicas específicas para interrumpir y transformar patrones relacionales disfuncionales.

5.2.1.5. Dinámicas de Amor y Odio.

Como hemos señalado precedentemente, la continuidad de formas de vincularidad caracterizadas por la conflictividad en los procesos de separación puede perpetuar dinámicas específicas de amor y odio que perennizan vínculos disfuncionales post separación.

> Cuando en un divorcio se experimenta un nivel bajo de conflicto, los distintos elementos que interactúan permiten la disolución gradual de la pareja; pero, cuando el nivel de conflicto entre ex cónyuges es alto, este proceso se puede demorar porque genera una dinámica de amor y odio que lejos de interrumpir el vínculo, lo perpetua. (Zamora Huerta, Álvarez Cuevas y Peña Castillo, 2020, p. 1)

Estas dinámicas ambivalentes pueden ser particularmente problemáticas para los procesos de reconstrucción porque mantienen a la pareja en un estado de vinculación emocional intensa pero conflictiva. Por un lado, la intensidad emocional

puede crear la ilusión de que existe una conexión significativa que vale la pena reconstruir; por otro lado, la naturaleza conflictiva de esta conexión puede hacer que los intentos de reconstrucción sean caóticos e inestables.

Las dinámicas de amor y odio pueden manifestarse en comportamientos contradictorios como alternar entre expresiones de afecto y ataques hostiles o entre intentos de reconciliación y amenazas de separación definitiva. Esta inconsistencia puede crear confusión y desconfianza que dificultan el establecimiento de una base sólida para la reconstrucción.

Esta dinámica se relaciona con los aportes de Sternberg sobre los desequilibrios en los componentes del amor, donde la presencia de pasión intensa sin intimidad o compromiso estable puede crear el tipo de amor fatuo que caracteriza estas dinámicas problemáticas.

5.2.1.6. Narrativas Problemáticas y Construcciones Limitantes.

Desde una perspectiva propia del narrativismo, entenderemos que las narrativas problemáticas sobre la relación y la separación pueden constituir obstáculos significativos para la reconstrucción. Freedman (2014b) enfatiza la importancia de deconstruir historias problemáticas como parte del proceso terapéutico: "Para los terapeutas narrativos, la terapia familiar es un contexto donde podemos deconstruir historias problemáticas, contar y recontar historias preferidas, es decir, transformar las narrativas que dan sentido a la experiencia relacional" (p. 11).

Las narrativas problemáticas pueden incluir historias que patologizan a uno o ambos miembros de la pareja, que presentan la separación como evidencia de fracaso fundamental o que proyectan imposibilidad de cambio o crecimiento. Estas narrativas pueden volverse auto-cumplidas, limitando las posibilidades de reconstrucción al definir de antemano lo que es posible o imposible en la relación.

Además, las narrativas problemáticas pueden estar reforzadas por sistemas sociales más amplios, incluyendo familias de origen, redes sociales y discursos culturales sobre el divorcio y la reconciliación. Esto puede hacer que la

deconstrucción de estas narrativas sea particularmente desafiante.

Esta perspectiva se conecta con la teoría del amor como historia de Sternberg, donde las historias incompatibles o destructivas sobre el amor pueden obstaculizar los procesos de reconstrucción al crear expectativas irrealistas o marcos interpretativos negativos.

5.2.1.7. Falta de Comprensión Relacional y Culpabilización.

La ausencia de comprensión relacional, caracterizada por perspectivas de culpabilización individual, representa otro obstáculo significativo. Como hemos señalado precedentemente, Capozzi (2025) explicará que “las parejas a menudo entran a terapia sin una comprensión relacional de sus problemas, siendo más comunes las perspectivas de culpabilización propia o del otro” (p. 2).

Cuando los miembros de la pareja están atrapados en dinámicas de culpabilización, tienden a ver los problemas relacionales como resultado de defectos o características problemáticas del otro - o de sí mismos -, más que como productos de patrones de interacción. Esta perspectiva puede impedir la reconstrucción al mantener el foco en cambios individuales más que en transformaciones relacionales.

La falta de comprensión relacional también puede manifestarse en la incapacidad de reconocer la propia contribución a los problemas relacionales, lo que puede impedir el desarrollo de la responsabilidad y el compromiso necesarios para la reconstrucción.

Esta dinámica se relaciona la importancia de desarrollar una perspectiva sistémica que permita a las parejas entender sus problemas como productos de patrones conversacionales y relacionales, más que como defectos individuales.

5.2.1.8. Interferencia de Terceros y Factores Contextuales Negativos.

La interferencia de terceros puede ser particularmente problemática cuando estos individuos tienen intereses en mantener a la pareja separada, o cuando proporcionan apoyo que inadvertidamente refuerza narrativas problemáticas sobre

la relación o la imposibilidad de cambio.

Además, la presencia de nuevas relaciones románticas puede complicar significativamente los procesos de reconstrucción, no solo por las implicaciones emocionales obvias, sino también porque puede crear triángulos relacionales complejos que dificultan la claridad y el compromiso necesarios para la reconstrucción exitosa.

Esta perspectiva se alinea con los conceptos sistémicos sobre la importancia del contexto más amplio en los procesos de cambio relacional, reconociendo que las parejas no existen en aislamiento sino en redes complejas de relaciones y sistemas que pueden facilitar u obstaculizar sus esfuerzos de reconstrucción.

5.2.2. En Síntesis

Para sintetizar el presente apartado y dar lugar al análisis integrativo de la compleja interacción de los factores que entran en juego en los procesos de reconstrucción vincular luego de una separación, podremos establecer que las investigaciones analizadas han identificado múltiples factores que intervienen como obstaculizadores de los procesos de reconstrucción relacional.

Estos factores incluyen barreras comunicacionales y patrones disfuncionales en la comunicación, conflictos persistentes y de alto nivel, desbordamiento emocional – tanto de la pareja como de cada uno de sus miembros a nivel individual -, patrones relacionales disfuncionales, dinámicas ambivalentes de amor y odio, narrativas problemáticas y construcciones limitantes, falta de comprensión relacional y culpabilización, interferencia de terceros, y factores contextuales negativos.

La presencia e interacción de estos factores puede crear condiciones desfavorables y adversas para que las parejas logren exitosamente – o, al menos, con mayores posibilidades de éxito – una reconstrucción relacional después de la separación.

5.3. Análisis Integrativo de los Hallazgos

El análisis de los factores facilitadores y obstaculizadores de la reconstrucción

relacional revela la naturaleza inherentemente compleja y multidimensional de estos procesos. Los hallazgos sugieren que la reconstrucción exitosa no depende de la presencia de un solo factor facilitador o la ausencia de un solo factor obstaculizador, sino de la interacción dinámica entre múltiples elementos que operan en diferentes niveles del sistema relacional.

5.3.1. La Naturaleza Sistémica de los Procesos de Reconstrucción

Los hallazgos de nuestra investigación confirman la validez de la perspectiva sistémica, que se constituye en uno de los pilares fundacionales sobre los cuales se sustenta la presente tesis, a saber: que los procesos de reconstrucción relacional son fenómenos emergentes que surgen de la interacción entre múltiples elementos del sistema relacional.

Dicha perspectiva sistémica se manifiesta en determinados aspectos clave de los hallazgos. En primer lugar, los factores facilitadores y obstaculizadores no operan de manera aislada, sino que se influyen mutuamente de maneras complejas y a menudo circulares. En segundo lugar, los hallazgos revelan que los mismos elementos pueden funcionar como facilitadores u obstaculizadores dependiendo del contexto y la manera en que se manifiestan. Finalmente, los hallazgos sugieren que los procesos de reconstrucción involucran cambios en múltiples niveles del sistema relacional simultáneamente. Los cambios en el nivel individual interactúan con cambios en el nivel relacional y cambios en el nivel contextual, los cuales, a su vez, impactan recursivamente tanto en los primeros como en los segundos.

Concluiremos, de este modo, que la dimensión de la perspectiva sistémica no sólo basamenta, sino que moldea el modo en que arribamos y comprendemos el funcionamiento dinámico de los factores que intervienen – tanto facilitando como obstaculizando - los procesos de reparación de una relación de pareja luego de una separación.

5.3.2. Patrones Emergentes: Categorías Centrales en los Procesos de Reconstrucción

El análisis de los hallazgos permite la construcción de una serie de patrones emergentes que sugieren dimensiones críticas de los procesos de reconstrucción relacional. Estas dimensiones operan como ejes organizadores que puede facilitar el proceso de comprensión de la complejidad de estos procesos.

5.3.2.1. Regulación Emocional.

Una de las dimensiones críticas o categorías centrales que emergen del análisis integrado de la información recolectada a través de los procesos metodológicos previamente explicitados refiere a la capacidad de regulación emocional, tanto individual como relacional.

Los hallazgos sugieren que la capacidad de procesar, expresar y regular emociones de manera constructiva es fundamental para la reconstrucción exitosa. En el orden individual, esto incluye la capacidad de autorregulación emocional que permite a las personas mantener la capacidad de pensamiento reflexivo y comunicación constructiva incluso en presencia de emociones intensas. A nivel relacional, supone la capacidad de co-regulación emocional, donde los miembros de la pareja pueden ayudarse mutuamente a procesar y regular emociones intensas o difíciles.

La ausencia de capacidades de regulación emocional se manifiesta en el desbordamiento emocional, que emerge como uno de los factores obstaculizadores más significativos. El desbordamiento impide el acceso a las capacidades cognitivas superiores necesarias para la comunicación efectiva, la resolución de problemas y la toma de decisiones constructivas.

5.3.2.2. Construcción de Significado.

Otra dimensión crítica emergente del análisis integrado de la información recabada es aquella que refiere a la capacidad de construcción de significado compartido sobre la relación, la separación y las posibilidades futuras. Los hallazgos sugieren que las parejas que logran reconstruir exitosamente un nuevo significado desarrollan narrativas coherentes que integran las experiencias de separación en una historia relacional más amplia, la cual incluye posibilidades de crecimiento y

transformación.

Esta dimensión se conecta directamente con los fundamentos teóricos del construccionismo social y el narrativismo que sustentan esta investigación. Recordemos aquí que las narrativas no son simplemente descripciones de la realidad relacional, sino construcciones activas que influyen en las posibilidades futuras de la relación.

Las narrativas problemáticas, como las narrativas de victimización exclusiva o las construcciones sobre la imposibilidad de cambio, emergen como factores obstaculizadores significativos que pueden crear profecías autocumplidas que impidan u obturen el proceso de reconstrucción vincular.

5.3.2.3. Flexibilidad y Adaptación.

Una tercera dimensión crítica es la capacidad de flexibilidad y adaptación a las nuevas circunstancias y requerimientos de la reconstrucción. Los hallazgos sugieren que la reconstrucción exitosa requiere tanto de la disposición a experimentar con nuevas formas de relacionarse, como de la capacidad de modificar expectativas y comportamientos cuando sea necesario. Esta flexibilidad se manifiesta en múltiples niveles, incluyendo las dimensiones cognitiva, emocional y relacional.

Los patrones relacionales disfuncionales emergen como factores obstaculizadores cuando se vuelven rígidos y automáticos, impidiendo la adaptación a las nuevas circunstancias de la reconstrucción.

5.3.2.4. Cooperación e Influencia Mutua.

Finalmente, una cuarta y última categoría central que podemos encontrar como emergente del proceso de integración de los hallazgos de la presente investigación remite a la dimensión de la cooperación e influencia mutua. que incluye la disposición a ser influenciado por la pareja y la capacidad de influir constructivamente en la pareja. Los hallazgos sugieren que la reconstrucción exitosa requiere el abandono de posiciones de control unilateral en favor de dinámicas de influencia mutua y colaboración.

Esta dimensión se conecta con los aportes de Gottman sobre la importancia de la influencia mutua en las relaciones exitosas. Las parejas que logran reconstruir la relación desarrollan la capacidad de ser afectados por las perspectivas, necesidades y emociones del otro miembro, así como la disposición a influir de manera constructiva en el otro y en la dinámica misma de la pareja.

Los patrones de competencia y poder emergen como factores obstaculizadores cuando impiden la cooperación y la vulnerabilidad necesarias para la reconstrucción genuina.

5.3.3. Temporalidad y Fases de la Reconstrucción

No sólo hacen falta arte y ciencia,
también se precisa paciencia para realizar la obra.
Goethe

Los hallazgos sugieren que los procesos de reconstrucción relacional no ocurren en una temporalidad lineal y previsible, sino que involucran múltiples fases que pueden ocurrir de manera cíclica y recursiva. Estos resultados convalidan los posicionamientos originarios sobre modelos teóricos que reconocen la naturaleza compleja y no lineal de los procesos temporales en la reconstrucción relacional. Del mismo modo, contrastan con modelos que asumen progresión lineal a través de etapas fijas y reconoce que los procesos de reconstrucción pueden involucrar retrocesos, ciclos y transformaciones impredecibles.

Esta comprensión tiene implicaciones importantes para las expectativas sobre los procesos de reconstrucción, sugiriendo que la paciencia, la prudencia y la flexibilidad pueden ser más importantes que la adherencia a cronogramas específicos.

En concordancia con la dimensión singular y particular de cada sujeto y de cada dinámica vincular, sostendremos que cada pareja puede experimentar estos procesos de manera única. Sin embargo, a los fines de la dirección metodológica de la presente investigación, dicha dimensión de singularidad no implica necesariamente la inhabilitación a reconocer la emergencia de ciertos patrones temporales comunes, que

podremos agrupar en categorías a las que denominaremos genéricamente fases.

5.3.3.1. Fase de Estabilización Emocional.

Una fase inicial crítica parece involucrar la estabilización emocional y la reducción del desbordamiento emocional que puede haber caracterizado el período de separación. Esta fase puede incluir el procesamiento individual de emociones relacionadas con la separación, el desarrollo de capacidades de autorregulación emocional y la creación de suficiente estabilidad emocional para permitir la comunicación constructiva. Sin esta estabilización inicial, los intentos de comunicación y resolución de problemas pueden quedar obturados y saboteados por la persistencia de la reactividad emocional inicial.

5.3.3.2. Fase de Restablecimiento de la Comunicación.

Una segunda fase parece involucrar el restablecimiento de patrones de comunicación constructiva que permitan el intercambio de perspectivas, emociones y necesidades sin escalada destructiva. Esta fase puede incluir el desarrollo de nuevas habilidades de comunicación, la identificación y modificación de patrones comunicacionales disfuncionales y la creación de contextos seguros para conversaciones difíciles.

5.3.3.3. Fase de Reconstrucción de la Confianza.

Una tercera fase parece involucrar la reconstrucción gradual de confianza a través de experiencias consistentes de confiabilidad, transparencia y cuidado mutuo. Esta fase puede incluir la demostración de cambios genuinos en comportamientos problemáticos, la creación de nuevas experiencias positivas compartidas y el desarrollo gradual de vulnerabilidad emocional.

