
ARTÍCULO DE INVESTIGACIÓN

EFECTO DE UNA INTERVENCIÓN COGNITIVO CONDUCTUAL EN EL CONFLICTO MARITAL POR INFIDELIDAD

EFFECT OF A COGNITIVE BEHAVIORAL INTERVENTION IN MARITAL CONFLICT FOR INFIDELITY

CAROL ANDREA PÉREZ BAQUERO*, RUTH PIEDAD RUIZ SANTOS**, CLAUDIA ISABEL PARRA OCAMPO***
FUNDACIÓN UNIVERSITARIA KONRAD LORENZ, BOGOTÁ - COLOMBIA

FECHA RECEPCIÓN: 10/06/2014 • FECHA ACEPTACIÓN: 04/08/2014

Para citar este artículo: Pérez, C., Ruiz, R., & Parra, C. (2014). Efecto de una intervención cognitivo conductual en el conflicto marital por infidelidad. *Psychologia: avances de la disciplina*, 8(2), 23-36.

Resumen

Este artículo presenta el efecto de una intervención cognitivo conductual en el conflicto marital por infidelidad siguiendo las etapas propuestas por Baucom, Snyder y Gordon (2009). Estudio de caso intrasujeto AB con seguimiento, que se realizó con muestra de cinco parejas. Se aplicó el Inventario de Necesidades de Pareja de Castro (1994) adaptado por Parra (2005) y la Escala de Dificultades de Regulación Emocional de Gratz y Roemer (2004), antes y después de la intervención; se evidenciaron cambios significativos. Semanalmente se aplicaron dos autorregistros (frecuencia de interacciones positivas y frecuencia de discusiones sobre la infidelidad). Los resultados de estos, se analizaron mediante inspección visual, encontrándose un aumento significativo en las interacciones positivas de tres parejas y una disminución significativa en la frecuencia de las discusiones en todas las parejas.

Palabras clave: infidelidad, terapia de pareja, conflicto marital.

Abstract

The objective was to determine the effect of a cognitive behavioral intervention in marital conflict for infidelity based on the steps proposed by Baucom, Snyder and Gordon (2009). Study case AB with follow up with a sample of five couples. It was applied the Couple Needs Inventory by Castro (1994) adapted by Parra (2005) and the Difficulties in Emotion Regulation Scale by Gratz and Roemer (2004), before and after the intervention, showing significant changes. We applied weekly two self-reports (frequency of positive interactions and frequency of discussions about infidelity). The results were analyzed by visual inspection, finding a significant increase in positive interactions on three couples and a significant decrease in the frequency of discussions on all couples.

Keywords: Infidelity, couple therapy, marital conflict.

* Corpovisionarios. Calle 56 n.o 71-68. Correo electrónico: carolanperez@gmail.com

** Instituto San Bernardo de La Salle. Carrera 96 F n.o 23A-60. Correo electrónico: ruthpiedadr@hotmail.com

***Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Carrera 9 Bis n.o 62-43. claudia.parra@konradlorenz.edu.co

Introducción

El conflicto generado por un evento de infidelidad es uno de los motivos de consulta que se presenta con mayor frecuencia en la práctica clínica y que afecta a individuos y parejas que se enfrentan a consecuencias que permean su funcionamiento personal, su vínculo, sus familias, e incluso otras áreas de su vida como la social y la laboral. Tal puede ser su impacto sobre la relación, que puede dar lugar a la disolución del vínculo, y aunque si bien existen múltiples causas para la separación y el divorcio, la infidelidad es la más frecuente. Tsapelas, Fisher y Aron (2010) estiman que alrededor del mundo, cerca del 50 % de las personas han estado involucradas en una relación extradiádica en algún momento y González, Martínez-Taboa y Martínez (2009) sostienen que es entre un 40 % y 60 % de los casos la causa del divorcio.

