

La primera entrevista en Terapia de Pareja

Dr. Luis Tapia Villanueva, Dr. Sergio Bernales, Ps. Sylvia Campos, Dr. Rodrigo Erazo, Dra. Ximena Fuentes, Ps.¹ Soledad Sánchez¹

Introducción:

Nuestro grupo de pareja en el Instituto Chileno de Terapia Familiar funciona desde 1999 desarrollando actividades en un contexto clínico y docente. Está formado por Dr. Sergio Bernales, Ps. Sylvia Campos, Dr. Rodrigo Erazo, Dra. Ximena Fuentes, Ps. Soledad Sánchez y Dr. Luis Tapia Villanueva). El contenido del siguiente artículo es el producto de un trabajo conjunto y a mi me ha correspondido ponerlo en palabras. Esperamos que las siguientes reflexiones les sean de utilidad en su práctica clínica y docente.

La primera entrevista de una pareja comienza con el llamado telefónico, interesa saber datos tales como, quien llama, como se produjo la referencia, quién buscó al terapeuta. Las primeras preguntas proporcionan antecedentes precoces que dejan entrever expectativas, distinciones y significaciones de cada uno de los miembros de la pareja. La forma como el terapeuta, desde la llamada telefónica organiza la primera entrevista, (quién viene, tipo de sesión, revelación de información previa) puede evitar complicaciones y malos entendidos posteriores.

Esta entrevista se diferencia de las entrevistas individuales y familiares. Las entrevistas individuales en general y en forma casi natural se centran, por lo menos al principio, en el mundo interno y en la psicología individual de los cónyuges, y solo en forma posterior aparecen los aspectos relacionales. En las primeras entrevistas con familias en cambio, lo relacional se presenta desde la partida y los mundos internos se invisibilizan durante un tiempo. En las entrevistas de pareja hay un constante mediojuego entre los aspectos relacionales y los individuales, con un énfasis en lo relacional. Las parejas con mayores problemas son las más propensas a centrarse en los juicios y van a conducir las interacciones de un nivel a otro en forma constante, lo cual podría llegar a ser un problema importante para la terapia si esta no es conducida adecuadamente hacia el proceso. Por otro lado la posibilidad de participar en triangulaciones disfuncionales con la pareja es posible y frecuente, así como la co-inducción a las atribuciones, a los juicios de valor y a dirimir lo justo o no de las posiciones de ambos cónyuges. En este último punto las concepciones socioculturales y los modelos de causalidad del contexto hacen que las parejas consultantes tengan un modelo de solución centrado en la razón y el terapeuta es el designado a encontrarla.

Etapas:

Con fines didácticos y de organización del tiempo es útil dividir la 1° entrevista en tres tiempos

- ? Tiempo 1 :**Antecedentes y motivo de consulta**
- ? Tiempo 2: **Despliegue del problema y de los recursos de la pareja**

¹ Unidad de Terapia de Pareja Diplomado de Terapia de Pareja.
Instituto Chileno de Terapia familiar

? Tiempo 3: **Devolución, cierre y organización del proceso terapéutico** ²

Antecedentes y motivo de consulta

Existen tres clases de antecedentes que son útiles conocer desde la partida, esto es; los *antecedentes generales, la construcción de la consulta y algunos datos básicos sobre la historia de la relación y de las familias de origen*. Los antecedentes generales sobre tipo de relación, edad, n° de hijos, nacimientos recientes, profesión o estudios, tipo de trabajo y quienes viven en la casa, nos orientará sobre posibles conflictos. La construcción de la consulta se refiere a la forma como la pareja tomo la decisión, quién lo planteo, quien se consiguió el nombre del terapeuta, si hay acuerdo en venir, si alguno viene obligado, cuales son las presiones contextuales al consultar, cuales fueron los elementos gatillantes de la intención de consultar y finalmente cuales son los sentimientos mas movilizados de la consulta. La historia de la relación se refiere a la historia de transiciones y sucesos. Las transiciones están relacionadas con el proceso paulatino de paso de una etapa a otra del ciclo vital con sus respectivas crisis y tareas. Los sucesos son eventos los cuales ocurren de improviso y ponen a la pareja en situaciones de crisis (cesantía, duelos, infidelidades). Tanto las transiciones como los sucesos pondrán a la pareja ante sus recursos y fragilidades y de este equilibrio dependerá como la pareja afronte la crisis. En la historia familiar interesaran si los padres están vivos o no, separados o no y el número y posición de los cónyuges dentro de los hermanos. En estos dos últimos items se preguntaran datos generales a través del genograma para orientación del terapeuta y más adelante o en otras sesiones se podrán recabar mas detalles sobre aspectos transgeneracionales como diferenciación de la familia de origen o conflictos con las lealtades familiares.