La reinvención de confianza es típicamente un proceso gradual que requiere tiempo y experiencias consistentes. Los intentos de acelerar este proceso pueden ser contraproducentes si no están respaldados por cambios genuinos en los patrones relacionales.

5.3.3.4. Fase de Renovación y Transformación.

Una fase final puede involucrar la renovación de la conexión emocional y la transformación de la relación en formas que incorporen el aprendizaje de la experiencia de separación. Esta fase puede incluir la co-creación de nuevas visiones para el futuro de la relación, el desarrollo de nuevas formas de intimidad y la integración de la experiencia de separación en una narrativa relacional más amplia. La transformación genuina va más allá de la simple restauración de la relación anterior e incluye la creación de nuevas formas de relacionarse.

5.3.4. En Conclusión

En el presente capítulo hemos desarrollado un análisis comprehensivo de los factores que facilitan y obstaculizan los procesos de reconstrucción relacional en parejas separadas, con el objetivo de incrementare y profundizar la comprensión de la particularidad de los mismos y de la complejidad multicausal y sistémica de su interacción y participación.

La focalización inicial en el análisis de los factores facilitadores nos ha revelado y proporcionado una sustancial validación de nuestra premisa sobre la naturaleza multidimensional de los recursos que apoyan la reconstrucción relacional. Desde la comunicación efectiva como factor facilitador central, pasando por el apoyo social y las redes de contención, hasta la construcción de significado compartido y las narrativas coherentes, los hallazgos subrayan que aquello que podemos considerar como reconstrucción exitosa requiere la convergencia de múltiples elementos que operan en diferentes niveles del sistema relacional.

Desde la perspectiva de la termodinámica, podremos reinterpretar las categorías emergentes de este análisis en términos de procesos energéticos y organizacionales. Si entendemos, como hemos puntualizado, que una pareja constituye en sí misma un sistema abierto lejos del equilibrio, los factores obstaculizadores pueden ser comprendidos como mecanismos de acumulación entrópica - falta de disipación de la carga emocional -, mientras que los factores facilitadores operan como estructuras disipativas con capacidad de exportar el

desorden hacia el entorno y reorganizarse. Los momentos críticos en que la pareja elige entre escalar el conflicto o regularse corresponden a puntos de bifurcación irreversibles, en los que pequeñas variaciones conversacionales - una palabra, un silencio, una pregunta genuina - pueden llevar a trayectorias radicalmente distintas.

Como hemos señalado precedentemente, nos resulta particularmente significativo el reconocimiento de que estos factores no operan de manera aislada, sino que se influyen mutuamente de maneras complejas y circulares

A partir de la focalización en el análisis de los factores obstaculizadores, hemos arribado a un mayor entendimiento acerca de las dinámicas que pueden impedir o complicar los procesos de reconstrucción, así como también pudimos comprender en mayor medida la participación necesaria de dichos factores en la complejidad no lineal del proceso reconstructivo. Las barreras comunicacionales y los patrones disfuncionales, el conflicto persistente y de alto nivel, el desbordamiento emocional y las narrativas problemáticas emergen como obstáculos significativos que requieren atención cuidadosa en cualquier proceso de reconstrucción.

Finalmente, podremos sostener que la reconceptualización del proceso de reconstrucción como transformación/reedificación, en lugar de simple restauración, abre nuevas posibilidades para comprender las crisis relacionales como oportunidades de crecimiento y desarrollo. El reconocimiento de que las crisis pueden crear oportunidades para transformaciones relacionales que no habrían sido posibles sin la disrupción del equilibrio anterior sugiere, como hemos desarrollado precedentemente, una reconceptualización necesaria y fundamental de la naturaleza y el significado de las crisis, en sentido general, y de su impacto y metabolización en las relaciones íntimas, en sentido particular.

6. Conclusiones

El verdadero viaje de descubrimiento
no consiste en buscar nuevos paisajes,
sino en tener nuevos ojos.
Marcel Proust

La presente investigación se propuso como objetivo central contribuir a la comprensión de los procesos comunicacionales e interaccionales que se despliegan en aquellas parejas que buscan la reconstrucción de su vínculo tras un proceso de separación. Por ende, al iniciar este recorrido exploratorio nos planteamos un interrogante que, en su aparente sencillez, albergaba la complejidad esencial de los sistemas vivos: ¿Cómo logran las parejas, tras la disolución de su estructura vincular, reconstruir una relación?

A partir de dicha inquietud, y al ir embebiéndonos progresivamente del complejo y apasionante mundo de las formas y los contenidos conversacionales de las parejas en procesos de reconstrucción vincular, comenzaron progresivamente a asomar nuevos interrogantes que funcionaron, a la vez, como motores y profundizadores progresivos del interés y de la exploración de dichas dinámicas. Entre ellos, podremos señalar los siguiente: ¿Cuáles son los intercambios que permiten que emerja un nuevo orden vincular? ¿Cuáles son aquéllos que lo dificultan o imposibilitan? ¿Qué tienen de particular las conversaciones de algunas parejas que se han separado que, en los momentos de posibilidad, en lugar de aumentar la distancia de las partes, posibilitan la reconstrucción/renovación de la pareja? ¿En qué se sostiene el mantenimiento del arduo trabajo de reconstrucción de una relación luego de su separación? ¿Qué le da sentido a ello?

Es preciso aquí aclarar que este capítulo no pretende ser una mera enunciación de líneas directrices o pasos a seguir por parte de una pareja que se ha separado y desea reconstruir su relación – no es que ello sea, a priori, algo negativo, repudiable o desdeñable, sino que no se encuentra en alineación con nuestra mirada y

posicionamiento sobre el objeto de estudio -. Dicha perspectiva no sólo reduciría la dimensión de complejidad, idiosincrasia y artesanía emergente del fenómeno de la reconstrucción, sino que además simplificaría lineal y unidireccionalmente la mirada necesaria para abordar una realidad tan vasta y compleja como indirigible e indómita. Pretendemos, de este modo, rebasar una perspectiva de mera sumatoria de estrategias de acción y enfatizar así un movimiento sinérgico que supere la intencionalidad aditiva y genere un resultado superador e imprevisible.

Con este capítulo, entonces, procuramos arrojar luz sobre la complejidad multidimensional del objeto de estudio y las múltiples formas en que las distintas matrices de categorías emergentes que hemos puntualizado en capítulos anteriores – principalmente en el capítulo de análisis de datos - interactúan entre sí para dar lugar, por un lado, a la posibilidad de la resignificación de los acuerdos vinculares y, por el otro, a la potencialidad de la reconstrucción de las dinámicas conversacionales y de las dimensiones simbólica, afectiva y pragmática de una pareja luego de un proceso de separación - siendo éstas las bases necesarias aunque no suficientes por sí mismas para dicho proceso -.

Se abrirá con esto la puerta a dos interrogantes esenciales: ¿qué recursos/acciones ponen en juego las parejas separadas para elaborar las consecuencias que la actualización de las fuerzas de disociación, exclusión y repulsión que se produce en las crisis– momentos de máxima tensión, puntos de pérdida de equilibrio, puntos disipativos – han dejado en los procesos comunicacionales e interaccionales de la relación?, ¿cuáles y cómo son las dinámicas interaccionales y conversaciones que tienen la capacidad reconstructiva para la relación vincular?

Cabe aquí recordar que hemos encontrado en el marco de los modelos paradigmáticos sistémicos, así como en las perspectivas del narrativismo y del construccionismo social, las bases teóricas, paradigmáticas y epistemológicas para sustentarnos en nuestro modo particular de exploración del objeto de estudio: no tanto en la arqueología de los motivos que llevaron a una pareja a la separación, sino en las

acciones comunicacionales e interaccionales que la misma realiza para la reconstrucción del vínculo.

Del mismo modo, a partir de dichos modelos hemos podidos posicionarnos desde un lugar divergente y distante a aquellas perspectivas deterministas y simplificadores que comprenden la generación de un resultado como una suerte de sumatoria de pasos a seguir en una linealidad previsible y moldeable – y que, incluso, suelen recetar y prescribir una serie de acciones que garantizan el resultado al encontrarse basadas en la evidencia o científicamente validadas -.

En tanto que el espíritu con el cual procedemos para estudiar la dinámica de reconstrucción de una pareja no reside tanto, como hemos señalado precedentemente, en la descripción remota y teorética del mismo ni en la formulación de recetas a seguir, sino en la exploración puntualizada y el involucramiento en primera persona del investigador, la pregunta del ¿por qué? naturalmente cederá lugar a las preguntas del ¿cómo? y ¿para qué? Podremos así puntualizar la mirada y la lectura en las condiciones – tanto contextuales como de formas y contenidos - que habilitan las posibilidades y no en las explicación teorética-pasiva de cómo se llegó problemáticamente al punto de quiebre o en directrices de pasos a implementar para recuperar la relación.

El interés estará entonces motivado y guiado por una perspectiva ético-pragmática sobre el quehacer de las parejas y no por una lectura a distancia de la teoría del porqué de los síntomas vinculares – si es que cabe enmarcar a los procesos de separación dentro de la órbita de los sintomático, como veremos en el siguiente punto - o del qué hacer para reparar.

Los hallazgos obtenidos a través del análisis de datos no solo confirman los supuestos iniciales de la investigación – a saber: que para que una pareja pueda realizar un proceso de resignificación luego de una separación es necesario que haya transformaciones en sus interacciones y dinámicas conversacionales; que la separación de una pareja emerge como un fenómeno de crisis y es habilitante de un

proceso transformativo en las dimensiones pragmáticas, relacionales y simbólicas de la misma -, sino que también ofrecen una rica matriz de categorías emergentes que profundizan la comprensión del fenómeno de la reconstrucción relacional. De este modo, hemos encontrado un modelo teórico emergente que integra estos hallazgos en un marco comprehensivo, permitiendo así la composición de una sinfonía integradora que organiza las diversas voces en una unidad estética y conceptual.

Es por esto que arribamos a este punto de conclusión no con respuestas cerradas – ya que nunca ha sido esta nuestra intención -, sino con nuevas comprensiones sobre la física y la poesía musical de las relaciones humanas y con la producción y emergencia de nuevos interrogantes a plantear.

6.1. De la Noción de Restitución a la Reinvención: Crisis como Catalizador de Transformación Sistémica

Aunque estamos mal hechos, no estamos terminados;
y es la aventura de cambiar y de cambiarnos la que hace
que valga la pena este parpadeo en la historia del universo,
este fugaz calorcito entre dos hielos, que somos nosotros.

Eduardo Galeano

Como hemos señalado precedentemente, uno de los ejes centrales de nuestra investigación reside en la conceptualización de la separación como un fenómeno de crisis que, lejos de ser un mero punto de quiebre, actuará como un catalizador de la transformación sistémica. La pareja quedará comprendida como un sistema abierto a la irreversibilidad, a la imprevisibilidad, a la potencialidad; como un sistema dinámico e inestable atravesado por la “flecha del tiempo” (Prigogine, 1996, p. 25); como un sistema en el que participan conjuntamente el azar, el caos y la entropía, por un lado; la previsibilidad, la costumbre, los rituales y la anticipabilidad, por el otro.

Es por ello que el proceso de reparación de las crisis en las parejas no podría nunca ser conceptualizado como un volver a – reversibilidad temporal -, sino un

reconstruir o resignificar ya que será la creación activa y conjunta de una respuesta novedosa frente a un proceso y una realidad irreversible.

La invitación a esta nueva posibilidad creativa nace de la amplificación de la potencialidad energética de la pareja, solamente habilitada por la emergencia de los procesos irreversibles e innovadores de las crisis. Las parejas deben operar cotidianamente en un nivel de previsibilidad y estabilidad que les permita cierta puntuación, direccionamiento y anticipablidad, es decir, que disminuya significativamente el umbral de desestabilización a los que llevan los elementos disipativos.

Al ser una estructura irregular de no equilibrio, requerirá necesariamente de procesos de desestabilización para poder operar y funcionar en su potencialidad: “hay estructuras irregulares de no equilibrio, como por ejemplo el cerebro, que pareciera trabajar sólo si las señales son altamente irregulares, y son caóticas cuando el cerebro está trabajando” (Prigogine, 1996, p. 6).

Las crisis de pareja, en tanto principio de irreversibilidad temporal, supondrán entonces la actualización de las energías potenciales de la vincularidad; la llegada, al mismo tiempo que la visibilización, del estado de no equilibrio – que compuso siempre al vínculo, pero hasta entonces no pudo ser captado -; la inevitable puntuación y focalización de la pareja en un estado antagónico a su habitual estabilidad. Al respecto, sostendrá Prigogine (1996) que “lejos de una posición de equilibrio, la materia adquiere nuevas propiedades que permanecen ocultas a nuestros ojos mientras nuestra atención se ciña a los estados estables” (p. 2).

Las crisis en las relaciones de pareja funcionan como un momento de disrupción dentro del movimiento continuo y previsible del relato de la realidad que la pareja crea. No se trata de que conduzca al vínculo a un punto de quiebre, sino que confronta a la pareja en ese punto; no es tanto que genera, sino que revela y descubre su energía potencial y su amplitud de posibilidades.

Las crisis, entonces, fragmentarán el relato de estabilidad y continuidad que la pareja necesariamente ha de construir y expondrá a los miembros del vínculo – y al vínculo en sí mismo – a una experiencia vertiginosa. Ésta, no será necesariamente nueva, en tanto el vínculo probablemente haya atravesado ya por diferentes momentos de crisis, pero sí será novedosa, en tanto que la actualidad particular e idiosincrática de dicha experiencia no ha podido nunca ser vivida antes de dicho momento.

Luego surgirá, y ahí encontraremos el desafío, lo que – y cómo - la pareja pueda responder a los retos y habilitaciones que conjuntamente se presentan en estos momentos en los que la pareja se enfrenta a caminos distintos y hasta entonces intransitados.

> El no equilibrio lleva al desorden, al caos, a la turbulencia. Turbulencia es desorden. Pero no es así, la turbulencia es un estado altamente organizado, donde millones de moléculas se siguen unas a otras en un espectro complejo. Es en el no equilibrio donde tenemos el trabajo autoorganizativo de las estructuras. El campo del no equilibrio es usado por la naturaleza para crear complejidad. (Prigogine, 1996, p. 6)

Como vemos, la inclusión de la termodinámica en el análisis de nuestras conclusiones no solo inspira una metáfora estética, sino que permite conceptualizar los procesos reconstructivos como operaciones de disipación entrópica y navegación de bifurcaciones. Una pareja que ha sufrido una separación se encuentra en un estado de máxima entropía - desorden, incertidumbre, dispersión de los códigos compartidos-. La pregunta que deberemos hacernos no es cómo reducir esa entropía, sino qué mecanismos de exportación entrópica logran desplegar para que el sistema pueda reorganizarse sin colapsar.

