

Atención terapéutica a la pareja: la infidelidad, una herida ética

Nicolás Paz Alcalde

Universidad Pontificia de Salamanca

Resumen

La infidelidad representa un alto porcentaje de los motivos de consulta en psicoterapia lo que invita a una reflexión y comprensión de la infidelidad que tenga en cuenta una perspectiva de la misma que permita abordar las sesiones terapéuticas con mayor efectividad.

Muchas de las investigaciones y prácticas terapéuticas han abordado el fenómeno desde una concepción exclusivamente psicológica. El presente trabajo pretende, sin obviar las consecuencias y causas psicológicas de la infidelidad, plantear el acontecimiento como una *herida ética* que afecta al fenómeno relacional y a los valores que originaron y construyeron la propia pareja. Desde esta perspectiva, propone abordar la infidelidad de cara a la práctica terapéutica como un problema de dimensiones éticas y, por tanto, con soluciones en el plano de los valores tanto a nivel preventivo como estrictamente terapéutico.

Palabras clave: pareja, infidelidad, comunidad ética, herida ética

Abstract

Infidelity represents a high percentage of the reasons given for seeking psychotherapy consultations. Should we not then consider infidelity from a perspective that will allow the maximum effectiveness of the therapy sessions?

Much of the research and therapeutic practices to date have approached the phenomenon from a purely psychological position. This current study considers infidelity as an *ethical injury* affecting the relational phenomenon and the values upon which the relationship is founded. From this position, it proposes dealing with infidelity in therapeutic practice as a problem of ethical dimensions. Solutions would be proposed along a value scale, ethical or moral, that would suggest solutions that are as much preventive as strictly curative.

Keywords: couple, infidelity, ethical community, ethical injury.

Hacia una definición de pareja

En la práctica terapéutica, probablemente, el primer escollo siempre es el de contar con un apropiado marco teórico y una serie de definiciones bien delimitadas que permitan abordar la práctica profesional con efectividad evitando tanto una artificial complejidad conceptual como una aproximación excesivamente reduccionista al fenómeno.

Por ello, el primer paso en terapia de pareja-no siempre lo suficientemente explicitado como pudiera esperarse- es el de contar con un concepto de pareja más o menos satisfactorio, operativo y funcional que nos permita trabajar dentro de un contexto terapéutico claro.

En nuestro mundo actual, las estructuras de las parejas parecen ser tan variadas y multiformes que resulta sumamente difícil una definición unívoca¹. Sin embargo, esto no significa aceptar que sea imposible definir de algún modo a las parejas así como sus rasgos y características fundamentales y comunes, especialmente cuando en la praxis cotidiana podemos distinguir con nitidez, acierto y no demasiada dificultad entre parejas y no-parejas. Tan sólo debemos tener en cuenta que el concepto de pareja que utilizamos es siempre tomado de modelos sociales y culturales. Esto implica asumir con humildad pero sin complejos que toda definición aquí establecida se circunscribe a una mirada desde una antropología de la pareja occidental imbuida de la tradición judeo-cristiana.

De este modo, sin ánimo de ser exhaustivo y entendiendo que, en el complejo mundo de las relaciones humanas y más concretamente en el de las relaciones de pareja, probablemente haya que concluir que existen tantos tipos o conceptos de pareja como parejas existen en el mundo, podemos afirmar que existen ciertos rasgos comunes que definen una relación de pareja como son la pasión, la intimidad y el compromiso. Rasgos todos ellos constitutivos de lo que entendemos por amor² y que, en nuestra cultura occidental hoy, sería el elemento fundamental para la constitución de lo que entendemos como pareja³.

¹ "En última instancia, una característica de la pareja sería que no admite una definición simple. La relación de pareja tiene la propiedad de adoptar múltiples formas sin dejar de ser identificable como tal. Por tanto, puede resultar engañoso, arriesgado incluso, intentar circunscribirla al marco de una definición exhaustiva, que siempre dejaría fuera algunos aspectos significativos" (CAILLÉ, P., *Uno más uno son tres*, Paidós, Barcelona, 1992, p. 21).

² Cf. STENBERG R., *El triángulo del amor. Intimidad, pasión y compromiso*, Paidós, Barcelona, 1989.

³ "La motivación de la mayoría de las personas para constituir un nuevo sistema familiar es el amor" LOPEZ, H., *Pautas de transmisión de valores en el ámbito familiar*, Tesis doctoral, Universidad de Murcia, 2005, p. 28.

La *pasión* serían todas aquellas actitudes y acciones demostrativas del interés, deseo y atracción por el otro; la *intimidad* haría referencia a la posibilidad de acceso a lo más íntimo del otro, abarcando tanto la intromisión en lo corporal como en lo emocional. Está relacionada con el apoyo afectivo, la comunicación de asuntos personales y profundos a la pareja, la confianza, la seguridad que se siente con y en el otro, la capacidad para compartir temas y preferencias comunes pero también aspectos económicos, emocionales, valores y en definitiva, una vida común y un proyecto de vida juntos; el *compromiso*, por su parte, representaría además la decisión de cristalizar el vínculo. Hace referencia al interés y responsabilidad que se siente por el otro y por la decisión de mantener dicho interés y responsabilidad a lo largo del tiempo y a pesar de las posibles dificultades que pudieran surgir, debido a que se cree en lo especial de la relación. El compromiso establece así una voluntad renovada de permanencia afectiva.

El marco de pareja que aquí planteo es, por supuesto, un marco *ideal*, una definición regulativa que adquiere su valor fundamental en tanto que nos sirve de norte a la hora de marcar nuestras intervenciones terapéuticas. Los elementos descritos (pasión, intimidad y compromiso) que componen la definición ideal de pareja nos sirven para dirigir nuestro trabajo en orientación familiar y terapia de pareja en tanto nos marcan referentes regulativos. No significa que la ausencia parcial de estos elementos anule de por sí la existencia de la pareja ni que no existan parejas con ausencia total de alguno de los tres elementos. Entendemos que, en terapia, trabajamos precisamente con parejas que se encuentran en una situación particular de daño, crisis o herida en relación a estos elementos.