Para esta investigación resultó importante definir algunos conceptos como pareja, conflicto, infidelidad y perdón. Salmerón (2005) refiere el término de lazo conyugal no al hecho jurídico de contraer matrimonio, sino al hecho de que la pareja haya aceptado llevar una relación duradera, de manera voluntaria y comprometiéndose moral y físicamente el uno con el otro.

Según Muñoz (2008), el conflicto hace referencia a la forma de conducta, manifestada entre dos o más personas, que compiten sobre objetivos o recursos limitados y percibidos como incompatibles. Ross (2009) refiere que las parejas que se encuentran en conflicto evidencian una mayor cantidad de interacciones negativas y pocas interacciones positivas, así como mayor reciprocidad negativa durante la solución de problemas.

La infidelidad es definida por Fife, Weeks y Gambescia (2007) como una violación a los compromisos adquiridos por la pareja, en donde ocurren acciones de carácter íntimo que no tienen lugar dentro de la relación primaria y que suceden sin el consentimiento del otro miembro. Pueden identificarse dos tipos de infidelidad: la infidelidad sexual es el intercambio sexual extradiádico dentro de una relación monógama (Mark, Janssen, & Milhausen, 2011). La infidelidad emocional es el uso que hace uno de los miembros de la pareja de su tiempo, atención y expresiones de afecto con una persona diferente a su cónyuge (González, 2009). Por supuesto,

es posible que ocurran ambos tipos de infidelidad en una sola relación extradiádica.

Gordon, Baucom y Snyder (2004) señalan que quien cometió la infidelidad puede experimentar culpa, tristeza y sentimientos negativos acerca de sí mismo(a). En cuanto al cónyuge afectado, los autores indican que este suele experimentar fuertes reacciones emocionales negativas que incluyen vergüenza, ira, tristeza, ansiedad, un sentido de victimización y síntomas que se asemejan a los del trastorno de estrés postraumático; además, puede presentar desregulación emocional, comportándose de forma que la persona misma describe como errática o extraña a su conducta habitual.

La desregulación emocional es, como lo señalan Gordon et al. (2004), una consecuencia directa de la infidelidad. Si bien puede presentarse en el cónyuge participante de la infidelidad, lo común es que el otro cónyuge sea el más afectado. Para Zeman, Shipman y Penza-Clyve (2001) y Zeman, Cassano, Perry-Parrish y Stegall (2006), la desregulación emocional se identifica por un bajo control sobre las emociones, lo que lleva a una reacción o expresión generalmente impulsiva. En lo que se refiere a la infidelidad, Baucom, Snyder y Gordon (2009), sostienen que las parejas que se encuentran en conflicto a causa de una infidelidad presentan con frecuencia emociones negativas con un alto grado de intensidad y que se les dificulta pensar con claridad.

El perdón es descrito por Yáñez-Yaben y Comino (2012) como un conjunto de respuestas cognitivas, afectivas y, a veces, conductuales ante una trasgresión. Es un proceso interpersonal, e implica dos dimensiones fundamentales: una disminución de los sentimientos negativos (resentimiento y enfado hacia el agresor) y la aparición de sentimientos positivos como compasión hacia uno mismo o hacia el agresor.

Ya en lo que se refiere a la intervención para el conflicto marital por infidelidad, Baucom et al. (2009) presentan un modelo de tratamiento de tres etapas y distinguen para cada una componentes terapéuticos específicos:

Etapa de evaluación: se observa el funcionamiento de la pareja y se determinan los componentes que se deben manejar según sus necesidades. Etapa 1 (Manejo del impacto de la infidelidad): se trabaja en control de daños, entrenamiento en estrategias de solución de los conflictos

más críticos y apremiantes, tiempo fuera y técnicas de ventilación, autocuidado, discusión del impacto de la infidelidad y manejo de imágenes de reexperimentación. Etapa 2 (Examinando el contexto): el objetivo es que la pareja construya una explicación coherente acerca de la infidelidad y se trabaja en la exploración de los factores que contribuyeron al evento y la resolución de problemas. Etapa 3 (Toma de decisiones): se busca la integración de la información obtenida para facilitar la toma de una decisión por parte de la pareja acerca de la forma de avanzar para lo cual se trabaja en el resumen y formulación de la infidelidad, se discute el tema del perdón y se exploran los factores que afectan la decisión de continuar la relación.