Los hallazgos de esta investigación sugieren que las parejas que han logrado reconstruir su relación utilizan al menos tres tipos de disipadores de entropía, a saber:

1. Disipadores externos - redes de apoyo, terapia, tiempo fuera -: como las estructuras disipativas, importan energía neguentrópica - información, regulación afectiva, perspectivas alternativas - mientras expulsan tensión acumulada hacia el exterior del sistema diádico.
2. Disipadores conversacionales - metacomunicación, humor, pausas -: operan en el flujo mismo de la interacción, interrumpiendo la escalada simétrica y reintroduciendo orden local en medio del caos.
3. Disipadores narrativos - re-escritura de la historia compartida -: transforman el pasado doloroso en un recurso de sentido, integrando la separación no como un fracaso definitivo sino como un punto de bifurcación irreversible que abrió nuevas posibilidades.

Cada uno de estos disipadores corresponde a agrupaciones de factores facilitadores identificados en el análisis de datos. La noción de bifurcación, por su parte, explica por qué pequeñas variaciones conversacionales - una pregunta genuina en lugar de un reproche, una pausa en lugar de una escalada - pueden tener efectos desproporcionados sobre la trayectoria reconstructiva.

Finalmente, la “flecha del tiempo” (Prigogine, 1996) impide que la reconstrucción sea restitución. No se vuelve al estado anterior; el tiempo ha pasado irreversiblemente y con él, las experiencias del sufrimiento, la separación y el duelo han dejado huellas imborrables. La reinvención no es ignorar esas huellas, sino hacer de ellas el sustrato de una nueva organización

6.2. El Antagonismo como Conflicto y Reservorio de Recursos en la Pareja

La identidad no es una pieza de museo,
quietecita en la vitrina,
sino la siempre asombrosa síntesis
de las contradicciones nuestras de cada día.
Eduardo Galeano

Continuando con el análisis sobre la irrupción desestabilizante de las crisis dentro del relato estabilizador de una pareja, nos vemos compelidos a profundizar en la inapelable necesidad estructural y estructurante de los principios de complementariedad de Morin para la comprensión de la construcción y sostenimiento de las parejas a través de sus crisis.

En consonancia con los postulados de su teoría de la complejidad, sostendrá en Para una Crisología (1979) que:

> No se puede hacer una teoría de las crisis sociales, históricas, antropológicas, si no se tiene una teoría de la sociedad que sea tanto sistémica, como cibernética y bio-neguentrópica (…) Es necesario concebir la sociedad como sistema capaz de tener crisis, es decir, plantear tres órdenes de principios: el primero sistémico, el segundo cibernético, el tercero neguentrópico. (p. 1)

Explicará que para que pueda existir un sistema – y, ya hemos señalado, entenderemos a la pareja como un sistema – es menester el mantenimiento de las diferencias, de las fuerzas antagónicas, de exclusión, repulsión y disociación, para evitar así la fusión, la indiferenciación y la confusión de los miembros del sistema entre sí, por un lado, y del sistema con sus sistemas de participación – ecosistema -, por el otro. La relación entre estos principios de complementariedad y de antagonismo será, por un lado, entre lo actualizado – lo actual – y lo virtualizado – lo potencial – de la pareja y, por el otro, entre la estabilidad de la identidad relacional y las demandas de cambio y modificación que supone la interacción con el ambiente. Lo interesante del planteo reside precisamente en la complejidad del mismo:

> La complementariedad juega de manera antagónica al antagonismo y el antagonismo juega de manera complementaria a la complementariedad (…) El antagonismo no lleva solamente en sí la dislocación del sistema, sino que puede contribuir también a su estabilidad y regularidad. (Morin, 1979, p. 3)

Con esto no se pretende romantizar y edulcorar las crisis vinculares, ya que supondría relativizar y minimizar el profundo impacto emocional que ellas producen en

los partícipes del vínculo, sino visibilizar el carácter de necesidad, por un lado, y de potencialidad creativa y reconstructiva, por el otro. Las crisis podrán generar un espacio potencial de potencialidades, como dirá Antonin Artaud (1925):

> De verdad he sentido que partías la atmósfera a mi alrededor, que hacías el vacío para permitirme avanzar para hacer el lugar de un espacio imposible a lo que en mí se encontraba todavía sólo en potencia, a toda una virtual fecundación y que debía nacer atraída por el lugar que se le ofrecía. (p. 1)

Dicho de otra manera, desde la lectura de Morin podremos plantear que la evolución de la pareja necesariamente requerirá del conflicto y de las crisis en tanto principios de actualización de recursos virtuales y potenciales que no podrían ser evocados a menos que se presenten dichos principios de antagonismo como disruptivos, a la par que complementarios de la complementariedad relacional:

> Todo sistema lleva en sí, puesto que es portador del antagonismo, su propia desintegración potencial, y el segundo principio lo condena a la dispersión en un plazo determinado. La única posibilidad de luchar contra la desintegración es integrar y utilizar lo más posible los antagonismos en forma organizacional. (Morin, 1979, p. 3)

Entenderá que toda organización conlleva dentro de sí la inevitabilidad de su anti-organización, que será a la vez necesaria y antagónica. El antagonismo – el otro polo de la complementariedad que junto a ella compone a la misma realidad compleja – será potencialmente desorganizacional – si traspasa ciertos umbrales– a la par que virtualmente favorecedor de procesos de reorganizaciones transformadoras evolutivas: se hablará aquí de un antagonismo organizacional. Como dirá el filósofo canadiense Marshall McLuhan: “breakdown is a potencial brakthrough”[17] (McLuhan, 1970, p. 27).

6.3. La Pareja como Identidad Consciente: Estabilidad e Información

Yo creo que, si bien es cierto

[17] “La ruptura es un avance potencial” (traducción propia).

que hay tantas mentes como cabezas,
entonces hay tantas clases de amor
como corazones
León Tolstói

La convicción en la narrativa interna de estabilidad y continuidad que, como hemos mencionado, se consolida progresivamente en un recurso fundante y sostenedor de la pareja y de su capacidad de proyección en el tiempo, comenzará a tambalearse y a quedar cuestionada durante el proceso de crisis. Esta convicción es necesaria para que el vínculo de pareja, en tanto sistema entrópico y abierto, pueda gozar de ciertas garantías que le posibiliten una base de creencia de continuidad incuestionada que, de aparecer permanentemente en conciencia y en la agenda vincular, inundaría sistemáticamente al vínculo de dudas, incertidumbres, temores y cuestionamientos que inhabilitarían el desarrollo del mismo en tanto anclarían constantemente a la relación a una revisión perenne de sus posibilidades – inagotables en tanto potenciales – de disolución o, al menos, de crisis.

Cabe aquí realizar una aclaración: no estamos queriendo reducir los momentos de la pareja a un binomio fluctuante entre estabilidad y crisis, ya que la realidad vincular es inmensamente más compleja que cualquier forma de reducción binaria. Desde luego existen señales previas a los momentos de crisis, como pueden ser las turbulencias, alborotos, desencuentros, sin ser ellos en sí mismos un necesario e inevitable preámbulo o anticipo de una crisis vincular. Lo que estamos pretendiendo con estas formulaciones es visibilizar aquellos procesos no visibles para la pareja que tienden a ponerse en juego cuando ellas se encuentran frente a la adversidad de la incertidumbre y de la posibilidad de no estabilidad.

Nada de esto se trata de una crítica o un cuestionamiento a los procesos de equilibrio estable – estabilizante - de una pareja. La pareja, como identidad vital dinámica, necesita principios de estabilización, necesita construirse garantías y

certidumbres, necesita una utopía susceptible de realización – actualización – a la cual aspirar y direccionar sus esfuerzos y emprendimientos.

En los acuerdos de pareja existen necesariamente pautas de estabilidad, de predictibilidad, de equilibrio, que naturalmente deberán excluir - al menos ilusoriamente - las bifurcaciones, las posibilidades, el ¿qué pasaría si…? La ganancia que suponen estas pautas - ya que no deja de ser una ganancia en tanto que permite reducir significativamente la angustia de dispersión de la incertidumbre de continuidad - no deja de implicar un costo invisible pero persistente dentro de la dinámica vincular: el costo de las posibilidades.

Hablamos de posibilidades en plural y no en singular, ya que lo que sucede en estos contratos de estabilidad predecible no es la ausencia de direccionamiento del vínculo, sino la imposición asumida libremente sobre uno de ellos: la continuidad y sus formas. Quedan, de este modo, excluidas de toda posibilidad todas las otras posibilidades, todas las otras potencialidades a la cual puede aspirar, al mismo tiempo que temer, un vínculo.

Esta suerte de garantía de continuidad incuestionada será mejor entendida como un fenómeno complejo e intrínsecamente dual: por un lado, base fundamental y fundacional de la capacidad de estabilidad y proyección del vínculo; por otro, se transformará progresivamente en una realidad que potencialmente atrofiará la capacidad creativa de construcción de novedosos recursos que la pareja deberá elaborar a medida que sistemáticamente se vaya enfrentando a las nuevas demandas situacionales tanto del mundo externo como del interno. En este sentido, podremos pensar a la relación de pareja como un sistema irregular bajo el necesario manto ilusorio de regularidad.

La creencia de garantía de continuidad y predictibilidad vincular disminuirá la angustia de la incertidumbre y se erigirá como una realidad explicativa segura a la cual retornar cada vez que la pareja se encuentre en un punto crítico – una suerte de oasis en la aridez del desierto de la realidad -. Pero en esta dinámica, se pondrá en juego el

riesgo del anquilosamiento de la capacidad creativa del vínculo de innovar al enfrentarse a los momentos de crisis y de inestabilidad e irreversibilidad.

Lo que sucede con las creencias es exactamente eso: se transforman en nuestro lente, en el modo asumido, naturalizado e incuestionado en que vemos, entendemos y actuamos la vida. Esto es necesariamente así debido a que nuestro sistema de procesamiento de información es llamativamente limitado en relación con la multiplicidad de estímulos que permanentemente recibimos de nuestro entorno y no podríamos estar constantemente en alerta y en análisis de esta abundante información ya que careceríamos del tiempo y de la disposición para poder hacerlo.

Por ende, entenderemos que la consciencia es algo muy distinto al sentir: somos conscientes de una muy pequeña parte de aquello que recibimos. Casi todo lo que percibimos está oscurecido a nuestra consciencia inmediata por ser irrelevante, no forma siquiera parte de nuestra experiencia consciente. Mucha de la información que recibimos no merece la pena de ser contemplada: es menester que exista una selección intuitiva e inconsciente acerca de aquello de lo que uno puede ser consciente, transformando al objetivo de la consciencia en el acto de compartir con otros aquello sobre lo que el sujeto pueda ser consciente[18].

La consciencia consistirá, entonces, en el acto de compartir la consciencia del mundo interno y externo de una forma excesivamente compactada en relación con lo que realmente tomamos del entorno. Este proceso empezará con un acto de puntuación, con una atención dirigida compartida. La consciencia pasará a ser entendida como un fenómeno vincular.

Podremos conceptualizar, entonces, que la pareja como sistema, poseerá – desarrollará a lo largo del tiempo - una identidad consciente que producirá, espontánea e invisiblemente, la focalización, selección y separación de aquella información – tanto del entorno como del intorno - que descartará en tanto disruptiva y

[18] El origen de la palabra consciencia proviene del griego syneidesis, que significa “conocer junto a” o “co-conocimiento”.

de aquella otra que incorporará en tanto coherente con su creencia de continuidad, la cual responde a las fuerzas de unión y complementariedad. De aquí se desprende la sorpresa con la que los miembros de la pareja reaccionan cuando se encuentra frente al emergente de una posible separación en momentos críticos, ya que la noción separación no resulta una información, a priori, puntualizada y visibilizada por la consciencia de la pareja.

De modo semejante, en los procesos de reconstrucción de la relación de pareja luego de una separación, los miembros de la anterior pareja han desarrollado y construido, cada uno por su lado, una serie de creencias y explicaciones sobre los motivos y las causas de la separación, que les permite una narrativa interna de estabilidad y continuidad y, consecuentemente, un posicionamiento discursivo determinado coherente con dicha forma de garantía.

El desafío al cual se enfrentarán los individuos que buscan la reconstrucción de la pareja será el de volver a confrontarse con un proceso de desestabilización de las creencias de continuidad desarrolladas desde la separación hasta el reencuentro, con el fin de construir un nuevo sentido, significado, relato y posicionamiento tanto sobre la pareja como sobre su separación. Para ello, la comprensión relacional actuará como facilitadora de la reconstrucción al permitir que ambos miembros de la pareja asuman responsabilidad por su contribución a los problemas relacionales, sin caer en dinámicas de culpabilización mutua.

La separación puede haber creado el espacio necesario para que la pareja incorpore una novedosa información que la convoque a desarrollar nuevas formas de flexibilidad y adaptabilidad que no estaban presentes en la relación original.

6.4. La Pareja como Sistema Temporal: Identidad, Temporalidad y Memoria

El viejo mundo se muere,
el nuevo tarda en aparecer,
y en ese claroscuro surgen los monstruos.
Antonio Gramsci

Las características y condiciones dinámicas e inestables de la pareja nos permitirán entender que la direccionalidad temporal entre el pasado y el futuro de una relación - que es, a su vez, condición de garantía de certidumbre y continuidad - no es más que una “ilusión estructural” (Zizek, 1989, p. 67) construida narrativamente.

Las parejas construyen, a través de las herramientas que se cuentan, una suerte de línea temporal lógica, coherente, ordenada y direccionada, previsible y anticipable. Si en el pasado pudimos sortear nuestros obstáculos con tales recursos, seguramente lo que suceda en el futuro también podrá ser superado del mismo modo. Este tipo de relato, explícito o implícito, tranquiliza a la pareja, pero genera el riesgo de adormecerla.

La pareja, en el transcurso de su desarrollo vital, ha de construirse una serie de creencias y relatos sobre sí misma, en tanto identidad vincular y, como hemos señalado en el punto previo, como consciencia de pareja. Es esa identidad la que justamente se encuentra cuestionada y llevada al camino del patíbulo en los momentos en que los procesos de crisis emergen disruptivamente dentro de la ilusión de continuidad y proyección de la pareja.

Davies y Harré en Posicionamiento. La producción discursiva de la identidad (1990) harán hincapié en los discursos y las prácticas discursivas como formas activas de producción de realidades sociales y psicológicas. Vale decir, el discurso quedará entendido como mucho más que una mera transmisión de significados y pasará a ser conceptualizado como un modo práctico en que el sujeto toma una posición social activa en las conversaciones con otros, eligiendo de este modo el ejercicio de una de sus identidades:

> Los seres humanos se caracterizan tanto por la identidad continua como por la diversidad personal discontinua. Así, la misma persona es posicionada en varias formas en una conversación. Al estar posicionada de distintas maneras, la misma persona experimenta y muestra una multiplicidad de identidades.