Atendiendo a estos tres componentes, podríamos definir la pareja como *la relación entre dos personas que establece un vínculo entre ellas cualitativamente diferente del que puede darse en otros vínculos, que se caracteriza además por una permanencia en el tiempo y una voluntad de continuidad y en el que se produce una vida afectiva íntima, sexual y emocionalmente, con intercambios económicos y el deseo y compromiso de compartir un futuro juntos en un proyecto vital de sentido*⁴.

De cara a delimitar más explícitamente el marco conceptual y de actuación acotaré el concepto de pareja a aquellas que desarrollan una convivencia pública –ni oculta ni secreta– cuya unión puede estar formalizada en forma de matrimonio o no pero que pretende

⁴ He tenido en cuenta de cara a elaborar esta definición también las definiciones jurídicas de matrimonio y pareja de hecho, de cara a hacer una definición lo más inclusiva posible pero sin limitarla al tipo de pareja exclusivamente matrimonial. Ver, por ejemplo, HERNÁNDEZ ESCRIG, A., *El concepto de pareja de hecho y sus elementos configuradores*, El País, julio 2011 o POU AMPUERO, F., *Constitución de pareja estable y consentimiento*, Revista Jurídica de Navarra, nº 46, pp. 209-220, julio-diciembre 2008.

una comunidad de vida estable y duradera, en la que existe una convivencia con contenido sexual. Descarto además, de cara al tratamiento de la infidelidad dentro de la pareja, aquellas parejas denominadas *abiertas*, es decir, que no tienen un pacto de exclusividad sexual o emocional entendida en el sentido clásico, aquellas otras que por estar en una fase todavía demasiado iniciática no han alcanzado a autodefinirse o *sentirse como* pareja y aquellas que, por razones culturales, practican la poligamia.

Enmarco, así mismo, esta definición dentro de una idea de pareja entendida dentro de la teoría sistémica, es decir, la pareja como sistema dinámico vivo en proceso constante de crecimiento, sometido a reglas y en el que sus elementos (tú, yo y nosotros) se modifican también dentro de sistemas más amplios (sistema familiar, sistema social) y a lo largo de los diferentes ciclos vitales. La pareja además sería un tipo de organización que supone algo más que la suma de sus partes; no es homogénea, supone la diferencia, los contrastes, las variaciones y las inestabilidades que pretenden la estabilidad⁵.

La pareja como “comunidad ética”

Ahora bien, la presente propuesta terapéutica desea además plantear, dentro de esta misma definición, cómo la pareja es por su naturaleza una comunidad y, en concreto, un tipo particular de comunidad a la que he denominado *comunidad ética*. La tesis que defiendo aquí es que comprender esta dimensión de la pareja nos permitirá abordar con mayor efectividad algunos de los problemas que le son propios a las relaciones de pareja, como es el caso, por ejemplo, de la infidelidad.

Definir la pareja como comunidad no es ninguna novedad. Ya Alberoni⁶ define la pareja como una *comunidad viva* que utiliza todos sus individuos, todas sus energías, todos sus conflictos, todas las creaciones para crear y proseguir. Esta comunidad sería creada por los miembros de la pareja pero a su vez la misma comunidad crearía, moldearía, indicaría fines y valores.

Una comunidad⁷ sería, por tanto, un grupo de individuos en constante transformación y evolución, que en su interrelación generan pertenencia, identidad social y conciencia de sí como comunidad; lo cual les fortalece como unidad y potencialidad social. Este grupo

⁵ Cf. DE LA SPRIELLA, R., *Terapia de pareja: abordaje sistémico*, Revista Colombiana Psiquiatría, vol. 37, Suplemento nº. 1, 2008, pp. 175-186.

⁶ Cf. ALBERONI, F., *Te amo*. Gedisa, Barcelona, 1996.

⁷ Cf. MONTERO, M., *La Psicología comunitaria: orígenes, principios y fundamentos teóricos*, Revista Latinoamericana de Psicología, vol.16, nº 003, Bogotá, 1984, pp. 387-400.

social y dinámico compartiría problemas e intereses en un tiempo y espacio determinado, haciendo realidad y vida cotidiana.

De este modo, se consideraría que hay comunidad cuando se dan al menos tres elementos: pertenencia, interrelación y cultura común. La *pertenencia* se refiere al sentimiento de comunidad, esto es, al *sentirse parte de, perteneciente a*. Es el sentimiento de formar parte de una estructura mayor. Supone, además, el sentimiento de que los miembros importan los unos a los otros y al grupo, y una fe compartida de que las necesidades de los miembros serán atendidas mediante su compromiso de estar juntos. La *interrelación* es la existencia de contacto y comunicación entre sus miembros así como mutua influencia. Hace referencia a la capacidad de inducir al otro a actuar y pensar de determinada manera; es el sentir que tu opinión será escuchada dando lugar a la bidireccionalidad de la información. La *cultura común*, por su parte, supone la existencia de significados compartidos. Esto significa que una comunidad, para ser considerada como tal, deberá compartir una cierta visión común del mundo y la vida cotidiana. Esta cultura común se construye y reconstruye constantemente en el proceso comunicativo y contiene interpretaciones compartidas –representaciones sociales propias– de las experiencias vividas en común.

La comunidad además supone la integración y satisfacción de necesidades. Los beneficios que el individuo puede recibir por formar parte de la comunidad son múltiples: estatus, popularidad, respeto, ayuda material o psicológica, etc. Pero eso implica también una serie de responsabilidades y obligaciones con respecto a la propia comunidad creada. Es decir, y de acuerdo con la concepción adleriana⁸, la comunidad constituye el marco ético para la valoración de un acto humano. La comunidad establece normas y exigencias que sirven de referencia para el individuo, pero a la par es el conjunto de los individuos que forman y revisan constantemente este marco normativo.