Si la pareja decide volver a comprometerse el uno con el otro, el resto del tratamiento se centra en abordar cuestiones problemáticas como la reconstrucción de la confianza y la intimidad, y/o en abordar los problemas actuales más generales. Si la pareja decide separarse, entonces el foco de la terapia se mueve a que lo hagan de la manera que genere menos crisis.

La propuesta de intervención de Baucom et al. (2009) inicia con un trabajo previo de investigación que cuenta con reconocimiento empírico, como lo sustentan los estudios realizados por diferentes autores, quienes como Lebow (2005), la consideran una alternativa viable para el tratamiento de parejas con conflictos a causa de la infidelidad. Kayser (2011) señala que esta terapia ha demostrado resultados favorables para las parejas, quienes han evidenciado menor intensidad en sus respuestas emocionales, menor afectación a causa de la infidelidad y un mayor índice de perdón con respecto a la relación extramarital.

La información presentada permite reconocer que la infidelidad es un fenómeno altamente frecuente en el mundo y en la sociedad colombiana y siendo esta una problemática global, transcultural y un motivo de alta consulta, se hace necesario desde la psicología clínica y aplicada, desarrollar nuevas estrategias para el abordaje y manejo de este tema.

Método

La variable independiente de la investigación fue el programa de intervención cognitivo-conductual en infidelidad diseñado por las autoras del estudio

siguiendo las etapas propuestas por Baucom et al. (2009). Esta propuesta busca que las parejas logren un mejor entendimiento de su situación actual, elaboren sus experiencias dolorosas y tomen mejores decisiones acerca del futuro de su relación.

La variable dependiente fue el conflicto marital debido a la infidelidad, entendido como la existencia de altos niveles de desacuerdo y estrés entre los miembros de la pareja (Krishnakumar, Buehler, & Barber, 2003), que evidencia una mayor cantidad de interacciones negativas y pocas interacciones positivas (Ross, 2009), donde existe una contraposición de intereses, necesidades, sentimientos, objetivos, conductas, percepciones, valores y/o afectos entre individuos que definen sus metas como incompatibles (López-Martínez, 2008). El conflicto marital por infidelidad se midió a través de la percepción de ambos miembros de la pareja en cuanto a la satisfacción de sus necesidades, las dificultades para regular sus emociones, la frecuencia de las discusiones acerca de la infidelidad y la frecuencia de las interacciones positivas entre ellos.

Tipo de estudio

Esta investigación es un estudio de caso intrasujeto de tipo A-B con medidas múltiples de conducta objetiva y seguimiento (Barlow, & Hersen, 1988; Kazdin, 2001). Constó de tres etapas: A (Evaluación y línea de base), B (Tratamiento) y S (Seguimiento). La frecuencia de discusiones y la frecuencia de interacciones positivas se midieron semanalmente durante el estudio; las tres primeras medidas corresponden a la línea base, las 10 siguientes a la intervención y las 4 restantes al seguimiento.

Participantes

Cinco parejas consultantes del Centro de Psicología Clínica (C.P.C.) de la Fundación Universitaria Konrad Lorenz. Cuatro de los casos fueron de infidelidad masculina y uno de infidelidad femenina; a su vez, dos fueron casos tanto de infidelidad sexual como emocional, uno de tipo sexual y los dos restantes, de infidelidad emocional. Los criterios de inclusión fueron: la infidelidad debía haber ocurrido en el último año; tratarse del primer evento; no estar recibiendo atención psicológica; no cumplir los criterios para un trastorno de personalidad ni para consumo de sustancias psicoactivas; y no presentar violencia intrafamiliar.