> Consideramos a la identidad como producto de prácticas sociales. (Davies y Harré, 1990, p. 245)

Las crisis en las relaciones de pareja traerán consigo el cuestionamiento doliente de la identidad vincular de continuidad construida y relatada dentro y hacia afuera - en una serie innumerable de actos rituales y sociales - de la pareja y expondrá la necesidad de explorar activa y creativamente nuevas dimensiones de su identidad o, mejor dicho, generar las condiciones de receptividad para la emergencia de una identidad contrastante con la continuidad hasta entonces relatada y, al mismo tiempo, coherente con los nuevos posicionamientos vinculares.

Del mismo modo, una pareja que ha transcurrido un arduo y doloroso proceso de separación, inevitablemente ha desarrollado – tanto los sujetos individuales que componían a la pareja como la pareja en sí misma - una nueva identidad, un nuevo posicionamiento ético y pragmático sobre la historia de lo que ha sido la pareja, sobre su presente y sobre las posibilidades de futuro.

A lo largo de este proceso temporal de separación, la identidad de los miembros de la antigua pareja se verá necesariamente impactada por diversos posicionamientos que llevan a que los sujetos dejen de posicionarse como miembros de una pareja y comiencen a definirse como sujetos individuales, como ex y no actuales, como individuos frente a la realidad, sin ya contar con un refugio o amparo frente al mundo como lo ha sido, en el mejor de los escenarios posibles, la pareja. Es decir, la identidad de los miembros de la anterior pareja se verá sistemáticamente reforzada por la realidad que los enmarcará como sujetos individuales carentes de dicha pareja y ya no como un miembro participante de la misma.

Emprender el arduo y desafiante trabajo de reconstrucción de la relación de pareja luego de una separación, supondrá entonces que los individuos que anteriormente constituían la pareja quedarán enfrentados a una posibilidad de resignificación de su emocionalidad y de su posicionamiento discursivo, así como del relato de su sistema histórico y moral y de todos los nuevos posicionamientos que han

desarrollado a lo largo del proceso de separación. Se verán invitados al trabajo de reposicionamiento identitario, a elegir un nuevo discurso y nuevas formas de conversación, a ajustar sus significados culturales, sociales y políticos a un nuevo conjunto de posiciones que integre a la crisis en su complejidad.

> Los hablantes adquieren creencias acerca de sí mismos. Estas creencias no son necesariamente coherentes y unificadas. Los individuos cambian de una a otra forma de pensar acerca de sí mismos cuando cambia el discurso y cuando toman posiciones dentro de distintos argumentos. Cada una de estas posibles identidades personales puede ser internamente contradictoria consigo misma y con otras posibles identidades localizadas en argumentos diferentes. (Davies y Harré, 1990, p. 245)

6.5. La Pareja como Artesana: Flexibilidad y Tiempo para la Creación de una Nueva Realidad

Tanto usted como él están de vuelta.
Tal vez algo diferente, pero se encuentran bien.
Ninguno de los dos es lo que era,
pero eso no es necesariamente malo.
Stephen King

Cada pareja, a lo largo de su particular proceso de construcción de dinámicas e identidades, irá creando su propia realidad. Decimos que creará su realidad y no su modo de ver la realidad ya que, en la dimensión pragmática y empírica del funcionamiento de su cotidianeidad, no existe una diferencia sustancial entre la una y la otra. Esta realidad vincularmente co-construida y sostenida, irá progresivamente transformándose en su natural modo de ver, entender y actuar sobre el mundo. Es a la vez una creación científica, en sentido de saber objetivo inherente y necesariamente

incuestionable - e incuestionado -; y artística, en términos de poiesis[19], de creación, de emergente.

Junto con dicha realidad, dentro de la vida de las parejas irán construyéndose recursos para el afrontamiento de sus devenires. Entre la realidad, entendida como su entorno, y la pareja, irán estableciéndose una serie de relaciones de mutua incidencia, de mutua retroalimentación y, sobre todo, de mutua comunicación. En tanto que ningún sistema real puede ser plenamente adiabático o cerrado – ya que solamente existiría dentro del orden de lo teórico o imaginario -, entre él y su entorno se instauran una sucesión de intercambios y de incidencias mutuas de carácter retroalimentario.

Estos recursos que la pareja, a lo largo de su desarrollo vital, construye para utilizar frente a las oscilaciones, desafíos y adversidades de su entorno, pueden ser entendidos como un bagaje, reserva o capital almacenado disponible – tal como señala Gottman en su noción de “banco emocional” (Gottman y Silver, 2015, cap. 3) - que le permitirá continuar con su funcionamiento pese a las variaciones del sistema con el cual interactúa, así como las variaciones dentro del mismo sistema-pareja.

Estos recursos garantizan un suficiente nivel de autonomía e independencia del sistema-pareja frente a su contexto, siempre y cuando dicho equilibrio dinámico, abierto y permanentemente sensible, no se vea perturbado en exceso por la modificación de las condiciones internas o externas de la pareja; es decir, siempre y cuando el umbral de tolerancia frente al impacto de las perturbaciones internas y/o externas no se vea excedido. Cuando esto sucede, la pareja se enfrenta a los desafíos de desarrollar, elaborar y construir activa y creativamente recursos alternativos a los ya poseídos, lo cuales quedan expuestos en su incapacidad para la elaboración y el enfrentamiento de la situación problema.

Habrá parejas que por su propia dinámica, estructura y características serán más propensas al cambio; mientras otras tendrán mayor recelo y evitación. Habrá

[19] Término griego que significa creación, producción o hacer, refiriéndose a la capacidad de traer algo de la no-existencia a la existencia.

parejas que puedan contar con una utilización más efectiva de sus reservas para facilitarse una mayor capacidad de adaptación frente a las variaciones del entorno o las movilizaciones internas, mientras que otras se enfrentarán a mayores dificultades, menor flexibilidad adaptativa y, por ende, mayor vulnerabilidad frente a las crisis. Dentro de esta polaridad, podremos encontrar un espectro tan vasto como parejas existan.

La noción de flexibilidad merece un particular señalamiento ya que se erige como uno de los recursos y capacidades fundamentales para la habilitación a la reconstrucción de la pareja luego de una separación. Dentro de ciertos límites, sobre todo aquellos dentro de los cuales los sistemas de referencia pueden preservar los conceptos básicos que definen su identidad –ya hemos puntualizado la necesidad de cada miembro de la ex pareja de definir nuevos posicionamientos identitarios luego de la separación -, la flexibilidad funcionará como uno de los recursos fundamentales y más significativos con el que pueden contar los individuos que enfrentan el desafío de la reedificación vincular.

Esta capacidad habilitará un posicionamiento de apertura a la mutua cooperación en el trabajo de arribar a la necesaria resignificación de las crisis y la separación, al mismo tiempo que supondrá una posición de curiosidad, disposición activa a la influencia mutua - posicionamiento con el cual coincidirán con las posturas fundamentales de Gottman en cuanto a uno de los factores de mayor incidencia en la predicción de éxito de una pareja - y una tendencia a la comprensión relacional - capacidad de ver los problemas y conflictos como productos de patrones de interacción, más que como resultado de características o defectos individuales -; todos éstos, recursos y posicionamientos que favorecerán el emergente de lo que Fuks (2006) denominó “conexión colaborativa” (p. 406).

Junto con la flexibilidad, como recurso posible de ser utilizado, existe una inefable realidad que funciona como conductora y habilitadora inevitable y necesaria: el tiempo.

> La diferencia está, tal vez, en el concepto de la estabilidad del universo y el significado del tiempo. Para los griegos, el universo era eterno. (…) Por otro lado, se puede observar una idea diferente del tiempo y del movimiento. Si pensamos en seres vivientes y biológicos, entonces el tiempo no es estático. Para tener funciones, para existir, debemos recibir energía. El tiempo en esta concepción podría referirse a una forma de tiempo biológico. En el último siglo se ven ambas teorías en la civilización occidental: la idea de un universo atemporal, eterno; y la idea den una evolución del universo, no necesariamente estable. (Prigogine, 1996, p. 3)

Aquí tomaremos esta noción dentro de los límites del presente escrito, entendiéndola como condición habilitante y necesaria para la creación de nuevos recursos para la reconstrucción y/o reorganización de la dinámica de pareja. Ahora bien, con ello cabe aclarar que, si bien el tiempo es una condición necesaria y habilitante, es simultáneamente insuficiente en sí misma. Del mismo modo que el dolor no enseña nada a quien no quiera trabajar para aprender de él; el tiempo no habilita nada a quienes no lo utilicen para desarrollarse.

6.6. El Papel de la Reflexividad. Las Conversaciones Reflexivas.

Tu sabes que ponerse a querer a alguien es una hazaña.
Se necesita una energía, una generosidad, una ceguera.
Hasta hay un momento, al principio mismo,
en que es preciso saltar a un precipicio;
si uno reflexiona, no lo hace.
Jean-Paul Sartre

Como hemos explicado precedentemente, resultaría dificultoso imaginar que alguien pudiese aventurarse en la hazaña del trabajoso proceso de construcción y de mantenimiento de una pareja si fuese permanentemente consciente de la fragilidad estructural de la misma. Para ello, requerimos de cierta inconciencia dada por ciertas certidumbres.

En este marco conceptual se hará necesario tomar los desarrollos de Donald Schön, quien estudiará la pragmática, teoría y técnica de la reflexividad, planteando la existencia de dos formas de la misma, a saber: reflexión en la acción, a la que llamará pensar con los pies y que generalmente no es consciente en forma plena; y reflexión sobre la acción, es decir, un proceso de reflexividad luego de un hacer práctico que pueda generar teorizaciones que den cuenta de ese quehacer.

Los seres humanos somos los únicos seres que tenemos una cualidad y capacidad fundamentalmente diferencial en relación con el resto de las especies conocidas: la reflexividad. A su vez, esta nos permite dos rasgos distintivos: por un lado, poseemos la capacidad reflexiva de historizar/nos, lo que nos permite construir tradiciones, un pasado significante; por el otro, somos capaces de disponer de consciencia de nuestra propia finitud aún en estados no próximos a una amenaza.

Estos tres elementos – a saber: reflexividad, consciencia autobiográfica y consciencia de finitud – serán fundamentales a la hora de comprender y analizar la relación de la dinámica vincular con los procesos y momentos de crisis, así como con la posterior posibilidad de construcción creativa de nuevos recursos de integración, elaboración y superación[20] del fenómeno crítico. Fuks (2006) explicará que “las parejas que han desarrollado instrumentos para enfrentar este tipo de enredo parecen utilizar la re-visita al pasado como una forma de explicarse los desencuentros, e incorporarlos de modo tal que preserve aspectos importantes de la relación” (p. 373).

De este modo, entenderemos que la capacidad de reflexividad humana permitirá formas reflexivas de las “conversaciones transformadoras” (Fuks, 2006, p. 365) a través del uso del lenguaje metafórico, lúdico, apreciativo y/o valorativo.

La reflexividad supone el pensamiento racional de la individualidad, pero no se agota en el mismo. Lo implica, supera, transforma y resignifica recursivamente a partir

[20] Al hablar de superación no estamos haciendo referencia al olvido de la experiencia de crisis, sino al resultado del proceso en el cual los viejos o antiguos modos de construir y entender la vincularidad van progresivamente cediendo lugar a los nuevos acuerdos y modelos conversacionales que la pareja ha desarrollado gracias a – y a partir de - la crisis misma.

de una apertura relacional que quiebra el esquema moderno del sujeto aislado en su interioridad. Supone, también, a la comunidad, a la otredad, pero tampoco se agota en ella. No es meramente un vivir con otros, sino una apertura al encuentro con el otro que permite la resubjetivación del sujeto reflexivo en un bucle recursivo. Del mismo modo, supone la materialidad del organismo, en tanto posibilidad de consciencia, pero no se limita a ella ya que también implica su espiritualidad, pero nunca aislada del entramado relacional de la coexistencia.

Reflexividad no es algo dado, en tanto condición humana – si bien ésta supone los elementos biológicos de la misma - sino un ejercicio voluntario y poético del pensar en tanto pensarse pensando, del saber en tanto saberse sabiendo, del sentir en tanto sentirse sintiendo, del existir es tanto existiendo en la existencia. La reflexividad es aquello que permitirá que “la condición humana se transforme en humana condición” (Morin y Motta, 2008, p. 3); es la reflexión de la condición humana desde nuestra humana condición.

Vale decir, si bien el ser humano posee las condiciones necesarias para el acto reflexivo – a saber: desarrollo neurocerebral, capacidad de cálculo, raciocinio, alteridad, libertad –, el mismo no es una condición del ser humano sino un ejercicio del humano devenir sobre sus limitadas condiciones humanas. En tanto tal, dicho acto supone un aventurarse en el terreno de lo incierto, un ejercicio de desnaturalización de lo artificialmente naturalizado.

> Los seres humanos, más semejantes a un arco iris o a un espejismo que a una gota de lluvia o a una roca, somos impredecibles poemas que se escriben a sí mismos; vagos, metafóricos, ambiguos y, en ocasiones, insoportablemente bellos. Contemplarnos a nosotros mismos de este modo no es, probablemente, tan consolador como creer en inefables retazos de otro mundo dotados de existencia eterna, pero tiene sus compensaciones. Dejamos atrás la idea infantil de que las cosas son como aparentan y de que ese yo de aspecto tan sólido como el de una canica es la cosa más real del mundo y, a cambio,

> apreciamos cuán frágiles somos en nuestro interior y cuán diferentes de lo que parecemos ser. (Hofstadter, 2007, p. 431)

El posmodernismo otorgará a la reflexividad su carácter crítico, deconstructivo y contextualizado, enmarcado dentro de un proceso de permanente contextualización e intersubjetividad, a la par que de constante trabajo volitivo y responsable sobre sí mismo. Así, la reflexividad comenzará a ser comprendida no solo en su carácter teórico sino, además, en su dimensión práctica, como un saber ligado a haceres. Es en este marco histórico que comienza a emerger el concepto de reflexividad, como superación e integración de la reflexión racional e individual del modernismo, suponiendo un significado eminentemente relacional, práctico y social:

> La reflexividad es una propiedad de las prácticas sociales y no de la consciencia o de los sujetos (…) No se asimila a la reflexión subjetiva donde el pensamiento se piensa a sí mismo sino en la práctica con otros, es decir, en la práctica social. (Fuks, 2020, p. 12)

Como hemos señalado previamente, la reflexividad en tanto capacidad y posibilidad inherentemente propia del homo sapiens, permitirá el desarrollo de la disposición humana a historizar/se – creación de un relato autobiográfico – y la consciencia de finitud en estados lejanos a la amenaza.