En esta etapa el terapeuta va haciendo las teniendo las primeras percepciones sobre *la pauta relacional y el clima emocional* (quien toma la iniciativa, respeto de los tiempos y espacios del otro en la conversación) y sobre las señales corporales del clima emocional (posición de uno respecto del otro, contacto visual y físico, actitudes corporales, naturaleza del rostro)

En esta fase se preguntará sobre el motivo de consulta a ambos cónyuges y se evaluarán las coincidencias y divergencias. Ya en los primeros minutos de la sesión se percibirá el clima emocional imperante y al naturaleza de la relación. Habrá parejas que vienen juntas (*contigo*), aquellas que vienen a separarse o a dejar al otro en terapia (*sin ti*) y finalmente aquellas parejas que están en una postura ambigua ante la relación y con la pretensión de que el terapeuta cambie al otro y están centradas fundamentalmente en el juego emocional disfuncional (*ni contigo ni sin ti*). (S.Bernales, *comunicación personal*)

La etapa del ciclo vital en que esté la pareja nos orientará hacia algunas hipótesis sobre cierta naturaleza de los conflictos. Por ejemplo las parejas que tengan menos de cinco años de matrimonio tal vez tengan problemas con la diferenciación de las respectivas familias de origen, las parejas que están en el nacimiento del primer hijo tal vez consulten por una infidelidad del marido, las de edad media con hijos adolescentes tendrán problemas de crisis de identidad y cuestionamiento del vínculo y aquellas con hijos grandes que están en proceso de irse, tal vez consulten por soledad y un amor vacío.

Despliegue del problema y de los recursos de la pareja

Depliegue del problema. Una vez comunicado el motivo de consulta, la pareja con la ayuda del terapeuta comenzará a desplegar el problema y aparecerán *el humor básico, los contenidos del problema, las pautas relacionales y los sentimientos involucrados.*

Las parejas vienen a terapia en general después de intentar soluciones propias, de familiares y amigos y de algún tipo de consejería. La tensión emocional es alta y la pareja traerá a sesión su propio humor básico, algunas tendrán mucho que contar y cada uno de los cónyuges tratará de explayarse para desplegar su particular narrativa oficial del problema y su propia atribución de significaciones. Otras parejas tendrán un humor básico más sombrío lleno de silencios y desesperanzas. La adecuada percepción del humor básico por el terapeuta en los primeros minutos puede orientar la forma de conducir la sesión y las intervenciones terapéuticas necesarias. Un riesgo de esta etapa de la entrevista es que el terapeuta se deje cautivar por los contenidos de tan variados e importantes temas y se quede *solo* en el contenido, perdiendo de vista el proceso relacional. No quiero decir aquí que el contenido no sea relevante, si lo es, pero solo en la medida que ilumina el proceso. Si la sesión se centra en el contenido, ésta se transformará en una secuencia repetitiva de quejas y defensas, de peticiones al terapeuta de dirimir, de confusión y sensación de que la entrevista va a la deriva. La consecuencia negativa de esto para la terapia, es que en este clima de sesión con rapidez puede aparecer el juicio de valor y lo que es más serio es que este juicio provenga del terapeuta.