La pareja es, evidentemente y de acuerdo con esta definición, una comunidad de dos en la que existe pertenencia, interrelación y cultura común. Pero, además es una *comunidad ética* pues establece normas y exigencias de carácter ético a sus miembros. De esta *comunidad ética diádica* se derivan una serie de obligaciones y responsabilidades, muchas de las cuales quedan incluso reguladas legalmente en el caso de matrimonios y parejas de hecho.

La pareja es en sí misma un marco ético para sus miembros a pesar de estar, a su vez, inscrita dentro de un marco ético más amplio, la sociedad. Tanto es así que el cónyuge o persona unida por relación de hecho análoga a la matrimonial no tienen obligación de declarar

⁸ Cf. OBERST, U., *Salud Mental y ética: el concepto de sentimiento de comunidad en la psicología de Alfred Adler*, Revista Persona, n° 5, Universidad de Lima, Lima, 2002, pp. 131-148.

contra este si fuera procesado por hechos delictivos⁹. Como vemos, la especificidad del marco ético de la pareja se ve, en ocasiones, enfrentado con marcos éticos más amplios, en donde el referente ético de la pareja es incluso protegido a nivel jurídico, lo cual implica que la pareja es también un valor ético de carácter público o social.

La pareja, en tanto que proyecto de vida en común, es el comienzo de creación de un nuevo núcleo familiar entre dos personas procedentes de sistemas familiares de origen distintos¹⁰. En este sentido, como señala Ramón Mínguez Vallejos¹¹, no puede reducirse al mero intercambio interesado y gratificante entre sus miembros. Este proyecto de vida en común encuentra su justificación en una estructura superior a la individualidad de cada uno de ellos. Es por ello que definiendo la comprensión de la pareja dentro de una dinámica de relación ética. El carácter ético de la vida en pareja se expresa en que es un espacio de reconocimiento moral y acogida del otro, una comunidad de cuidado y protección mutua pero también una comunidad dialógica en la que cada miembro es reconocido como un interlocutor plenamente válido. El cuidado, la protección y el diálogo son actitudes de consideración y acciones hacia el otro que incluyen sentimientos de reconocimiento, preocupación, responsabilidad y afecto para atender sus demandas. La relación de pareja es además una relación de reciprocidad asimétrica, un intercambio no calculado de dar y recibir. Un espacio privilegiado, una estructura de recepción y encuentro con el otro. En definitiva, un *espacio de alteridad* en el que el yo tiene la posibilidad de proyectar, al lado del otro, otra forma de ser yo. La pareja construye, en su dinámica interna, una comunidad diádica que comparte unos valores y que, al mismo tiempo, permite a cada miembro aprender a ser persona en y desde tal comunidad, en diálogo continuo.

Esta comunidad es además *ética* porque la condición de posibilidad de todo acto ético es la libertad del individuo y la pareja se forma en tanto que acto de libertad. La adhesión a esta *comunidad ética* y la permanencia en ella deben ser siempre voluntarias. La pareja es –o debe ser– una asociación voluntaria cuyo fin es el bien común. Si la formación de la pareja se fraguó dentro del contexto de la libertad, la responsabilidad ética es un hecho que debe ser asumido por los miembros de la misma. Para el desarrollo de la moralidad en las relaciones con los otros, el individuo (el yo) tiene que asumir una identidad moral intersubjetivamente reconocida (por el *tú*), como miembro

⁹ Ver, por ejemplo, art. 416 de la Ley española de Enjuiciamiento Criminal así como el art. 24 de la Constitución Española que lo ampara.

¹⁰ Esto es especialmente cierto en el caso de la cultura occidental con el fin de prevenir el incesto. No así, en otras culturas que precisamente pueden intentar favorecer la continuidad cerrada de los grupos familiares.

¹¹ Cf. MINGUEZ VALLEJOS, R., *Ética de la vida familiar y transmisión de valores morales*, Revista de Educación, 363, Madrid, Enero-Abril 2014.

de un *nosotros*. Ese *nosotros* es la pareja. Y es el *nosotros* de la pareja el que establece la identidad moral intersubjetivamente reconocida de sus miembros dentro de la misma. Kant llama a esto “una unión de hombres bajo meras leyes de virtud” o “comunidad ética”¹².

La infidelidad y la fidelidad

¿Qué papel juega, entonces, la fidelidad y la infidelidad dentro de esta comunidad?

*Podemos definir a la infidelidad como la ruptura de un contrato, acuerdo o pacto implícito o explícito, en el cual uno de los dos miembros en una pareja, tiene algún tipo de relación con una tercera persona. (...) El tema fundamental para hablar de infidelidad es la ruptura del contrato que se había establecido. El mismo, que muy pocas veces está explicitado, suele ser tácito en la mayoría de los casos y en él, ambos miembros de la pareja acuerdan frecuentemente mantener un vínculo de exclusividad sexual y afectivo. Al romperse o incumplirse ese contrato entre los miembros de la pareja, se pone en cuestión la confianza y la palabra empeñada, dañando la relación*¹³.

*Williamson (1977) por su parte, define la infidelidad como el hecho de engañar al cónyuge, violando una cláusula del contrato inicial, pues la infidelidad tiene que ver con el sentido de propiedad que varía según la cultura*¹⁴.

*La infidelidad significa transgredir, quebrar, el pacto tácito de exclusividad sexual con la persona que hemos escogido libremente como pareja. Compartir algo, el cuerpo por lo menos, que no habría de ser compartido por alguien más que no fuese mi pareja. Lo que verdaderamente duele es la ruptura de un pacto establecido*¹⁵;

La infidelidad supone una ruptura de contrato, es decir, una ruptura del mismo marco ético de valores que dio origen a dicha pareja.

Ambas palabras (fidelidad e infidelidad) derivan de la palabra Fe, ésta a su vez deriva del vocablo latino Fides, que significa entre sus acepciones: fe, confianza, crédito, buena fe, palabra dada. (...) El prefijo “in” es un privativo o negativo, también derivado del latín. El campo semántico de la

¹² KANT, I., *La Religión dentro de los límites de la mera Razón*, Alianza, Madrid, 2001, p. 118.