Esto último supone dos cuestiones fundamentales, hermosamente visibilizadas por Blaise Pascal en sus Pensamientos (1670) al momento de definir al ser humano como “un junco, el más débil de la naturaleza; pero un junco pensante” (reflexión 73). Primero, en tanto junco endeble, esta capacidad de reflexión y consciencia nos expone a nuestra fragilidad estructural. Dicho acto de consciencia no puede ser permanentemente sostenido debido al malestar y perturbación que provoca. Debe ser diluida con cierto olvido funcional, edulcorada con cierto nivel de inconsciencia. Si fuésemos permanentemente conscientes de nuestra fragilidad estructural como sujetos, no podríamos proyectar absolutamente nada ni medio ni a largo plazo, lo que

nos condenaría a un irremediable anclaje en el presente, a una hiperpresentificación, a la vacuidad.

Segundo, en tanto junco pensante, nos permite construir interrogantes y significados en torno al sentido de nuestra existencia, tanto humana como individual. Y esto no es algo distinto a lo que realizan las parejas, quizás sin conciencia reflexiva sobre el ejercicio de este proceso. Las parejas, como seres vivos y autopoiéticos, construyen significados, historizan y proyectan, dan sentido a su pasado y a su futuro mediante las narraciones que relatan, una y otra vez, acerca de su historia y de quiénes son como pareja. Al ser enfrentadas a la inmensidad de la incertidumbre del devenir, las parejas responden como cualquier otro sistema vivo: proyectan certidumbres ilusorias, se construyen garantías y se narran a sí mismas estas garantías como si fuesen certezas.

En este punto se hace menester abordar la realidad pensante del junco – sea éste un sujeto individual o una relación de pareja -: el conocimiento sobre el conocimiento. Esta capacidad y potencialidad de reflexividad y metaconocimiento se erige como rasgo fundamentalmente diferencial en la capacidad de flexibilidad y adaptación del sistema al entorno y, por consiguiente, en la habilidad creativa del sistema de dar respuestas novedosas e inexploradas a las demandas del entorno y del intorno y, en lo que refiere específicamente a los objetos del presente estudio, en la disposición, capacidad y posibilidad de reconstrucción de la relación de la pareja luego de un proceso de separación.

A lo largo de nuestra exploración e investigación, hemos encontrado que la capacidad de reflexividad que la pareja posea o desarrolle a la hora de enfrentarse al desafiante proceso de reconstrucción vincular luego de una separación se erige como un instrumento fundamental para la reedificación, así como en un eje axial en torno al cual podrán apuntalarse y dirigirse los distintos universos conversacionales en los cuales se desplegarán, antagónica y simultáneamente, las danzas de las fuerzas de disolución y reconstrucción.

Nos adentraremos, a continuación, a explorar cómo las parejas en proceso de reconstrucción conversar y reconstruyen esos significados fundamentales.

6.7. El Lenguaje como Compositor de la Reconstrucción. Conversaciones Difíciles y Transformadoras

Está claro, entonces, que es hablando
como se hace el amor.
Jaques Lacan

El análisis desarrollado a través de la presente investigación confirma una de las hipótesis centrales, a saber, que el mundo conversacional es el territorio en donde se despliega la función del lenguaje como compositor fundamental de la reconstrucción relacional. De este modo, la pareja será entendida como un "sistema conversacional" (Fuks, 2006, p. 42); es decir, como un sistema que se encuentra organizado por una serie de juegos de lenguaje que son al mismo tiempo las unidades y los caminos a través de los cuales se construye la realidad relacional.

La capacidad de "lenguajear" (Maturana y Verden-Zöller, 2003, p. 30) del ser humano, en general, y de la pareja, en particular, se verá invariablemente afectada y teñida por la dimensión y la carga emocional de lo hablado – tanto en contenido como en proceso -, así como también por una serie de factores no visibles que podrán direccionar la intencionalidad y la posibilidad de las conversaciones que se desplieguen hacia determinados fines u objetivos, no necesariamente buscados.

Como hemos señalado precedentemente, la capacidad de reflexividad que posea o desarrolle la pareja a la hora de enfrentarse al camino de la reconstrucción vincular, será una condición fundante para el desarrollo de posibilidad de reedificación.

Podremos representar metafóricamente a la reflexividad como la función y el trabajo de un director de orquesta, el cual, inmerso en el desarrollo de la música que despliegan los instrumentistas, tiene a su vez la tarea de dar forma y dirección a la visión general de la obra traduciendo la partitura en piezas y emociones, decidiendo la estética general y supervisando su unidad y el sentido. El director de orquesta es, al

mismo tiempo, un agente de acción y de dirección; es parte, pero considera al todo; es acción y reflexión; es la fusión entre arte y gestión. Tal es el papel de la reflexividad como capacidad y recurso de una pareja en ánimos de reedificación de la relación.

Las conversaciones direccionadas por la reflexividad, a las que Fuks (2006) denominó “conversaciones reflexivas” (p. 391), son una de las tres formas que pueden adoptar las “conversaciones transformadoras” (p. 365). Son las formas reflexivas de las conversaciones transformadoras que se destacan por el uso pragmático de un lenguaje metafórico, lúdico, apreciativo y valorativo. Este recurso conversacional se erige como una característica distintiva en el mundo de reconstrucción relacional de las parejas. Dirá Fuks (2006) que “la combinación de afectos positivos y apreciatividad marca una diferencia significativa en la salida de las crisis” (p. 395).

Ahora bien, hemos marcado la existencia de otras dos formas de conversar transformadoramente: las conversaciones exploratorias y las conversaciones reconstructivas. Las primeras harán referencia a los modos conversacionales que facilitan el despliegue y la exploración conjunta de las cuestiones difíciles de la relación a través de los recursos léxicos de las preguntas y las formulaciones y reformulaciones; las segundas remitirán a formas conversacionales en que se habiliten a visitar la reconstrucción de las historias, tanto de sus fundamentos como pareja como de sus explicaciones acerca de la separación.

> La re-visita a las historias funciona como un dispositivo reconstructivo que posibilita retornar con otra comprensión de la situación, la que impactará –inevitablemente- en la relación presente; esta nueva versión precisa –aún- de ser validada y legitimada, en una dinámica centrípeta que se inicia cuando la pareja hace suya esa otra versión de la historia. (…) A partir de que la nueva versión comience a tener un papel dominante las otras versiones quedan relegadas, pero este es un proceso que no se completa hasta que esa otra manera de mirar las cosas trascienda el mundo íntimo de la pareja y sea validada y legitimada por su ecología social (Fuks, 2006, pp. 373-374).

Cabe ahora referirnos a una cuestión fundamentalmente desafiante: el mundo conversacional de una pareja que se encuentre frente al trabajo de la refundación vincular luego de un proceso de separación estará profundamente marcado por una serie de “barreras comunicacionales” (Villanueva Orozco et al., 2012, pp. 728-748) que se han erigido como formas de defensa dentro del vínculo para producir y sostener la separación de la relación. Dentro de las mismas, podremos reconocer como habituales la actitud negativa hacia la comunicación, la tendencia a interrumpir o no escuchar, la expresión destructiva de emociones, la evitación de temas difíciles y la interpretación negativa sistemática de los mensajes del otro.

Estas barreras comunicacionales, como hemos desarrollado en capítulos anteriores, se van construyendo a lo largo de las crisis que enfrenta una pareja y funcionan simultáneamente como justificadoras y sostenedoras de la separación: encasillan a la relación en un mundo dado y previsible, brindando a cada uno de los miembros una suerte de oasis explicativo de la disolución vincular; al mismo tiempo que limitan las posibilidades de resignificación de la pareja y de su separación y acotan la curiosidad (Perel) y la disposición a la creación artesanal (Fuks) de condiciones para la emergencia de lo novedoso –en este caso, la reconstrucción-.

Por esto, se entiende que las conversaciones que deberán construir y enfrentar los miembros de la pareja disuelta y en proceso de reconstrucción, tendrán una carga emocional significativa – ya que supondrán el volver a entrar en contacto directo y explícito con las fuentes de un profundo dolor - y requerirán de un verdadero esfuerzo y trabajo, tanto para generar la construcción de un espacio habilitante para la facilitación del emergente de la reconstrucción, como también para evitar caer en modelos comunicacionales estereotipados y rígidos en los cuales se fueron prefigurando los procesos de crisis y de separación.

Para la reconstrucción de la relación de pareja, se hace indispensable –como condición necesaria pero insuficiente en sí misma - desear al otro, desear construir con el otro. La familiaridad en las relaciones comprometidas a largo plazo suele afectar

dicho posicionamiento deseante. “Erotizar la domesticidad” (Perel, 2006, p. 115) implicará la revitalización del deseo a través de prácticas conscientes e intencionales que apuntarán a reencontrarse con el otro, a través de un posicionamiento de descubrimiento lúdico, novedoso y pasional. Para el favorecimiento de los procesos de reconstrucción vincular, los miembros deseantes deberán crear una nueva relación que puede ser más consciente y satisfactoria que la relación previa. La separación, aunque dolorosa, puede crear el espacio psicológico necesario para que cada miembro de la pareja redescubra aspectos de sí mismo y del otro que se habían vuelto invisibles en la familiaridad de la convivencia cotidiana.

Cabe aquí aclarar, siguiendo los lineamientos basales del paradigma sistémico, que no comprenderemos a la reconstrucción de la pareja como un evento o momento en sí mismo, sino como el desenlace y, a su vez, el resultado de un proceso recursivo de resignificación y creación artesanal y recurrente de nuevos modelos y acuerdos comunicacionales en el interior y para el exterior de la pareja.

Volviendo a la composición del proceso de reedificación vincular, podremos entender, por lo referido previamente, que las conversaciones que formarán el núcleo de dicho proceso serán desafiantes, complejas, contradictorias, tendientes a ser evitadas y de una carga emocional tan densa que podrá inducir a que la pareja se sirva de viejos y redundantes recursos tendientes a la regulación de la angustia, pero incapaces de generar posibilidades resolutivas y creativas novedosas.

Estas barreras pueden perpetuar ciclos de malentendidos y conflicto que dificulten significativamente los procesos de reconstrucción, dejando a la pareja atrapada en patrones de interacción que refuerzan la desconfianza y la distancia emocional, en lugar de facilitar la reconexión y la comprensión mutua. Podrán anclar a los miembros de la pareja nuevamente en “dobles vínculos recíprocos” (Elkaim, 1990, pp. 13-14).

Las formas de conversaciones requeridas a las cuales nos estamos refiriendo son las conversaciones difíciles – que ha estudiado Perel -, complementarias a las que

Fuks (2006) bautizó “conversaciones transformadoras” (p. 366), aunque divergentes en la dirección de la función y el sentido ya que estas últimas se focalizan primordialmente en la dimensión ético-pragmático-creativo mientras que aquéllas puntualizan el carácter del contenido desplegado durante la conversación.

Este tipo de conversaciones serán difíciles y desafiantes ya que se pondrán en juego simultáneamente en los tres nodos de sentido que hemos desarrollado precedentemente, es decir, en la intimidad, afinidad y confianza de la pareja reconstructiva. A su vez, contarán con la dificultad de enmarcarse en un metanivel como es la contextualización de dichas conversaciones, oscilando entre contextos de posibilidad, contextos lúdicos y contextos de supervivencia.

Entenderemos, de este modo, que el proceso de reconstrucción se articula y despliega a través de conversaciones que permiten la resignificación de la historia de la pareja. Las mismas, que a menudo involucran temas como deseos no expresados, fantasías, resentimientos acumulados y necesidades no satisfechas, requieren un nivel de vulnerabilidad y honestidad que puede ser intimidante, más aún, luego de un proceso en el cual cada uno de los miembros de la pareja ha construido barreras para la intimidad emocional con el otro. Como señalará Perel: “las conversaciones más difíciles son aquellas donde el silencio ha construido muros; derribarlos exige vulnerabilidad y curiosidad, no sólo valentía” (Perel, 2022).

Este tipo de conversaciones implicará una disposición de apertura emocional y conceptual sustantiva en cada uno de los miembros de la pareja, ya que sortear dichas barreras supondrá no sólo el uso de la reflexividad, sino también la disposición hacia la curiosidad más que al juicio crítico y defensivo, a la exploración más que en la acusación y a la comprensión más que a la culpabilización; es decir, a una forma de “conexión colaborativa” (Fuks, 2006, p. 406) que posea la una capacidad regenerativa y autoorganizativa.

Para las parejas en procesos de reconstrucción, estas conversaciones difíciles son particularmente importantes ya que ofrecen la oportunidad de abordar

directamente los factores que han contribuido a la separación original. En lugar de evitar estos temas por temor a crear más conflicto, las parejas pueden aprender a navegar estas conversaciones de manera que facilite la sanación y el crecimiento.

Esto habilitará a la emergencia de narrativas coherentes y compartidas, que poseerán y brindarán a la pareja en reconstrucción la capacidad de generar un significado compartido sobre la crisis y el futuro. Las narrativas problemáticas y las construcciones limitantes, por el contrario, actuarán como barreras obstaculizadoras. Por ello, las conversaciones ligadas a las crisis y a la separación que giran en torno a una disposición de intimidad, confianza y afinidad, pueden convertirse en el bajo continuo de la nueva composición relacional. La resignificación estará habilitada por conversaciones que no giren solo en torno al contenido, sino a su forma - comunicación de la comunicación -, es decir, por metaconversaciones.

Comprenderemos así el motivo por el cual sostenemos que el proceso de reedificación vincular no puede entenderse como un listado de acciones a ejecutar para alcanzar un objetivo deseado, ya que no se trata tanto, ni tan solo, de qué se hace sino de cómo se procede. Entenderemos que los procesos de reconstrucción no son técnicas comunicacionales aisladas, sino la capacidad de la pareja para convertirse en artesanos de contextos, es decir, en el desarrollo de su capacidad para crear activamente nuevos recursos y contextos lúdicos, de posibilidades y habilitantes para el proceso de resignificación vincular, pudiendo saberse y entenderse como potenciales planificadores de contextos transformadores y facilitadores y como sujetos dotados de recursos y habilidades para crear climas emocionales y conversacionales que faciliten la reparación y transformación relacional.

Hemos encontrado que un recurso fundamental que las parejas que se encuentran en proceso de reconstrucción vincular utilizan es el de adoptar un posicionamiento flexible y cooperativo, de mutua influencia, de búsqueda y apertura de cariño, intimidad, afinidad y confianza, de renegociación, renovación emocional, reconceptualización y perdón para abrirse al arduo camino de remover la angustia y el

dolor que produjo la separación a través de conversaciones difíciles y para generar artesanal y pragmáticamente un espacio emocional habilitante y facilitador de encuentros conversacionales transformadores tendientes a la resignificación del vínculo, para poder así habilitar el proceso de reconstrucción de la pareja y de resignificación de los significados compartidos.