Los terapeutas debemos centrarnos en el proceso. Entendemos por proceso una clase de interacción de un nivel recursivo superior que da cuenta de cómo se organizan las pautas de relación, con sus respectivos contenidos repletos de atribuciones y significados, las emociones correspondientes y como este devenir cursa en una determinada temporalidad. Así proceso y contenido no se oponen sino que pertenecen a niveles lógicos diferentes. Esto es, el proceso contiene al contenido y al emocionar. Así el error frecuente del terapeuta es centrarse solo en el contenido, en las atribuciones y en la inevitable consecuencia del juicio de valor. Si el contenido se ve a la luz del proceso podemos entender entonces como se organiza la atribución de significados, que pautas de relación se despliegan y como es el emocionar de esta danza. Permitir que esto pase es el rol del terapeuta en esta primera entrevista y en todas las sesiones. Si esto no ocurriera las conversaciones desplegadas en sesión no se diferenciarían en nada de las conversaciones infructuosas tenidas ya muchas veces entre la pareja o con terceros no expertos. (familia, amigos, consejería). Con esto no quiero decir que estas conversaciones no sirvan, sirven para soluciones a conflictos de menor complejidad que en general se resuelven en esas instancias y estas parejas no llegan a terapia. Cuando las parejas consultan al terapeuta es por que esperan que el terapeuta los ayude a abordar el problema desde una nueva mirada ya que las intentadas han fracasado. En general esta nueva forma requiere de una perspectiva de un nivel lógico superior.

Que las parejas puedan experimentar el proceso requiere que ellos salgan de “las trampas del contenido” y puedan mirar y vivir la relación y los conflictos de una perspectiva de otro nivel lógico, desde la perspectiva del proceso. Solo al hacer esto, es decir al mirar las pautas, sus reglas y la organización involucrada y el emocionar relacionado, las parejas podrán encontrar una nueva forma de interactuar y sentir.

La forma como los terapeutas conduzcamos esta entrevista permitirá que el problema se despliegue ya en esta primera sesión de una manera diferente. En esta etapa

son relevantes dos clases de preguntas: *las preguntas circulares y las preguntas por las emociones.*

Las preguntas circulares. En la tradición de la terapia sistémica estas preguntas son claves para mirar el proceso. Se refieren a preguntar por las pautas en forma directa o cruzada a cada miembro de la pareja, de la forma: *¿Qué hace Ud. cuando eso ocurre? ¿Quién hace que a quién?, ¿Cuándo Ud. hace eso que hace él?...¿Que hace ella?.* Al preguntar reiteradamente por la pauta aparecerán la organización y las reglas.

Las preguntas por las emociones. Consiste en conocer cual es el emocioar tras las pautas y contenidos. Se refiere a preguntas de la forma. *¿Qué siente Ud. cuando el o ella dice eso ...o hace eso? ¿Que cree Ud. que el o ella siente cuando Ud. dice o hace eso?.*

Al preguntar reiteradamente sobre el emocioar, hay una conciencia de ambos cónyuges sobre el emocioar propio y del otro. Aparecen la pena, la rabia y el miedo y se hacen concientes el dolor, el abandono, el desamparo y la ofensa. En una pareja las más de las veces uno se queja y critica y el otro se defiende y contraataca o se retira o huye. Si nos quedamos solo en el contenido habrá una escalada de atribuciones negativas y descalificaciones y la pareja dejará de escucharse para caer en la desesperanza y la frustración. Al hacer preguntas circulares comenzará a develarse la pauta y su repetición. Al hacer preguntas por las emociones se podrá hacer escuchar al que huye y podrá hacer al que crítica contactarse con sus fragilidades tras la rabia. Si a esto agregamos una comprensividad significativa sobre como se construyó el conflicto (ruido significativo, esto es: familia de origen, diferenciación u otros modelos de significados) estaremos en pleno proceso terapéutico.

Cuando se despliegue el problema será rol nuestro permitir que estas conversaciones sean posibles, no obstante en general no es tan fácil conocer qué tipo de interacciones están ocurriendo. En las conversaciones centradas en el contenido, las conversaciones están centradas en y hacia el terapeuta en vez de entre la pareja, hay interrupciones, nadie se escucha, se pasa de un tema a otro, hay sentimientos de confusión y frustración. Hay descalificación y juicios de valor. Los terapeutas nos ponemos inquietos, incómodos físicamente nos ponemos controladores y autoritarios, nos triangulamos y aparecen los juicios de valor. La sensación general es que la sesión no va para ninguna parte. Cuando las conversaciones cambian hacia una forma centrada en el proceso aparece la interacción entre los cónyuges, cambia el clima emocional hacia las emociones desplegadas y su inicio lo marca el “silencio terapéutico” aparecen espacios de silencios reflexivos, los miembros de la pareja se contactan con sus emociones y fragilidades y el terapeuta comienza a vislumbrar lo que esta ocurriendo, está más callado y reflexivo. En este momento estamos en terapia.