¹³ MARTIN CAMACHO, J., *Fidelidad e Infidelidad en las relaciones de pareja*, Dunken Ediciones, Buenos Aires, 2004, p. 10.

¹⁴ ROMERO PALENCIA, A.-RIVERA ARAGÓN, S.-DÍAZ LOVING, R., *Desarrollo del Inventario Multidimensional de Infidelidad (IMIN)*, RIDEP, n° 23, vol. 1, 2007, pp. 121 – 147, p. 123.

¹⁵ ZUMAYA, M., BROWN, C., BAKER H., *Las parejas y sus infidelidades*, Revista de Investigación Médica Sur, vol. 5, n° 3, julio-septiembre 2008, pp. 225-230, p. 226.

*palabra fidelidad incluye principalmente el tema de la confianza, la fe y la palabra empeñada, por lo tanto se alude a la infidelidad cuando existe una ruptura, ausencia o falta de confianza o fe. Es significativo que esta palabra derive del latín y reciba de esta civilización no sólo el origen etimológico, sino también la significación propia de una cultura...*¹⁶

Muchas veces se ha intentado identificar y reducir el concepto fidelidad al de monogamia entendida ésta como trasunto evolutivo de la misma. Esto supondría reducir la infidelidad a una cuestión biológica en la que se analizan las causas de la misma y se describe el fenómeno como “naturalmente” inevitable. Sin embargo, la biología y la ecología del comportamiento lo tienen claro a este respecto: la monogamia genética, que supone el acceso sexual exclusivo y permanente entre un macho y una hembra concretos, es un mito, no existe.¹⁷ Por tanto, como señala el psiquiatra Carlos Sirvent, en términos biológicos *la pregunta evolutiva no es ¿por qué somos infieles? sino ¿por qué somos fieles?, o, lo que es igual ¿cuál es el origen de la fidelidad y el compromiso?*¹⁸

La fidelidad no es reducible al acto biológico de la monogamia –que por otro lado, ya vemos que no existe de modo genético– ni es posible explicarla en términos exclusivos de adaptación evolutiva por las necesidades requeridas en la crianza de los hijos¹⁹. De hecho estas mismas identificaciones erróneas es lo que probablemente ha llevado a diferenciar entre infidelidad sexual e infidelidad emocional, estableciendo ya de este modo que la infidelidad es un concepto que va más allá de lo exclusivamente sexual.

La infidelidad sexual refiere a actividad sexual con alguien más además de la pareja estable (Shakelford, LeBlanc y Drass, 2000). La infidelidad emocional ocurre cuando uno de los miembros de la pareja centra sus fuentes de amor romántico, tales como tiempo y atención en alguien más (Shakelford, et al., 2000). No obstante existen ligeras discrepancias a este respecto. Algunos autores consideran infidelidad el involucramiento sexual, con o sin involucramiento emocional (Afifi, et al., 2001; Atwood y Seifer, 1997) mientras que otros consideran que el acto de infidelidad se centra en la trasgresión a la exclusividad y el engaño y los secretos, más que en el aspecto sexual (Brown, 1991; Pittman; 1989; Williamson, 1977)²⁰.

Este tipo de diferenciaciones sólo tienen sentido en cuanto afectan a los “términos del acuerdo de pareja”. Es decir, la cuestión sobre

¹⁶ MARTIN CAMACHO, J., *Ibid.*, pp. 11-12.

¹⁷ DEL ABRIL ALONSO, A. (VV. AA), *Fundamentos de Psicobiología*, Sanz y Torres, UNED, Madrid, 2009, p. 196.

¹⁸ SIRVENT, C., *Fidelidad y compromiso en la relación de pareja (El trinomio fidelidad, compromiso y monogamia)*, Norte de salud mental, 2011, vol. IX, nº 40, pp. 57-71, p. 71

¹⁹ Cf. DEL ABRIL ALONSO, A. (VV. AA), *Ibid.*, pp 191-205.

²⁰ ROMERO PALENCIA, A.-RIVERA ARAGÓN, S.-DÍAZ LOVING, R., *Ibid.*, p. 123.

infidelidad sexual o emocional solo resulta de interés si la propia pareja hace esta diferenciación en su mismo acuerdo de relación. Dicho de otro modo, la diferenciación será importante si para dicha pareja en concreto la fidelidad sexual es un valor o si lo es sólo la fidelidad emocional o si lo son ambos. Este trabajo asume, como ya señalé en la introducción, que en la pareja existe un pacto en ambos términos.

Sin embargo, lo verdaderamente importante es entender que el origen de la fidelidad y, por tanto, del compromiso que entraña reside en un acto de naturaleza exclusivamente humana –no así la monogamia– que trasciende la biología. La fidelidad se da o se transgrede en el campo de las relaciones humanas como relación de alteridad. No basa su existencia o ausencia en un sustrato biológico sino en un acto de voluntad. Es una exigencia del *nosotros*, de la *comunidad ética pareja*. Se trata de un compromiso, de un pacto adquirido en libertad y por voluntad individual. Es la pareja y sus miembros la que establece libremente que la fidelidad es un valor del *nosotros*, de la comunidad establecida entre ambos. La fidelidad tiene su origen en la libertad humana.

Optar por la fidelidad es una decisión humana libremente escogida. Optar por la infidelidad también. Pero si la pareja ha establecido el valor fidelidad como valor propio común, quebrantarlo significa quebrantar un valor de la comunidad y, por tanto, superarlo no será, ni mucho menos, tarea fácil.