Este posicionamiento requerirá una práctica de regulación afectiva y una forma de comunicación asertiva, traducida en una actitud positiva hacia la comunicación, la disposición a escuchar activamente, la capacidad de expresar emociones de manera constructiva y la habilidad para mantener el respeto mutuo durante las conversaciones difíciles. Esto supondrá, como dirá Sternberg, que los miembros de la pareja en reconstrucción habiliten –y se habiliten a sí mismos- a la práctica activa de los componentes del triángulo del amor: intimidad, pasión y decisión/compromiso.

Por el contrario, la rigidez y la homeostasis disfuncional serán los elementos que albergarán las diversas formas en que se manifiestan los factores de obstaculización del proceso de reconstrucción de la relación vincular, dejando a estas parejas atrapadas en historias dominantes de victimización o defecto e incapacitando la creación de contextos emocionalmente habilitantes para la emergencia de conversaciones transformadoras. Estas narrativas actúan como atractores extraños negativos, impidiendo que el sistema explore nuevas trayectorias. Como hemos explicado precedentemente, las parejas separadas pueden haber desarrollado "mapas del mundo o programas oficiales" (Elkaim, 1990, p. 81) incompatibles, que generan conflicto sistemático.

Es por esto que los posicionamientos saturados de desbordamiento emocional, patrones disfuncionales, falta de comprensión relacional y culpabilización generarán narrativas problemáticas y formas de conversaciones limitantes que tendrán a reproducir formas relacionales caracterizadas por dobles vínculos recíprocos y el estancamiento de toda forma de curiosidad y apertura a la resignificación de la pareja, la separación y los conflictos. Aquí, la capacidad de reflexividad y de

metacomunicación de la pareja estará sistemáticamente inhibida por el caudal y magnitud de conflictividad emocional y por la falta de posibilidad o disposición de cada uno de los miembros para bajar las armas, exponerse a la vulnerabilidad que supone la intimidad, volver a confiar y producir un puente de afinidad entre las partes que genere la apertura a lo posible y novedoso y no la rumiación sobre lo viejo y conocido.

6.8. Hacia una Sinfonía Integradora. La Reconstrucción Vincular como Co-Construcción Sistémica de Núcleos y Dimensiones

Nunca rompas el silencio
si no es para mejorarlo
L. v. Beetthoven

Una sinfonía debe ser como el mundo,
debe contenerlo todo
G. Mahler

En concordancia con lo que hemos desarrollado a lo largo de la presente investigación, sostenemos que la reconstrucción exitosa de una pareja separada no es el resultado de la aplicación aislada de ciertos factores facilitadores ni la evasión estratégica de aquéllos obstaculizadores, sino el emergente de un proceso de co-construcción en el que las dimensiones simbólico-reflexiva, relacional-afectiva y pragmático-racional se articulan dinámicamente, componiendo y recomponiendo los núcleos de sentido que dan significado a la nueva relación, siendo regenerados por los factores facilitadores de la reconstrucción.

A lo largo de nuestro estudio, hemos encontrado que la reconstrucción vincular puede ser comprendida como una serie de procesos que suponen un desarrollo recursivo, temporal y transformador de naturaleza sistémica, a través de los cuales las parejas llevan a cabo la trabajosa tarea de resignificación de la crisis de separación, dejando atrás el anhelo de restitución del orden previo para co-crear una nueva organización relacional.

Esta reconstrucción no constituye un retorno a la estabilidad perdida, sino la emergencia de una identidad vincular renovada, cimentada en la resignificación de la historia compartida y en la actualización de recursos latentes – así como en el desarrollo de recursos novedosos - que permiten integrar, dentro de la narrativa de la pareja, a la crisis como un componente vital y evolutivo del sistema vincular.

En el transcurso de nuestra investigación, hemos encontrado que estos procesos se despliegan mediante una dinámica de neutralización y amplificación, donde la pareja en reconstrucción inhibe activamente los factores interaccionales obstaculizadores críticos – tales como los patrones de culpabilización o el desbordamiento emocional – para dar lugar a la actualización de los recursos facilitadores – tales como la flexibilidad adaptativa, la reflexividad autoconsciente y la disposición a la influencia mutua -.

Esta dinámica dual se despliega en fases recursivas de conversaciones reflexivas, exploratorias y reconstructivas que actúan como compositores de la potencia sinfónica de la nueva realidad relacional, en tanto potenciadoras del recurso central de este proceso, que hemos encontrado que es la metacapacidad relacional o la reflexividad vincular[21].

El núcleo de esta reinvención reside en la acción de los elementos de nucleación, que permite reorganizar la intersubjetividad de la pareja mediante la armónica articulación de las tres dimensiones de la pareja – la simbólico-reflexiva, la relacional-afectiva y la pragmático-racional -. Hemos hallado que es en este interjuego en donde cobran vida los elementos de nucleación de la pareja – afinidad, intimidad y confianza – funcionando como atractores que buscan una nueva forma de estabilización de la pareja.

[21] Esto equivaldría a pensar la capacidad de la pareja de pensarse, sentirse, imaginarse y vivirse a sí misma; de pensarse pensando, de sentirse sintiendo y de imaginarse imaginando; de tomar perspectiva y distancia para cuestionar su modo de pensar y de pensarse, de sentir y de sentirse, de imaginar e imaginarse.

Este movimiento sólo es posible mediante la “artesanía de contextos” (Fuks, 2006, pp. 63-76), entendida como la capacidad ético-pragmática de los miembros de la pareja para actuar como planificadores activos de escenarios conversacionales que habiliten la emergencia de las novedosas posibilidades.

La investigación nos ha permitido entender que, lejos de ser una aplicación técnica de herramientas comunicacionales, esta práctica artesanal implica la disposición deliberada de condiciones espaciales, temporales y emocionales, que permitan la transformación del entorno de supervivencia en un territorio lúdico y reflexivo, habilitando a que la interacciones dejen de estar tamizadas por el retorno a la arqueología del conflicto o a narrativas de culpabilización y pasen a convertirse en diálogos colaborativos generadores de sentidos novedosos.

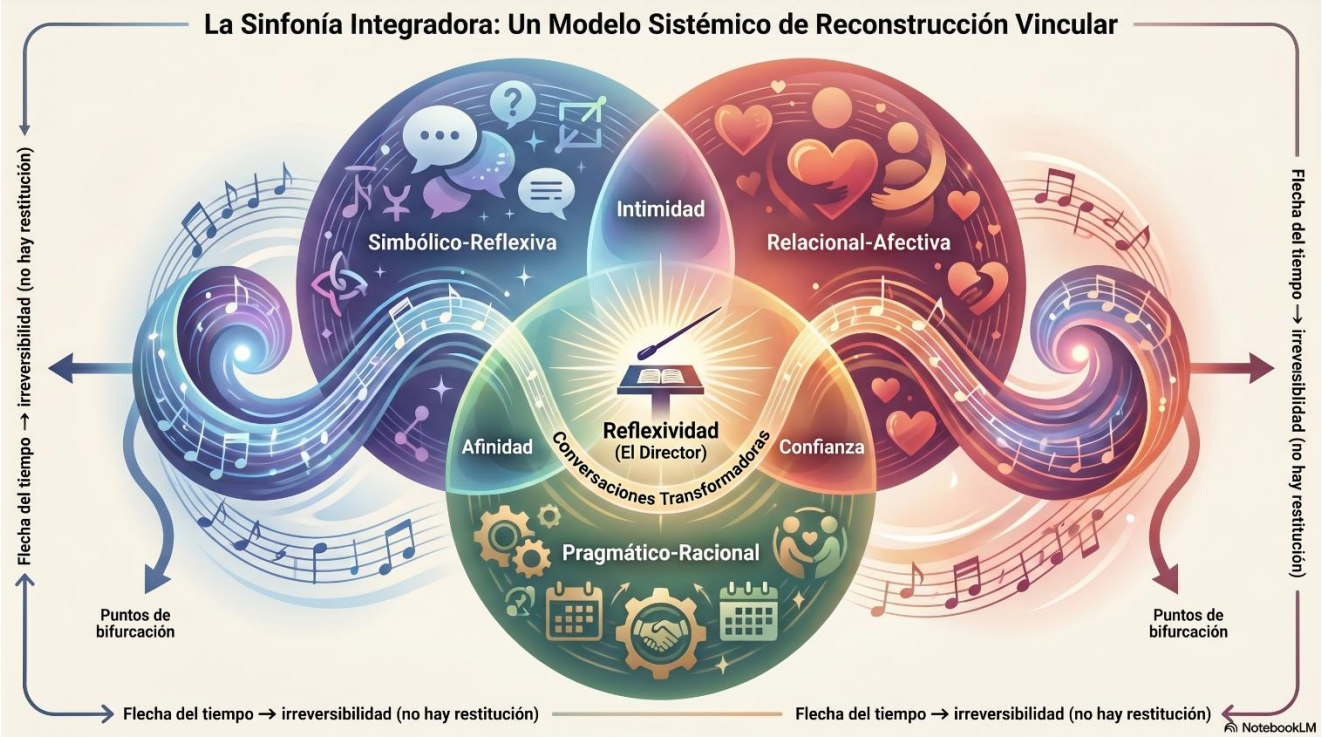
Este enfoque nos permitirá entender que la reconstrucción dejará de ser comprendida como una interacción abstracta para pasar a convertirse en una praxis concreta, donde la resignificación de los significados compartidos permitiría que la pareja transite desde la rumiación del pasado hacia la co-construcción de un futuro viable.

La reedificación vincular, entonces, no es un retorno a la estabilidad previa – aquella que colapsó en la crisis, produciendo la separación - sino la emergencia de una nueva forma de organización que integra el cambio como un componente vital.

Para representar este proceso vital y permanentemente móvil, propondremos a continuación un gráfico que representa, en forma estática, la dinámica de la articulación integradora que permite la posibilidad de la emergencia de la reconstrucción - cabe aclarar que este diseño no pretende reflejar una estructura rígida, sino un organismo vivo, una melodía en permanente composición -:

Figura 2

La Sinfonía integradora: Un modelo sistémico de reconstrucción vincular



Al mirar el gráfico de nuestra investigación, no debemos verlo como un esquema estático, es más, no debemos verlo, sino escucharlo: escucharlo como la sonoridad dinámica de una polifonía relacional, como una partitura viva que invita a la relación de pareja a fluir en la vitalidad de la composición única de cada vínculo en reconstrucción. Este modelo dinámico podría ser comprendido como la disposición de una orquesta en un escenario, en donde cada dimensión es un grupo de instrumentos que debe entrar en sintonía para que la obra progrese con cierta armonía.

En la dimensión relacional y afectiva, lo que encontraremos es la calidad del timbre: la tonalidad y el color y clima emocional del sonido, el espacio en donde se decide si lo que suena es una invitación o un rechazo a seguir componiendo juntos. Es la zona de la vulnerabilidad y de la sintonía en donde se define el clima de la interpretación. Aquí es donde la confianza emerge como el pulso rítmico, como la seguridad de que, aunque el otro miembro del vínculo improvise, el compás puede ser mantenido. Sin este pulso, la música se transformaría en ruido.

Como hemos dicho, el foco se situará en el clima emocional de los encuentros que compongan al proceso de la reconstrucción. Esta dimensión será el espacio donde se ponga en juego la calidad de los encuentros, la capacidad de sintonía emocional, la gestión de los conflictos y la reinvención de confianza; será el territorio de la vulnerabilidad, el reconocimiento mutuo y la responsabilidad relacional.

La comunicación efectiva y la capacidad de cooperación e influencia mutua se constituirán en los facilitadores más evidentes de esta dimensión La capacidad de reparación emergerá como un recurso sustancial, junto con la posibilidad de admitir la responsabilidad de cada parte en el conflicto, utilizando la influencia mutua para renegociar las bases afectivas. Por el contrario, las dinámicas de amor y odio y el desbordamiento emocional representarán las obstaculizaciones paradigmáticas de esta dimensión, junto con las barreras comunicacionales y patrones disfuncionales, el conflicto alto y persistente, y la culpabilización e incompetencia relacional.

La dimensión pragmática y racional será el ritmo y el tempo, es la base rítmica de las acciones coordinadas y los acuerdos que dan viabilidad rítmica al reencuentro en la vida cotidiana, la logística de la vida cotidiana, los turnos de cuándo toca cada compositor sus propios instrumentos y cuándo lo hace el otro. Cuando esta dimensión se encuentra con el sentido simbólico, surge la afinidad: el proyecto asumido y deseado de componer algo nuevo conjuntamente, la alegría de saber que las melodías compartidas, aunque diferentes, tienen un destino común.

Desde esta dimensión, la reconstrucción se orientará hacia la realización efectiva de objetivos y la administración de recursos que den viabilidad al reencuentro, en un proceso de planificación co-participativa. Esta dimensión se dirigirá hacia los objetivos concretos, la planificación y la puesta en práctica de los acuerdos. Será el espacio en donde las narrativas y las emociones se traducirán en acciones coordinadas.

En este plano, el apoyo social operará como un factor protector externo que se manifestará de tres formas distintas pero interconectadas: en lo práctico – ofreciendo

ayuda material, de servicios y compañía social y proporcionando estructura para que la pareja pueda dedicar tiempo y energía al proceso -, en lo afectivo – funcionando como apoyo emocional y validando el intento de reconstrucción de la pareja -, en lo simbólico – operando como testigos válidos de la nueva versión de la pareja, actuando como territorio donde se dirimirá su nueva coherencia narrativa-.

Ahora bien, cabe aquí aclarar que, así como la red social del vínculo en reconstrucción puede operar como factor facilitador en la dimensión pragmática, también puede ser el obstaculizador central, transformándose en generador o perpetuador de polarizaciones, narrativas de culpabilización o factor de interferencia entre los miembros del vínculo.

La dimensión simbólica y reflexiva será la profundidad de los armónicos y el marco de composición donde la pareja escribe y da sustrato a su nueva identidad narrativa. Será el sentido, el para qué la pareja decide volver a componer música conjuntamente. De la unión de este sentido y de la emoción relacional emergerá la intimidad, entendida como aquel momento en que ambos compositores se animan a tocar una armonía tan suave que solamente ellos pueden escucharla. Es el espacio en donde las narrativas se vuelven confesión, apertura, sinceridad.

Esta dimensión será, entonces, el ámbito donde se co-construya el sentido y el significado de la relación; constituirá el sustrato donde la pareja configurará el significado de su experiencia, sus sueños compartidos, sus creencias sobre el amor y su identidad como nuevo sistema relacional. Aquí, la reconstrucción implicará una reflexividad profunda, es decir, la capacidad de la pareja de verse a sí misma desde una distancia suficiente para cuestionar sus propias visiones del mundo y sus viejos sentidos. Será el espacio de las preguntas por el para qué de la reconstrucción y del quién se quiere llegar a ser como pareja.