Recursos de la pareja. Una vez desplegado el problema y cuando ya hayamos hecho una lectura del proceso y del clima emocional es necesario buscar los recursos de la pareja. En general hay tres preguntas que pueden conducir la conversación en ese sentido: *¿Qué le gustó al uno del otro cuando se conocieron?, ¿Qué es lo que ha mantenido esta relación a pesar de las dificultades?, ¿Qué es lo rescatable de esta relación?.* En las parejas difíciles hay distorsión negativa de la memoria y no es fácil mantener la conversación en los recursos. La observación y devolución de información no verbal que refleje respeto, consideración y cuidados puede mostrar a la pareja recursos no suficientemente vistos o valorados.

Devolución, cierre y organización del proceso terapéutico

El objetivo central de una primera sesión es iniciar la creación de una alianza terapéutica, bosquejar algunas hipótesis y organizar formalmente la terapia.

Tal vez uno de los aspectos más difíciles en terapia además de leer el proceso sea cuando y cómo devolver lo que uno lee. La oportunidad de lo anterior en general está relacionada con el vínculo y la alianza establecida con la pareja. Los errores por apresuramiento e interpretaciones precoces solo retardarán la co-construcción de dicha alianza. Un aspecto importante a considerar tanto en el despliegue del problema, como en la devolución es tener un diagnóstico aproximado de cuán seguro es que los cónyuges expongan sus fragilidades ante el otro. Si existe una relación abusiva la información sobre el otro puede ser utilizada por el cónyuge abusivo para descalificar e intimidar. Así es aconsejable conocer cuanta intimidad es posible desplegar en las sesiones, por lo menos durante el primer tiempo de la terapia.

La devolución considera tres aspectos: **el clima emocional en sesión, intervención en las pautas relacionales y proposición y apertura a nuevas posibilidades de significados**

El clima emocional se refiere tanto a los aspectos de la pareja en relación con el terapeuta, como del clima entre los miembros de la pareja. Los terapeutas para conocer lo que ocurre en una interacción, recurrimos a leer los climas. Estos probablemente son la percepción emocional que nos dejan las coreografías del sistema terapéutico. Es decir lo que nos ocurra emocional y físicamente servirá para tener algún nivel de percepción del clima emocional de la sesión. Así cuando tengamos, activos, aburridos o controladores nos pongamos, lo que junto a las percepciones sobre sentimientos de pena, rabia, o miedo desplegados en sesión nos orientarán hacia la naturaleza del clima emocional. La percepción y devolución total o parcial de como hayamos observado las interacciones emocionales de la pareja, cuales han sido las emociones desplegadas, el contacto visual, las cercanías y contactos físicos, darán cuenta de diversos aspectos sobre el vínculo.

La intervención en las pautas relacionales darán a la pareja la posibilidad de mirar las interacciones en que están atrapados, lo repetitivo y lo ineficiente de estas para resolver el problema y la forma como estas se ligan con las emociones de cada miembro de la pareja. Más que devolver concretamente las pautas relacionales percibidas por el terapeuta, se intervendrá en ellas para que se develen, ya sea, a través del trabajo con los sentimientos y/o con el uso de símbolos y metáforas aportadas por cada miembro de la pareja. Aquí el terapeuta podrá devolver según su criterio algunos elementos de la interacción observada que inciden en el pronóstico, tales como el nivel de crítica, defensividad, desprecio, inexpresividad emocional e intentos de reparación. Es importante destacar la importancia de los recursos y sentimientos positivos con que la pareja cuenta para la resolución de los conflictos más que devolver explicaciones basadas meramente en el ámbito de lo racional.

Otros aspectos a considerar aquí son cuán válida es la interlocución, cual es la legitimidad que cada miembro de la pareja le otorga al otro, cual es el nivel de intimidad, pasión y compromiso observados..