Esto no debe hacernos perder de vista la perspectiva antropológica de los valores. El valor fidelidad, por supuesto, es también un valor cultural definido en términos culturales concretos. Entender esto es clave a la hora de abordar el asunto. Probablemente, el término fidelidad en sentido amplio, como lealtad o palabra dada, pueda afirmarse como valor universalmente compartido. Pero, a pesar de ello, la fidelidad en la pareja adquiere definiciones culturales diferentes en función del lugar desde donde se origine²¹. De ahí probablemente también los diversos intentos de distinguir y clasificar los diferentes tipos de infidelidades²². Desgraciadamente, como en todo, aquí también tenemos que enfrentarnos con el relativismo tanto cultural como personal de cada uno de los miembros de la pareja. Cada uno percibirá la infidelidad con un nivel de importancia diferente e, incluso, contrapuesto. El primer paso es, por ello, definir los términos del acuerdo y los términos de la ofensa para uno y para otro.

²¹ “La diferencia conceptual de la infidelidad no está determinada por los roles de género sino principalmente por los valores culturales que varían de acuerdo al lugar de residencia (Díaz-Guerrero, 1984)”, en BONILLA MUÑOZ, P. (VV.AA.), *Causas de la infidelidad: estudio transcultural*, Universidad Intercontinental, México, pp 152-157, p. 156.

²² MARTIN CAMACHO, J., *Ibid.*, pp. 12-14.

La infidelidad como herida ética

En la comunidad creada *por* y *en* la pareja, las respuestas que damos a las demandas del otro son respuestas éticas basadas en un pacto implícito o explícito de responsabilidad hacia el otro. La fidelidad, como ya hemos señalado, es una elección libre; la infidelidad supondría un acto contra esos valores éticos establecidos. Aún más, probablemente la fidelidad no sea sólo un valor sino el garante de transmisión del resto de valores éticos establecidos por dicha pareja²³.

La infidelidad, además, afecta especialmente al fenómeno relacional, es decir, es un fenómeno que debemos situar más allá de los individuos mismos, pues no sólo ni principalmente les afecta a ellos en tanto que individuos sino a la propia relación, a la pareja en tanto que proceso relacional dinámico. La infidelidad se sitúa especialmente en el ámbito del *nosotros*, de la comunidad y de sus dinámicas.

Mélich²⁴ señala que la presencia del otro que me interpela es la experiencia ética. La fidelidad es una interpelación del otro, una exigencia. Ante el otro, distinto y asimétrico, sólo cabe una respuesta moral: el otro no me puede ser indiferente, sino que me impulsa y me dinamiza hacia él y para él. Así pues, el otro me obliga a hacerme cargo de él, a ser responsable. El otro (el *tú*) demanda la fidelidad del yo hacia él. Pero la fidelidad no es sólo una exigencia moral hacia el otro sino también hacia mí mismo pues ha sido establecida libremente por el yo. El yo exige fidelidad hacia sí mismo, fidelidad a sus valores, a su identidad moral. Y, al mismo tiempo, la fidelidad es una exigencia moral del *nosotros*, de la pareja, de la comunidad. Por eso, cuando se produce la infidelidad se atenta contra todos los elementos del fenómeno: el *tú*, el yo, el *nosotros* y la relación dinámica misma.

La infidelidad afecta a la fe, a la creencia en el otro, pero sobre todo, a la creencia en el *nosotros*, en la pareja, porque creer no es solamente creer en algo, también es creer en alguien, en las ideas que esa persona transmite y en los valores de los que es portadora. Creer viene del término latino *credere* que significa “dar crédito a” e indica claramente el afecto y la confianza. El término afín es “convicción” que procede del latín *cum vincere*, “vencer juntos” y *cum vivere*, “convivir”, todo lo cual indica a la vez una actitud colectiva, activa y combativa²⁵.

La fidelidad es un valor propio de la pareja en tanto que la sostiene y le da a cada integrante un sentimiento de pertenencia. Construye la realidad de la pareja y la diferencia de la realidad exterior a la misma. La fidelidad es la que ha constituido la *comunidad ética pareja*

²³ “La fidelidad entre los esposos es condición necesaria para la transmisión de valores”, LOPEZ, H., *Ibid.*, p. 89.

²⁴ Cf. MÉLICH, J.-C., *Ética de la compasión*, Herder, Barcelona, 2010.

²⁵ DELAGE, M., *La resiliencia familiar*, Gedisa, Barcelona, 2010, p. 119

y, como señala Jordi Sancho²⁶, lo que define la comunidad es la construcción mental –y por tanto subjetiva– de los individuos, que hace que, al compartir un repertorio de símbolos, se definan unas fronteras que los separan de otros individuos. Hablar de comunidad es hablar de fronteras. Y la fidelidad mutua es la base de dicha frontera frente a todo lo que representa el mundo fuera de la pareja.

Con la aparición de la infidelidad se rompen dichas fronteras. La *comunidad pareja* se resquebraja. Aparece una tercera persona cuya mera idea había quedado excluida por definición. Así que, cuando llega, rompe el equilibrio de dicha diada. Ya no hay un yo, un tú y un nosotros sino también un él o un ella y una multitud de triangulaciones que eliminan el horizonte del *nosotros* hasta entonces construido.

El miembro de la pareja que se ha mantenido fiel se siente invadido por un profundo sentimiento de injusticia. Su marco de referencia y pertenencia se ha derrumbado. En definitiva, la infidelidad se convierte en un trauma que hace tambalear el mito autoconstruido del nosotros. Y, como señala Michel Delage, todo traumatismo es una *herida ética*²⁷.

*En efecto, el traumatismo, conlleva el riesgo de una herida espiritual definitiva. Puede hacer que la víctima repudie todo aquello en lo que creía hasta entonces, que rechace el mundo de los valores, que se desentienda de las preocupaciones éticas y emprenda un camino destructivo, para los demás y para sí misma*²⁸.