La construcción de significado compartido y narrativas coherentes se presentará como un factor facilitador central. Las parejas que logran reconstruirse exitosamente desarrollan la capacidad de co-construir una nueva historia que integra

la experiencia de separación no como un fracaso definitivo, sino como un umbral necesario para una forma más madura y consciente de estar juntos. Este proceso implicará lo que Sternberg (1998) denominó la co-construcción de una “historia compartida sobre el amor” (cap. 1), donde los relatos personales de cada miembro se entrelazan en una narrativa común que da sentido al esfuerzo reconstructivo.

Por el contrario, las narrativas problemáticas y construcciones limitantes representarán una rigidez en esta misma dimensión. Cuando la pareja queda atrapada en historias de victimización exclusiva, en relatos que patologizan al otro o a sí mismo, o en narrativas que presentan la separación como evidencia de un fracaso fundamental e irreversible, la dimensión simbólica se vuelve un obstáculo que bloquea cualquier posibilidad de reconstrucción.

Desde esta perspectiva dinámica tridimensional, entenderemos que la intimidad emergerá como una resonancia compartida entre la dimensión simbólica-reflexiva y la relacional-afectiva, el punto donde las historias más profundas se encuentran con la emoción. Será el espacio donde las narrativas más profundas – lo simbólico - puedan ser compartidas con vulnerabilidad – lo relacional - sin que ello implique una amenaza a la integridad personal. Compartiremos las conclusiones de Sternberg (1998), quien situará la intimidad en el vértice emocional de su triángulo del amor; pero realizaremos una ampliación a la luz de nuestra investigación ya que entenderemos que la verdadera riqueza de la intimidad surge cuando la emoción se encuentra con el significado compartido.

Por su lado, la afinidad, entendida como el espacio de coincidencias y proyectos comunes, emergerá del desarrollo melódico que surge al traducir los sueños y utopías en planes y ritmos concretos de acción. Será, por ende, el emergente de la articulación entre la dimensión simbólica - sueños y utopías compartidas - y la pragmática - planes concretos y acciones coordinadas -; la capacidad de traducir los valores compartidos en proyectos realizables, de hacer que los sueños se materialicen en el mundo. Si bien Sternberg (1998) ha identificado al compromiso como el vértice

racional de su triángulo, nuestra perspectiva toma esa mirada y busca enriquecerla al situar la afinidad en el cruce entre el significado y la acción.

La confianza, finalmente, actuará como la cadencia perfecta, el puente rítmico que une la seguridad del clima afectivo con la consistencia previsible de las acciones diarias. Emergerá de la articulación entre la dimensión relacional-afectiva - el cuidado, la responsabilidad, la previsibilidad emocional - y la pragmática - la consistencia en las acciones y el cumplimiento de los acuerdos -. Será la certeza práctica de que el otro será confiable, sustentada en la experiencia repetida de encuentros donde la palabra empeñada se materialice en acción. La confianza será, entonces, el puente entre la seguridad relacional y la acción coordinada.

La reconstrucción exitosa de una pareja separada puede ser entendida, desde esta perspectiva, como el proceso de recomponer estos tres núcleos de sentido a través de la articulación de las tres dimensiones. La separación ha fracturado la intimidad - la narrativa compartida se ha roto -, ha erosionado la confianza - la previsibilidad relacional se ha perdido - y ha disuelto la afinidad - los proyectos comunes se han discontinuado -. La reconstrucción consistirá, entonces, en volver a componer estas melodías, pero no para restaurar la partitura vincular anterior, sino para crear una nueva, más fuerte y más consciente.

Para lograr esta re-composición, la pareja debe participar en conversaciones difíciles y transformadoras que funcionan con el estilo de una sesión de improvisación jazzística – jam sesión –. En ella existe un contexto que nuclea a una serie de músicos, pero no se trata de repetir una melodía ensayada, sino de tener la apertura para que la nota que toque el otro modifique la propia melodía, permitiendo que surja una composición nueva que ninguno de los dos traía escrita de antemano.

Es el momento mágico en que la pareja deja de tocar de memoria y se anima a improvisar, el momento en que uno de los miembros de la pareja en reconstrucción dice algo que el otro no esperaba y en lugar de reaccionar con el mismo acorde de siempre, el otro se detiene, escucha, interpreta, se adapta y responde con una nueva

nota. Es ahí, en ese pequeño desvío de la rutina rítmica, donde la música de la pareja puede empezar a cambiar: ya no se está discutiendo por el pasado, sino que se está componiendo un nuevo presente.

Estas conversaciones se distinguen por ser reflexivas - utilizan un lenguaje metafórico y valorativo que marca una diferencia significativa en la posibilidad de reconstrucción -, exploratorias - facilitan el despliegue conjunto de las cuestiones difíciles mediante la curiosidad y la apertura emocional – y/o reconstructivas - permiten una re-visita al relato y a las versiones del pasado para resignificar los desencuentros e incorporarlos de modo que preserven aspectos vitales de la relación -.

En su dimensión pragmática, estas conversaciones requieren una estructura: un momento y un lugar acordados, un tiempo suficiente, una disposición a sostener el diálogo sin interrupciones. Recordemos cómo Gottman (1999) ha documentado el modo en que las parejas exitosas desarrollan rituales específicos para abordar los conflictos, incluyendo la capacidad de solicitar una pausa cuando la emoción desborda. Esta dimensión pragmática establece las condiciones de posibilidad para que la conversación ocurra.

En su dimensión relacional-afectiva, estas conversaciones implican vulnerabilidad, es decir, la capacidad de exponer el propio mundo emocional sin certeza de cómo será recibido. En estas conversaciones, la pareja aprende a expresar el dolor sin acusar, a escuchar la herida del otro sin defensa, a tolerar la ambivalencia sin disolver el vínculo.

En su dimensión simbólico-reflexiva, estas conversaciones son espacios de co-construcción de significado. La pareja no solo habla sobre lo que pasó, sino que juntos construyen una nueva versión de la historia.

Las conversaciones transformadoras serán, entonces, el espacio donde y el vehículo a través del cual la intimidad – en tanto dimensión simbólica-, la confianza – en tanto dimensión relacional- y la afinidad – en tanto dimensión pragmática - se pondrán en juego simultáneamente. No son simplemente conversaciones que

ocurren en una de estas dimensiones, sino que son el proceso mismo de su articulación, el puente que permite unificar y recorrer las dimensiones de manera lúdica, creativa y recursiva.

En el centro de todo este movimiento, emerge la reflexividad, no como un instrumento más, sino como directora de orquesta. Será la capacidad de los músicos de escucharse a sí mismos – y a su propia música - mientras tocan, de corregir la afinación sobre la marcha y de decidir que el objetivo del encuentro musical entre ambos no tiene la intención de ganar, sino de sanar. Será ella quien, inmersa en la ejecución, supervisa la unidad de la obra, escuchando cómo los miembros de la pareja en reconstrucción se hablan entre sí, cuáles son las historias que se cuentan acerca de lo que pasó y de lo que les pasó, para decidir qué notas del pasado preservar y qué ruidos soltar.

Entenderemos que la reflexividad actuará como el recurso central para este trabajo. Las parejas con capacidad reconstructiva desarrollan la capacidad de distanciarse de su propia experiencia para observarla, cuestionarla y resignificarla. Este ejercicio de metacomunicación - hablar sobre cómo se hablan - es el vehículo a través del cual se transforman las narrativas problemáticas en historias de superación y crecimiento.

Lo que aparece con más claridad a lo largo de nuestro estudio es el hecho de que, si bien no existe un factor que funcione por sí mismo como facilitador o como obstaculizador – ya que leemos el proceso en términos de emergentes dinámicos de un proceso sistémico de interrelación de factores -, podemos señalar la presencia de la reflexividad co-construida como el concepto facilitador central ya que emerge como categoría de síntesis de los factores facilitadores en la acción conjunta de las tres dimensiones relacionales. Podremos entonces entenderla como la capacidad del sistema de cooperación e influencia mutua para mirarse a sí mismo y decidir qué conservar – estabilidad - y qué soltar – cambio -. Será el resultado emergente – síntesis - entre la ética y la inteligencia emocional del vínculo en reconstrucción.

En conclusión, hemos encontrado que las parejas que, en el desafiante proceso de la reconstrucción, pueden cuestionar, amplificar, renovar y volver a componer nuevos núcleos de sentido –intimidad, afinidad y confianza-, con respeto al mismo tiempo que con esperanza en que su acción colaborativa y activa permita la construcción de un nuevo proyecto relacional, con la apertura a la novedad, complicidad, compañerismo y cuidado; estas parejas desarrollan una serie de saberes propios y de formas conversacionales que les permiten conversar y resignificar –en dichas conversaciones- su sentido construido y su construcción de sentido.

Estas parejas serán capaces de asumir una corresponsabilidad relacional que implicará – a la vez que superará – la asunción de la responsabilidad individual de cada una de las partes, para generar el descubrimiento, la descripción y la narrativa del modo en que la pareja comprende las dinámicas que la han llevado a la separación, produciendo una descripción del juego relacional que haga visible la corresponsabilidad tanto en el advenimiento de la crisis como en el nuevo proceso de resignificación del vínculo que emerge a partir de ella.

6.9. Palabras Finales y Lineamientos Futuros

El final de toda nuestra exploración
será llegar a donde empezamos
y conocer el lugar por primera vez
T.S. Eliot

Al concluir este trabajo, volvemos a nuestro punto de partido, a la premisa sistémica de que el todo es más que la suma de las partes. Una pareja reconstruida es más que dos personas que decidieron volver a intentarlo; es un sistema que ha mirado al silencio abismal de su propia disolución y ha decidido, mediante un acto de voluntad, respeto y creatividad, seguir danzando en relación con su entropía.

Hemos podido comprender que la reconstrucción vincular es un proceso que se despliega desde el silencio resonante de la crisis de separación, pasando por la escritura de una nueva partitura conversacional, ejecutada por una pareja que actúa

como interprete artesana de su propia realidad, hasta alcanzar una polifonía integradora donde las notas del pasado no se borran, sino que se integran con una nota fundamental en la nueva composición.

Las preguntas fundantes del interés y de la dirección de la presente investigación – a saber, aquellas que interrogaban sobre las particularidades de las conversaciones de algunas parejas que se han separado y que generaban la posibilidad de su reconstrucción/renovación -, han encontrado una serie de respuestas a lo largo de su desarrollo. Lo que hemos hallado a lo largo de nuestra investigación es que estas parejas desarrollan una conexión colaborativa que les permite ser creadoras artesanales de diseños conversacionales a través de la cual son capaces de crear un contexto lúdico y de posibilidades que les permite salir de un estado de supervivencia y construir formas conversacionales transformativas – reflexivas, reconstructivas y exploratorias –. Es a través de ellas que se resignifican los sentidos de la intimidad, la afinidad y la confianza que han quedado socavados por la separación de la pareja.

En estas formas conversacionales transformadoras, los miembros de la pareja en proceso de reconstrucción pondrán en juego una serie de recursos que tenderán a facilitar dicho proceso; entre ellos encontraremos la comunicación efectiva, el uso de redes de contención y apoyo social para transitar el proceso, el esfuerzo consciente para realizar una comprensión relacional a través del trabajo activo en el procesamiento emocional adecuado y los esfuerzos por la regulación afectiva, la práctica de la flexibilidad y adaptabilidad, y la construcción de significados compartidos novedosos y narrativas coherentes con el nuevo momento de la pareja.

En el recorrido de la investigación, el proceso de focalización necesario para abordar y explorar nuestro objeto de estudio iluminó selectiva e intencionalmente una parcela del mismo, dejando consecuentemente en las sombras muchos otros caminos para su abordaje. Estos podrán ser retomados y transformarse en los lineamientos para futuros desarrollos de nuevas investigaciones. Vale decir que, lejos de pretender

agotar el fenómeno estudiado, esta investigación se propone como un punto de partida que invita a nuevas exploraciones.

En este sentido, emergerán interrogantes que trazarán posibles rutas para futuras indagaciones en el campo de la vincularidad. Dentro de los mismos, hay una línea de particular interés personal para la exploración y la profundización en la comprensión de las formas conversacionales que se desarrollan a lo largo del proceso de reconstrucción de una relación de pareja, a saber: el estudio de la pragmática conversacional en entrevistas con parejas separadas que buscan – o que han encontrado - la reedificación de la relación, la exploración de cómo ellos mismos entienden y describen la alquimia del proceso que han transitado para revitalizar su intimidad, su afinidad y su confianza. Es decir, ¿de qué manera un análisis detallado de la pragmática conversacional en entrevistas en profundidad permitiría decodificar la alquimia específica que las parejas utilizan para revitalizar sus núcleos de sentido tras la ruptura de la separación?[22]

Otros lineamientos de particular interés tendrán que ver con los procesos de sostenimiento en la temporalidad del vínculo, así como en la prevención: ¿cuáles son las características de los procesos de mantenimiento relacional en aquellas parejas que, habiendo logrado una reconstrucción exitosa, logran sostener la flexibilidad y la reflexividad frente a crisis posteriores?, ¿es posible diseñar programas de entrenamiento en reflexividad co-construida para parejas en crisis?, si así fuese, ¿qué impacto tendría el desarrollo preventivo de esta metacapacidad en la gestión de futuros puntos de bifurcación sistémica?

Esta tesis espera haber contribuido a la ampliación y al afinamiento de nuestra audición en la exploración de esa fascinante partitura donde el dolor se transforma en

[22] Esta vacancia de indicadores pragmáticos operativos no es, como hemos señalado precedentemente, una omisión involuntaria, sino el punto de bifurcación que justifica la necesidad de futuras investigaciones. El modelo teórico aquí desarrollado sienta las bases de qué núcleos de sentido se reconstruyen y bajo qué premisas sistémicas lo hacen, dejando para una etapa posterior la decodificación de la alquimia pragmática específica que solo puede ser capturada en la vivacidad del encuentro clínico o de las entrevistas en profundidad.

posibilidad y donde la crisis, lejos de ser el final, se revela como el preludio necesario para una nueva forma de amar y respetar, para una nueva composición musical.

7. Referencias

Abeyta, A. A., Routledge, C., Roylance, C., Wildschut, T., & Sedikides, C. (2015). Looking back to move forward: nostalgia as a psychological resource for promoting relationship goals and overcoming relationship challenges. *Journal of personality and social psychology*, 109(6), 1029-1044. https://doi.org/10.1037/pspi0000036

Adorno, T. W. (2001). *Minima moralia* [E. Jephcott, Trad.]. Taurus. (Obra original publicada en 1951)

Ahrons, C.R. (1994). *The good divorce: keeping your family together when your marriage comes apart.* HarperCollins.