Proposición y apertura a nuevas posibilidades de significados. A veces ya en esta primera sesión el terapeuta podrá establecer algunas relaciones de significado que le

den sentido a las pautas del proceso y a las emociones involucradas. Estas relaciones de significado se pueden establecer desde varios modelos teóricos como son por ejemplo, la familia de origen, el nivel de diferenciación, las lealtades familiares y el contexto donde se han desplegado ciertas narrativas familiares. Este “dar sentido” o “otorgar ruidos significativos”, permite a la pareja mirar desde otra perspectiva las pautas y las emociones, es como si al observar el despliegue de sus propios dramas y narraciones, estas nuevas significaciones pueden tener el efecto de una experiencia emocional correctiva, modificar la pauta relacional y producir alivio y esperanza.

Propuesta terapéutica. Se le plantea a la pareja organizar el proceso en al menos dos etapas. Una primera de evaluación (e intervenciones), con los objetivos de tener más información sobre el proceso relacional y eventualmente sobre la historia en relación con las familias de origen. Permitirá además conocer el real interés de la pareja en la terapia, el cumplimiento en la asistencia y puntualidad. Le permitirá a la pareja evaluar como se sienten con el terapeuta, cuan contenidos y entendidos se sienten y si la forma de enfocar el problema les es útil. Es en esta etapa en que se tendrá que consolidar una alianza terapéutica. La alianza terapéutica es uno de los factores de la terapia que dan mayor cuenta de la varianza del cambio. Al término de esta etapa de evaluación (en general de tres a cinco sesiones) se organizará la terapia en términos de objetivos, focos terapéuticos y aspectos formales tales como frecuencia y encuadre terapéutico en general.

Instrumentos de evaluación

Los instrumentos de evaluación pueden ser útiles en tanto recopilan información de utilidad para la terapia, cuantifican la observación y pudieran ser de utilidad con fines de investigación de la casuística del terapeuta. También pueden ser útiles en definir algunos focos de tratamiento.

La escala más usada en este sentido por nosotros es la Escala de Ajuste Marital de Locke – Wallace (LWMAT). La (LWMAT) es una escala para evaluar satisfacción y ajuste marital en el momento actual, da una impresión global de la situación marital, pero es débil para predecir pronóstico o para hacer seguimientos de resultados terapéuticos. El punto de corte es de 100 (las parejas satisfechas tienen un puntaje de aprox. de 100 y más.