Quizás pueda parecer algo exagerado considerar la infidelidad como un traumatismo, pero lo hago en el sentido de trauma ético o, como ya he señalado, de herida ética. El desmoronamiento del marco de referencia ética puede, efectivamente, desembocar en un desmoronamiento ético total si no existen otros marcos de referencia propios o externos lo suficientemente fuertes o si, el marco pareja era demasiado cerrado con vínculos relacionales demasiado fuertes como para permitir la reconstrucción de la identidad moral propia. En cierto sentido, tras la infidelidad los miembros de la comunidad se convierten en “apátridas”, la pertenencia se desgarrar y la comunidad que habían construido y que les albergaba ya no es un marco de referencia, especialmente para la persona que sí se ha mantenido fiel al pacto.

La infidelidad produce, sin duda, una herida ética o daño moral en la víctima de la infidelidad. Tanto es así que, del mismo modo que

²⁶ Cf. SANCHO J., *Por una reconstrucción del concepto de comunidad que sea de utilidad para el trabajo social* en HERNANDEZ ARISTU, J. (coord.), *Trabajo social comunitario en la sociedad individualizada*, Nau Llibres, Valencia, 2009, pp. 55-92.

²⁷ DELAGE, M., *Ibid.*, p. 184.

²⁸ *Ibid.*, p. 122.

jurídicamente se protegía, como vimos, el marco ético de la *comunidad pareja* frente al marco ético de referencia externo, la ley también abre la puerta a las compensaciones por los daños morales debidos a la infidelidad, al menos en el caso de las parejas matrimoniales. Es decir, protege el marco ético de referencia interno en relación a sus miembros, sus derechos y sus obligaciones.

...los deberes conyugales, y en particular el deber de fidelidad, constituyen una obligación legal jurídicamente exigible, pues son integrantes del núcleo mismo de la causa matrimonial, y si bien no revisten un carácter esencialmente patrimonial, sino más bien un marcado carácter ético, puede su incumplimiento, atendiendo las circunstancias, derivar en una pretensión indemnizatoria por parte del cónyuge afectado. (...)

(...) En efecto, somos partidarios del resarcimiento de los daños que derivan de una conducta infiel por parte de alguno de los cónyuges, tales como los extrapatrimoniales o morales sufridos por la humillación, deterioro de la familia, el honor, la “pérdida de hijos” que se creían propios,...²⁹

La fidelidad sería considerada así, desde el punto de vista también jurídico, como un valor de carácter ético a proteger y demandar. De este modo, no sólo la *comunidad ética pareja* reclama el valor fidelidad como propio sino que la *comunidad ética sociedad* lo hace suyo en tanto en cuanto la pareja es también *comunidad ética pública*.

Causas y consecuencias psicológicas de la infidelidad

Si atendemos a los diferentes estudios en el campo de la psicología sobre la infidelidad encontramos que existen dos factores que motivan principalmente la aparición de la infidelidad: por una parte, la insatisfacción percibida dentro de la relación de pareja y, por otra, la búsqueda de novedad y variedad sexual.

Sin embargo, esto no debe llevarnos a reducir la infidelidad, como han hecho algunos autores y terapeutas, al mero resultado de una mala relación previa. Entender la infidelidad como mero resultado sería un error. Existen múltiples motivaciones y estas no siempre implican una mala relación en la pareja primaria. A veces, el problema no reside en la relación de pareja sino en el individuo mismo. Otras, puede ser puramente una expresión de curiosidad, el deseo de nuevas emociones o un antídoto contra el aburrimiento³⁰.

²⁹ MENDOZA, P., *Daños morales por infidelidad matrimonial. Un acercamiento al derecho español*, Revista Chilena de Derecho y Ciencia Política, n° 2-2, diciembre 2011, p. 60.

³⁰ Cf. LAZARUS, A., *Mitos maritales*, Ippem, Buenos Aires, 1985, pp. 25-26.

...la insatisfacción no es el único factor que puede colaborar al inicio de una relación de infidelidad. Glass y Wright (1992) identificaron cuatro tipos de justificación para las relaciones sexuales extramaritales: La variedad sexual (experimentación sexual, excitación sexual, novedad, cambio), la intimidad emocional (retroalimentación intelectual, compañía, autoestima, respeto), la motivación extrínseca (avance profesional, por ejemplo) y el amor (recibir amor, enamorarse).

En relación a las consecuencias tampoco existe una respuesta unívoca:

Las consecuencias de la infidelidad pueden ser variadas, cambiando de un individuo a otro. Se pueden detectar dos grandes polos de las consecuencias percibidas a partir de un acto de infidelidad: Un polo negativo, donde la infidelidad promueve un mayor conflicto en la relación, pudiendo llegar a la disolución del vínculo o incluso a la violencia. Y un polo positivo donde la infidelidad puede colaborar a sostener o mejorar una relación deteriorada e incluso puede facilitar la revaloración de la pareja y la reconstrucción del lazo³¹.

Lazarus en relación a uno de los mitos maritales concluye también que:

El sexo extramatrimonial mantiene funcionando algunos matrimonios, no provoca cambios en otros y puede llegar a ser absolutamente destructivo. Pero es un mito que estas relaciones externas inevitablemente provoquen la disolución, ni son una prueba indiscutible de que “algo anda mal” en la pareja³².

En definitiva, no existen ni causas ni consecuencias únicas de la infidelidad. Se trata de un problema complejo con múltiples aristas. Sin embargo, lo que sí puede afirmarse es que tras la infidelidad se producen fácilmente una serie de consecuencias psicológicas inmediatas, especialmente en el caso del miembro que ha sido fiel. Aparecen emociones que van desde el enojo, la ira, el reproche hacia el otro y hacia uno mismo o los celos, hasta la pérdida de autoestima, la apatía, la ansiedad, la tristeza o, incluso, la depresión.

Estos síntomas o trastornos producidos como consecuencia de la infidelidad pero que también podrían tener sus correlatos en las causas, en forma incluso de patologías³³, implican un primer acercamiento terapéutico de orden individual y psicológico, algunas veces, incluso estrictamente médico o psiquiátrico. No así si nos referimos al

³¹ ROMERO PALENCIA A.-RIVERA ARAGÓN, S.-DÍAZ LOVING, R., *Ibid.*, p. 125.