Con el ánimo de salvaguardar la confidencialidad de las parejas, no se incluirán datos que permitan revelar su identidad. Cada pareja y los miembros de esta serán identificados con una letra y un número; así por ejemplo, la pareja uno (1) estará representada como P1, el hombre como H1 y la mujer como M1. En aras de privilegiar la comprensión de este documento, y siguiendo la definición Baucom et al. (2009), se entenderá como «participante» al miembro de la pareja que cometió la infidelidad y «no participante» al otro cónyuge.

Este estudio aseguró la protección de los sujetos de investigación, por medio del mantenimiento de los principios básicos de la bioética. Para ello, se apoyó en cuatro criterios: Autonomía (a todos los sujetos se les entregó un consentimiento informado). Justicia (se realizó una convocatoria abierta y las personas que no cumplieron con los criterios de inclusión se remitieron como pacientes del C.P.C., garantizando así que recibieran la atención adecuada). Beneficencia y no malevolencia (se buscó la disminución del conflicto causado por el evento de infidelidad y las secuelas del mismo, al igual que la amortiguación del daño que una separación traumática puede generar). Con el fin de dar cumplimiento a los artículos 2, 50 y 51, de la Ley 1090, el estudio se apoyó en un plan de investigación acordado y estructurado previamente, en el cual está expuesto de forma descriptiva todo el proceso y las actividades a realizar de forma sistemática y precisa.

Instrumentos

Inventario de Necesidades de Pareja de Castro (1994) adaptado por Parra (2005). Su objetivo es la medición de la satisfacción de las necesidades en un vínculo en seis áreas de la vida en pareja: necesidades afectivas, sexualidad, manejo de finanzas, relaciones sociales, roles en el hogar y responsabilidad con los hijos. Al realizar la adaptación del inventario, Parra (2005) realizó la validación del mismo, para lo cual participaron 149 parejas. En cuanto a la consistencia interna, la autora analizó cada una de las áreas que integran la prueba, obteniendo una alta correlación interna en cada uno de los factores (Alfa de 0.79 a 0.75). Fue aplicado antes y después de la intervención.

Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS) de Gratz y Roemer (2004). Cuestionario de autorreporte que evalúa los aspectos de la regulación emocional. Está conformado por 36 ítems agrupados en seis dimensiones: conciencia, claridad, aceptación, metas, impulso y estrategias. Hervás y Jódar (2008) realizaron la adaptación al español de esta escala y con un estudio transversal cuya muestra fue de 254 personas y otro longitudinal que contó con 60 personas, evaluaron las facultades estadísticas de la prueba y encontraron una correlación favorable ítem-total para cada subescala (media entre 0.76 y 0.85). Los autores redistribuyeron los ítems del instrumento y al analizarlo, encontraron índices de consistencia en comparación a la distribución original, además de una elevada fiabilidad test-retest para la escala global. Se aplicó antes y después de la intervención.

Autorregistro de frecuencia de discusiones. Instrumento que determina la frecuencia de discusiones relacionadas con la infidelidad. Aplicado semanalmente.

Autorregistro de interacciones positivas. Instrumento que mide la frecuencia de las interacciones positivas presentadas entre los miembros de la pareja. Aplicado semanalmente.

Ambos autorregistros fueron diseñados por las autoras de la investigación y contaron con la revisión y validación de expertos en el tema.

Procedimiento

En el estudio participaron cinco parejas que recibieron completa información acerca del estudio y del proceso terapéutico y que fueron asignadas en orden de llegada a cada investigadora, seleccionando al azar aquella que recibiría el primer caso. Las terapeutas siguieron el protocolo de intervención (Apéndice A) sesión a sesión, aunque ajustando el desarrollo de las mismas a las particularidades y necesidades de cada pareja. Las parejas que recibieron por completo la intervención diligenciaron antes de iniciar el tratamiento y al terminarlo, el Inventario de necesidades de pareja y la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (DERS). De igual forma, diligenciaron a lo largo del proceso terapéutico el autorregistro de interacciones positivas y el autorregistro de frecuencia de discusiones, ambos aplicados individualmente.