Primera Entrevista de Pareja

N° _____

A. Antecedentes y Motivo de Consulta

1. Nombre _____ 2. Edad _____

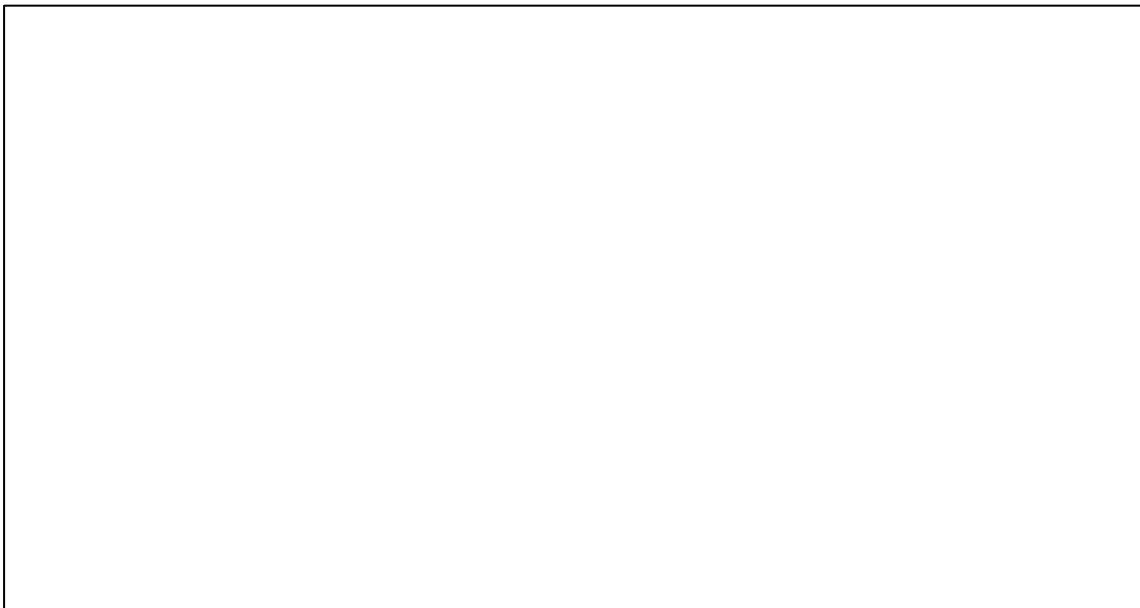
3. Actividad _____ 4. Estudios _____

5. Nombre _____ 6. Edad _____

7. Actividad _____ 8. Estudios _____

9. Estado Civil _____ 10. Hijos _____

11. Genograma (Familias de origen, relaciones previas, duración de la relación actual, hijos propios y del cónyuge)



12. Como se construyó la consulta: (Quién llamó?, Como fue la referencia?, Que conversaciones hubo sobre la decisión de venir?)

13. Motivo de Consulta. (Descripción del problema, historia del problema, soluciones intentadas, terapias anteriores).

Contenidos del motivo de consulta (Marque con una x, 1 o más posibilidades)

| | | | | |
|--------------------------|---------------------|------------------------|--|---------------------------------------|
| Demostraciones de afecto | Sexualidad | Educación de los hijos | Finanzas | Familias de origen |
| Violencia | Temas de recreación | Amistades | Filosofía de vida (creencias, valores) | Convencionalismos (deberes, derechos) |

B. Despliegue del problema y Recursos de la pareja

Despliegue del problema

1. Breve descripción de los contenidos:

2. Descripción de las pautas relacionales:

3. Descripción del clima emocional y de los sentimientos

Recursos de la pareja

Que les gustó al uno del otro al elegirse? Que es lo rescatable de la relación ? Que es lo que a pesar de todo los ha mantenido juntos?

C. Expectativas de ayuda.

¿En que los podría ayudar el venir a esta terapia?

D. Notas sobre la devolución y sentimientos involucrados

E. Hipótesis

1. Sistémica (pauta relacional, atribución de significados, creencias)

2. Emocional (sentimientos involucrados, tipo de apego, intimidad, pasión, compromiso)

3. Vincular (naturaleza del otro, interlocución válida, cuidados, contención)

4. Otras Hipótesis (psicología individual, psiquiátricas y médicas)

E. Pronóstico inicial(Descripción de los indicadores de pronóstico: crítica, defensividad, burla, indiferencia, intentos de reparación)

F. Organización de la Terapia (sesiones de evaluación, focos terapéuticos, horas, setting, contrato terapéutico, n° sesiones)

Marque solo una alternativa:

Cuando surge un desacuerdo, generalmente terminan en que:

a) cede el marido_0__ b) cede la mujer __2_c) ceden ambos_10__

Ud. y su pareja tienen intereses en conjunto:?

a) todos_10__ b) algunos_8__ c) muy pocos_3__ d) ninguno_0__

En sus tiempos de ocio, Ud. generalmente prefiere:

a) salir___ b) quedarse en casa_____

Su pareja generalmente prefiere:

a) salir___ b) quedarse en casa_____ (ambos salir 3, ambos estar en casa 10, desacuerdo 2)

Alguna vez ha deseado no haberse casado? :

a) frecuentemente__0_ b) ocasionalmente_3__ c) rara vez_8__ d) nunca_15__

Si Ud. volviera a vivir, Ud. piensa que:

a) se casaría con la misma persona_15__ b) se casaría con una persona diferente__0_ c) no se casaría_1_

Ud. confía en su pareja:

a) casi nunca__0_ b) rara vez__2_ c) en la mayoría de las cosas_10_ d) en todo_10_

Bibliografía

1. Korcoran K., Fischer J. Locke-Wallace marital adjustment test. Measures for Clinical Practices. Vol. 1. The Free Press. New York, 1994