Amato, P. R. (2010). Research on divorce: Continuing trends and new developments. *Journal of Marriage and Family*, *72*(3), 650–666. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00723.x

Artaud, A. (1925). *El pesa-nervios*. Gutenberg.

Austin, J. L. (1962). *Cómo hacer cosas con las palabras* [G. R. Carrió y E. A. Rabossi, Trads.]. Paidós.

Bajtin, M. (1989). *Teoría y estética de la novela* [H. S. Kriúkova y V. Cazcarra, Trads.]. Taurus. (Obra original publicada en 1975)

Bateson, G., y Ruesch, J. (1951). *Comunicación: la matriz social de la psiquiatría*. Paidós.

Bateson, G. (1991). *Pasos hacia una ecología de la mente* [R. Levit, Trad.]. Lohlé-Lumen. (Obra original publicada en 1972)

Berger, P., & Luckmann, T. (1968). *La construcción social de la realidad* [S. Zuleta, Trad.]. Amorrortu. (Obra original publicada en 1966)

Bertalanffy, L. von. (1968). *Teoría general de los sistemas: Fundamentos, desarrollo, aplicaciones*. Fondo de Cultura Económica.

Bohannan, P. (1970). *Divorce and after: An analysis of the emotional and social problems of divorce*. Doubleday & Company.

Birditt, K. S., Wan, W., Orbuch, T., & Antonucci, T. (2017). The development of marital tension: Implications for divorce among married couples. *Developmental Psychology*, *53*(10), 1995–2006. https://doi.org/10.1037/dev0000402

Brown, S. L., Lin, I.-F., Marino, F. A., & Mellencamp, K. A. (2025). Marital separation, reconciliation, and repartnering in later life. *Journal of Marriage and Family*, *87*(1), 182–200. https://doi.org/10.1111/jomf.13024

Bruner, J. (1990). *Actos de significado: Más allá de la revolución cognitiva* [J. C. Gómez Crespo y J. L. Linaza, Trads.]. Alianza. (Obra original publicada en 1990)

Capozzi, F. (2025). A research-driven flowchart to approach change in couples: From distress to flourishing relationships. *Frontiers in Psychology*, *16*, 1438394. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1438394

Dailey, R. M. (2011). On-again/off-again dating relationships: What keeps partners coming back? *The Journal of Social Psychology*, *151*(4), 417–440. https://doi.org/10.1080/00224545.2010.522618

Davies, B., & Harré, R. (1990). Positioning: The discursive production of selves. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, *20*(1), 43–63. https://doi.org/10.1111/j.1468-5914.1990.tb00174.x

Eastwick, P. W., Finkel, E. J., & Simpson, J. A. (2019). Relationship trajectories: A meta-theoretical framework and theoretical applications. *Psychological Inquiry*, *30*(2), 53–73. https://doi.org/10.1080/1047840X.2019.1600603

Elkaim, M. (1990). *Si me amas, no me ames: Psicoterapia con enfoque sistémico*. Gedisa.

Emery, R. E. (1999). *Marriage, divorce, and children's adjustment*. Sage.

Fischer, M. S., & Baucom, D. H. (2016). Cognitive-behavioral couple-based interventions for relationship distress and psychopathology. *Journal of Clinical Psychology*, *72*(10), 1017–1033. https://doi.org/10.1002/jclp.22285

Fisher, H. E. (1992). *Anatomía del amor: Historia natural de la monogamia, el adulterio y el divorcio*. Anagrama.

Foucault, M. (1968). *Las palabras y las cosas* [E. C. Frost, Trad.]. Siglo XXI. (Obra original publicada en 1966)

Freedman, J. (2014a). *Narrative therapy with couples: A practitioner's guide to key concepts and techniques*. Dulwich Centre Publications.

Freedman, J. (2014b). *Witnessing and positioning: Structuring narrative therapy with families and couples*. Dulwich Centre. https://dulwichcentre.com.au/wp-content/uploads/2016/11/Witnessing-and-positioning-Structuring-narrative-therapy-with-families-and-couples-by-Jill-Freedman.pdf

Fuks, S.I. (2000) Transformando las Conversaciones acerca de las Transformaciones. *Educación, Salud y Trabajo Revista Iberoamericana.* Coedición Universidad Nacional de Rosario y Universidad de Extremadura. Nº1 abril 2000.

Fuks, S. I. (2004). Craftmanship of contexts: An unfinished story of my connection with CMM. *Human Systems: The Journal of Therapy, Consultation & Training*, *15*(1–3)

Fuks, S. I. (2006). *Estabilidad y cambio en las relaciones de pareja* [Tesis doctoral no publicada, Universidad Nacional de Rosario].

Fuks, S. I. (2009). En primera persona: Investigando mundos de los que somos parte. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, *9*(1), 31–47.

Fuks, S. I. (2011). Celebración de la sorpresa. *Nova Perspectiva Sistémica*.

Fuks, S. I. (2016). Reflexiones en torno a las crisis y oportunidades que impregnan los procesos colectivos participativos. *Riflessioni Sistemiche.*

Fuks, S. I. (2017). Procesos participativos y construcción de prácticas sociales transformadoras: Complejidades y desafíos. En E. Rasera, K. Taverniers y O. Vilches-Álvarez (Eds.). Taos Institute Publication.

Fuks, S. I. (2018). Un modelo sistémico de comprensión-acción de dinámicas sociales: Tres dimensiones de las prácticas sociales transformadoras. En M. F. Oliver-Sudbrack, M. I. Gandolfo Conceição y R. Adorno (Comps.), *Drogas e transição de*

paradigmas: Construindo saberes e compartilhando fazeres [Editorial o plataforma digital].

Fuks, S. I. (2020). Tom Andersen: el 4'33'' de la terapia sistémica. En A. G. García, L. G. Rodríguez y H. Maffei Cruz (Eds.), *Palabras, movimientos y emociones: Nuestro homenaje a Tom Andersen* (pp. 209–233). Taos Institute Publications.

Gadamer, H. G. (1977). *Verdad y método: Fundamentos de una hermenéutica filosófica* [A. Agud Aparicio y R. de Agapito, Trads.]. Sígueme. (Obra original publicada en 1960)

García de Ceretto, J. (2021). *Nuevos desafíos en Investigación*. Homo Sapiens.

Gergen, K. J. (1985). The social constructionist movement in modern psychology. *American Psychologist*, *40*(3), 266–275. https://doi.org/10.1037/0003-066X.40.3.266

Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Aldine.

Gottman, J. M. (1999). *The seven principles for making marriage work*. Crown Publishers.

Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting when a couple will divorce over a 14-year period. *Journal of Marriage and Family*, *62*(3), 737–745. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2000.00737.x

Gottman, J. M., & Silver, N. (2015). *Los siete principios para hacer que el matrimonio funcione*. Random House Español.

Harari, Y. N. (2014). *Sapiens: De animales a dioses*. Debate.

Heidegger, M. (1951). *Ser y tiempo* [J. Gaos, Trad.]. Fondo de Cultura Económica. (Obra original publicada en 1927)

Heidegger, M. (1975). *Construir, habitar y pensar*. La Oficina.

Hetherington, E. M., & Kelly, J. (2002). *For better or for worse: Divorce reconsidered*. W. W. Norton & Company.

Hofstadter, D. R. (2007). *Yo soy un extraño bucle*. Tusquets.

Husserl, E. (1982). *Investigaciones lógicas* [M. G. Morente y J. Gaos, Trads.]. Alianza. (Obra original publicada en 1900-1901)

Johnson, S. (2009). *Abrázame fuerte: Siete conversaciones para un amor duradero*. Alba.

Kaslow, F. W. (1986). La mediación en el divorcio y su impacto emocional en la pareja y los hijos. *Revista de Terapia Familiar*, (15)

Knudson-Martin, C., Wells, M. A., & Samman, S. K. (2015). *Socio-emotional relationship therapy: Bridging emotion, societal context, and couple interaction*. Springer.

Lax, W. (1996). El pensamiento posmoderno en una práctica clínica. En S. McNamee y K. J. Gergen (Eds.), *La terapia como construcción social* (pp. 93–111). Paidós.

Lévy-Bruhl, L. (1927). *La mentalidad primitiva*. Lautaro.

MacIntyre, A. (2001). *Tras la virtud* [A. Valcárcel, Trad.]. Crítica. (Obra original publicada en 1981)

Martínez Melella, I. (2012). *Conversaciones terapéuticas con mujeres que abandonan la convivencia violenta* [Tesis no publicada]. Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires.

Maturana, H. R., & Varela, F. J. (1973). *De máquinas y seres vivos: Autopoiesis, la organización de lo vivo*. Editorial Universitaria.

Maturana, H. R., & Verden-Zöller, G. (2003). *Amor y juego: Fundamentos olvidados de lo humano*. J. C. Sáez.

McLuhan, M. (1970). *La cultura es nuestro negocio*. Diana.

Minuchin, S. (1977). *Familias y terapia familiar* [J. Coll Freixa, Trad.]. Granica.

Morin, E. (1979). *Para una crisiología*. Megalópolis.

Morin, E. (1994). *Introducción al pensamiento complejo.* Gedisa.

Morin, E. (1997). *Amor, poesía y sabiduría*. Seix Barral.

Morin, E., & Motta, R. D. (2008). *De la condición humana a la humana condición: El desafío de la educación planetaria*. Cátedra Itinerante UNESCO "Edgar Morin" (CIUEM); Instituto Internacional para el Pensamiento Complejo (IIPC).

Navarro, J. F. (2015). White y Ricoeur: Dos visiones ejemplares sobre la naturaleza histórica. Estudios del ISHiR, 24, 2019. ISSN 2250-4397 Investigaciones Socio Históricas Regionales, Unidad Ejecutora en Red – CONICET http://revista.ishir-conicet.gov.ar/ojs/index.php/revistaISHIR

Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *Journal of Family Therapy*, *22*(2), 144–167. https://doi.org/10.1111/1467-6427.00144

Pascal, B. (2012). *Pensamientos*. Losada. (Obra original publicada ca. 1670)

Pearce, W. B. (1980). *Communication, action and meaning: the creation of social realities*. Praeger Editorial

Pearce, W. B. (1989). *Comunicación y la condición humana*. University of Southern Illinois Press.

Pearce, W. B. (2007). *Comunicación interpersonal. La construcción de mundos.* Ediciones Universidad Central.

Peat, F. D. (1987). *Sincronicidad: puente entre mente y materia*. Kairós.

Perel, E. (2006). *Inteligencia erótica: claves para mantener la pasión en las parejas*. Kitsune.

Perel, E. (Presentadora). (2022, 15 de marzo). Navigating difficult conversations [Episodio de podcast, N.° 145]. En *Where should we begin?* Esther Perel Global Media. https://www.estherperel.com/podcast

Peterson, B. D. (2024). *Reconciling steps: Counseling separated couples toward marital reconciliation* [Tesis doctoral, Gordon-Conwell Theological Seminary]. Research in Ministry. https://rim.ir.atla.com/concern/etds/51547ea5-dfdb-4dbd-80b1-b7e5642f980c

Pinter, H. (2005, 7 de diciembre). *Arte, verdad y política* [Discurso Nobel]. Nobel Prize. https://www.nobelprize.org/prizes/literature/2005/pinter/lecture/

Prigogine, I., & Stengers, I. (1984). *Orden a partir del caos*. Tusquets.

Prigogine, I. (1985). *El redescubrimiento del tiempo.* Tusquets.

Prigogine, I. (1996). *El fin de las certidumbres*. Taurus.

Ricoeur, P. (1987). *Tiempo y narración I* [A. Neira Calvo, Trad.]. Siglo XXI. (Obra original publicada en 1983)

Ripley, J. S., & Worthington, E. L. (2014). *Couple therapy: A new hope-focused approach*. InterVarsity Press.

Salcedo, C. T., Rivera-Aragón, S., Dominguez-Espinosa, A., & Díaz-Loving, R. (2021). El desequilibrio en la pareja: La codependencia desde la teoría de la interdependencia. *Informes Psicológicos*, *21*(1), 29–41.

Sluzki, C. E. (1996). *La red social: frontera de la práctica sistémica.* Gedisa.

Sternberg, R. J. (1998). *El amor es como una historia: Una nueva teoría de las relaciones*. Paidós.

Stolnicu, A., De Mol, J., Hendrick, S., & Gaugue, J. (2022). Healing the separation in high-conflict post-divorce co-parenting. *Frontiers in Psychology*, *13*, 913447. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.913447

Strauss, A., & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada* (E. Zimmerman, Trad.). Universidad de Antioquia. (Obra original publicada en 1998)

Villanueva Orozco, G. B., Rivera-Aragón, S., Díaz-Loving, R., & Reyes-Lagunes, I. (2012). La comunicación en pareja: Desarrollo y validación de escalas. *Acta de Investigación Psicológica*, *2*(2), 728–748.

Von Foerster, H. (1995). Visión y conocimiento: Disfunciones de segundo orden. En D. F. Schnitman (Ed.), *Nuevos paradigmas, cultura y subjetividad* (pp. 91–113). Paidós.

Wagensberg, J. (2007). *El pensador intruso*. Tusquets.

Wainstein, M. (2010). *Comunicación. Un paradigma de la mente*. EUDEBA.

Watzlawick, P., Beavin, J. H., & Jackson, D. D. (1967). *Teoría de la comunicación humana*. Herder.

Weaver, A. (1999). *El rol del apego en el desarrollo de la reconciliación* [Tesis doctoral no publicada, Emory University].

Wheeler, J. A. (1989). Information, physics, quantum: The search for links. En W. H. Zurek (Ed.), *Complexity, entropy, and the physics of information* (pp. 3–28). Addison-Wesley.

White, M., & Epston, D. (1993). *Medios narrativos para fines terapéuticos* [C. Ginés, Trad.]. Paidós. (Obra original publicada en 1990)

Wile, D. B. (1993). *Couples therapy: A nontraditional approach*. John Wiley & Sons.

Wittgenstein, L. (1973). *Tractatus logico-philosophicus* [J. Muñoz e I. Reguera, Trads.]. Alianza. (Obra original publicada en 1921)

Wittgenstein, L. (2017). *Investigaciones filosóficas* [A. García Suárez y U. Moulines, Trads.]. Trotta. (Obra original publicada en 1953)

Zamora Huerta, C. C., Álvarez Cuevas, S. M., & Peña Castillo, R. F. (2020). Terapia sistémica y apoyo social: Una intervención psicoterapéutica ante el divorcio. *Revista Reflexiones*, *99*(1). https://doi.org/10.15517/rr.v99i1.40116

Zizek, S. (1989). *El sublime objeto de la ideología*. Siglo XXI.