³² LAZARUS, A., *Ibid.*, p. 26.

³³ Me refiero, por ejemplo, al trastorno de hipersexualidad o adicción al sexo. Ver, por ejemplo, ECHEBURUA E., *¿Existe realmente la adicción al sexo?* Revista Adicciones, vol. 24, nº 4, 2012, pp. 281-286.

asunto mismo de afrontar y superar la infidelidad que requiere una aproximación, como he venido defendiendo, desde la ética aplicada.

En este sentido, creo que el profesional debe diferenciar entre las consecuencias psíquicas del golpe sufrido y la *herida ética* propiamente dicha que supone una pérdida de referencias, un cuestionamiento de la identidad pareja y de la identidad propia, una ruptura del contexto en el que estas se han fraguado, una pérdida de sentido, un sentimiento de vacuidad y absurdo, un quebrantamiento de los valores y, en definitiva, un daño moral que requiere de esa perspectiva ética para poder afrontarlo.

Algunos apuntes para el abordaje terapéutico de la infidelidad desde la perspectiva ética

Entender la pareja como *comunidad ética*, la fidelidad como pacto o contrato entre los miembros, es decir, como valor a preservar y la infidelidad como ruptura de dicho pacto y, por tanto, como *herida ética* o daño moral, abre las puertas al abordaje terapéutico de la misma desde esta misma perspectiva ética.

Esto significa asumir en nuestras técnicas y actitudes terapéuticas una perspectiva desde el campo de la ética, de los valores y, por qué no, de las virtudes. Pero también significa abrir la mirada buscando inspiración y soluciones, por ejemplo, en las teorías contractualistas y en las éticas dialógicas.

Comprender esta dimensión ética de la pareja significa además no centrar la actuación terapéutica en las causas o consecuencias psicológicas del fenómeno infidelidad sino tratar la infidelidad como lo que es, un problema ético, un dilema moral, no un asunto psicológico. Esto no significa que esas causas y esas consecuencias psicológicas no existan o no deban ser tratadas sino que, asumiéndolas y tratándolas, el problema es de otra índole. Por ello, si aspiramos a ayudar a los miembros de una pareja a “superar” el fenómeno de la infidelidad debemos hacerlo entendiendo que se trata de una *comunidad ética herida* que debe encontrar respuestas éticas para poder reconstruirse o la herida será total y definitiva.

Si no abordamos el problema ético, la solución será incompleta, temporal y con visos de escasa efectividad real para las parejas que acuden en busca de un profesional que les ayude.

Abordar la infidelidad desde la ética implica, además, referirnos a conceptos como recuperar la confianza, reconstruir el pacto desde una comunidad dialógica, re-negociar los valores éticos de la pareja desde una reconstrucción de los valores comunes o ética de mínimos, posibilitar un espacio de espiritualidad que ofrezca cabida al perdón,

construir un nuevo sentido de vida en pareja, etc. En definitiva, ayudar a la pareja a recuperar la convicción ética en el *nosotros*, esto es, la creencia en que el “vencer juntos” todavía es posible.

Pero también debemos tener en cuenta que si la fidelidad es un valor ético este viene, como ya señalé, definido en términos culturales. A la hora de enfrentarnos a su transgresión –la infidelidad– debemos inscribirla dentro de una definición y una antropología de la pareja concretos. Esto es especialmente relevante a la hora del tratamiento con familias interculturales en las que cada miembro puede haber creído establecer pactos de fidelidad distintos. Hacer explícitos los pactos tácitos, comunicar en pareja los valores de la comunidad establecida, cuáles son y por qué los consideramos valiosos o crear un clima ético propicio al mantenimiento de dichos valores son algunos de los elementos que pueden ayudar tanto a superar el desgarramiento de una infidelidad como a prevenir su aparición.

Al mismo tiempo, la superación de la infidelidad debe plantearse en términos de reconstrucción del acuerdo ético, lo cual implica que pueda resultar muy útil prestar atención a las técnicas específicas de la mediación en lugar de a las estrictamente terapéuticas. Un acercamiento a la superación de la infidelidad en forma de negociación y resolución de conflictos parece una buena hipótesis de trabajo, dentro de una ética dialógica o ética discursiva. La infidelidad es un conflicto, una ruptura, no un trastorno.

Atender a su dimensión ética nos permite pensar también en soluciones dentro del campo de la educación en valores tanto a nivel terapéutico como, sobre todo, preventivo. ¿Acaso, el relativo “éxito” de la infidelidad no sea consecuencia de una falta de puesta en valor de la ética misma, de un abandonarse y abandonarnos al relativismo, propiciando que este incluso haga su presencia en el más íntimo y personal de los espacios vitales, la pareja? Quizás una pedagogía de los valores *en, para y desde* la pareja sea el camino para poner en valor la fidelidad.

No debe descartarse tampoco, desde esta misma perspectiva de lo ético, atender a las aportaciones de los estudios sobre resiliencia y a la logoterapia pues, no en vano, una *herida ética* produce, sin duda, una ruptura en el sentido existencial del individuo, un cuestionamiento de su vida antes, durante y después del acontecimiento y un enfrentamiento al vacío que supone la pérdida de referencia.

Nos enfrentamos a una época de desinstitucionalización de la familia y la pareja. El objetivo de la presente propuesta es situar a la pareja –y, por ende, a la familia– en su auténtica dimensión como *comunidad ética* en lugar de reducirla a perspectivas más asequibles pero menos rigurosas. Esto es clave para poder comprender su realidad, sus problemas y sus posibles soluciones. Y en esta línea debemos situar también la infidelidad, no como un problema psicológico sino como una herida de naturaleza ética, de modo que esta perspectiva

sea tenida en cuenta a la hora de abordar el problema con mejor efectividad en la práctica profesional de terapeutas, orientadores y mediadores familiares.

Referencias

- ALBERONI, F., *Te amo*, Gedisa, Barcelona, 1996.
- BONILLA MUÑOZ, P. (VV.AA.), *Causas de la infidelidad: estudio transcultural*, Universidad Intercontinental, Mexico, pp 152-157, en http://www.imesex.edu.mx/articulos/I_1/cauinfideltranscul_I_1.pdf.
- CAILLÉ, P., *Uno más uno son tres*, Paidós, Barcelona, 1992.
- CANTO ORTIZ, J.M., GARCIA LEIVA, P., GÓMEZ JACINTO, L., Celos y emociones: Factores de la relación de pareja en la reacción ante la infidelidad Athenea Digital, Núm. 15, Barcelona, 2009, pp. 39-55 en <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2965561.pdf>.
- DEL ABRIL ALONSO, A. (VV. AA), *Fundamentos de Psicobiología*, Sanz y Torres, UNED, Madrid, 2009.
- DELAGE, M., *La resiliencia familiar*, Gedisa, Barcelona, 2010.
- DE LA SPRIELLA, R., *Terapia de pareja: abordaje sistémico*, Rev. Colomb. Psiquiatría, vol. 37, Suplemento n.º 1, 2008, pp. 175-186 en <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v37s1/v37s1a14.pdf>.
- DE ZAN, J., *La utopía kantiana de la comunidad ética*, Revista Isegoría n.º 33, 2005, pp. 143-155 en <http://isegoria.revistas.csic.es/index.php/isegoria/article/view/422/423>.
- ECHEBURUA E., *¿Existe realmente la adicción al sexo?* Revista Adicciones, vol. 24, n.º 4, 2012, pp. 281-286 en <http://www.adicciones.es/files/281-286%20EDITORIAL%20echeburua.pdf>.
- HERNÁNDEZ ESCRIG, A., *El concepto de pareja de hecho y sus elementos configuradores*, El País, julio 2011 en <http://lacomunidad.elpais.com/masqueabogados/2011/7/10/el-concepto-pareja-hecho-y-sus-elementos-configuradores>.
- KANT, I., *La Religión dentro de los límites de la mera Razón*, Madrid, Alianza, 2001.
- KRAUSE JACOB, M., *Hacia una redefinición del concepto de comunidad*, Revista de Psicología de la Universidad de Chile, vol. X, n.º 2, pp. 49-60 en <http://www.revistapsicologia.uchile.cl/index.php/RDP/article/viewPDFInterstitial/18572/19618>.
- LAZARUS A., *Mitos maritales*, Ippem, Buenos Aires, 1985.
- LOPEZ, H., *Pautas de transmisión de valores en el ámbito familiar*, Tesis doctoral, Universidad de Murcia, 2005 en <http://www.tdx.cat/bitstream/handle/10803/10808/LopezLorcaHortensia.pdf>.

- MARTIN CAMACHO, J., *Fidelidad e Infidelidad en las relaciones de pareja*, Dunken Ediciones, Buenos Aires, 2004 en <http://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo42.pdf>.
- MÉLICH, J.C., *Ética de la compasión*, Herder, Barcelona, 2010.
- MENDOZA, P., *Daños morales por infidelidad matrimonial. Un acercamiento al derecho español*, Revista Chilena de Derecho y Ciencia Política, n° 2-2, diciembre 2011 en <http://portalrevistas.uct.cl/index.php/RDCP/article/view/42/43>.
- MINGUEZ VALLEJOS R., *Ética de la vida familiar y transmisión de valores morales*, Revista de Educación, 363, Enero-Abril 2014, en http://www.revistaeducacion.mec.es/doi/363_178.pdf.
- MONTERO, M., *La Psicología comunitaria: orígenes, principios y fundamentos teóricos*, Revista Latinoamericana de Psicología, vol.16, n° 003, Bogotá, Colombia, 1984, pp. 387-400 en <http://redalyc.uaemex.mx/pdf/805/80516303.pdf>.
- OBERST, U., *Salud Mental y ética: el concepto de sentimiento de comunidad en la psicología de Alfred Adler*, Revista Persona, n° 5, Universidad de Lima, Lima, Perú, 2002, pp. 131-148 en <http://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/2881047.pdf>.
- POU AMPUERO, F., *Constitución de pareja estable y consentimiento*, Revista Jurídica de Navarra, n° 46, pp. 209-220, julio-diciembre 2008.
- ROMERO PALENCIA A, RIVERA ARAGÓN S, DIAZ LOVING R., *Desarrollo del Inventario Multidimensional de Infidelidad (IMIN)*, RIDEP , n° 23, vol. 1, 2007, pp. 121-147 en http://www.aidep.org/03_ridep/R23/R237.pdf.
- SANCHO J., *Por una reconstrucción del concepto de comunidad que sea de utilidad para el trabajo social* en HERNANDEZ ARISTU, J. (Coord.), *Trabajo social comunitario en la sociedad individualizada*, Nau Llibres, Valencia, 2009 pp. 55-92.
- SIRVENT, C., *Fidelidad y compromiso en la relación de pareja (El trinomio fidelidad, compromiso y monogamia)*, Norte de salud mental, 2011, vol. IX, n° 40, pp. 57-71 en <http://www.ome-aen.org/NORTE/40/11%20Art.6%2057-71.pdf>.
- STENBERG R., *El triángulo del amor. Intimidad, pasión y compromiso*, Paidós, Barcelona, 1989.
- WANSTEIN, M., WITTNER V., *Enfoque psicosocial de la pareja. Aproximaciones desde la terapia de la comunicación y la terapia de solución de problemas*, Rev. Psicodebate n° 4, 2003, pp. 131-144 en <http://www.palermo.edu/cienciassociales/publicaciones/pdf/Psico4/4%20PSICO%20008.pdf>.
- ZUMAYA, M, BROWN, C., BAKER H., *Las parejas y sus infidelidades*, Revista de Investigación Médica Sur, vol. 5, n° 3, julio-septiembre 2008, pp. 225-230, en <http://www.medigraphic.com/pdfs/medsur/ms-2008/ms083i.pdf>.