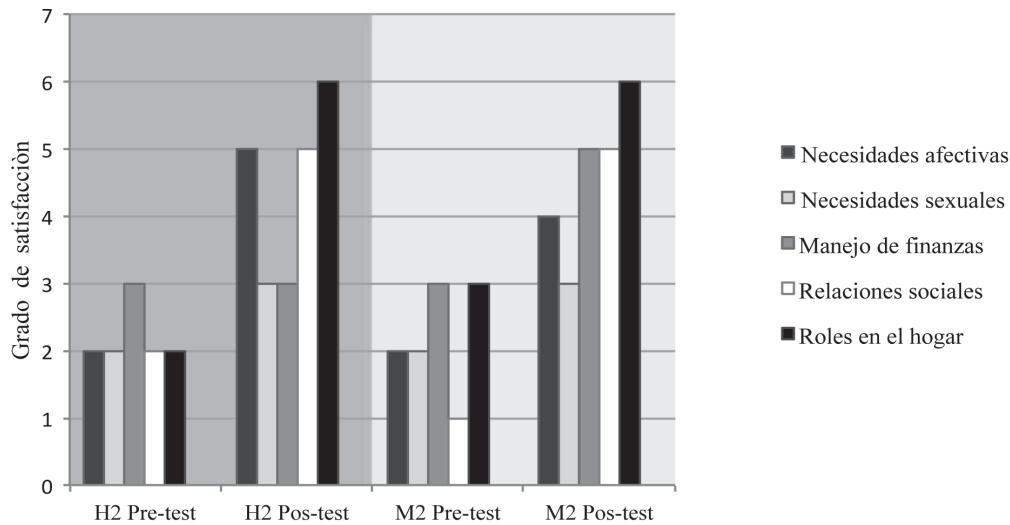
Resultados

A continuación se presentarán los resultados de este estudio, los cuales derivan del análisis de los datos arrojados por cada uno de los instrumentos aplicados. Se iniciará con las medidas pre y posttratamiento: el Inventario de Necesidades de Pareja y la Escala de Dificultades de Regulación Emocional. Posteriormente, se presentarán los resultados de los autorregistros aplicados a lo largo del tratamiento: Interacciones positivas y Frecuencia de discusiones.

Inventario de Necesidades de pareja¹

En la figura 1 se observa que en el pre-test la satisfacción percibida por los miembros de la P2 en el área de necesidades afectivas y necesidades sexuales era baja; en el manejo de las finanzas hay una satisfacción media tendiente a baja; las relaciones sociales y los roles en el hogar presentan un bajo nivel de satisfacción. En el pos-test, ambos miembros de la pareja coincidieron en calificar como altamente satisfechas sus necesidades en cuanto a roles en el hogar, y demostraron satisfacción alta en las áreas necesidades sociales y necesidades afectivas.

	Necesidades afectivas	Necesidades sexuales	Manejo de finanzas	Relaciones sociales	Roles en el hogar	Responsabilidad con los hijos
H2 Pre-test	2	2	3	2	2	0
H2 Pos-test	5	3	3	5	6	0
M2 Pre-test	2	2	3	1	3	0
M2 Pos-test	4	3	5	5	6	0



SATISFACCIÓN MUY BAJA	1	SATISFACCIÓN MEDIA, TENDIENTE A ALTA	4
SATISFACCIÓN BAJA	2	SATISFACCIÓN ALTA	5
SATISFACCIÓN MEDIA, TENDIENTE A BAJA	3	SATISFACCIÓN MUY ALTA	6
NO APLICA	0		

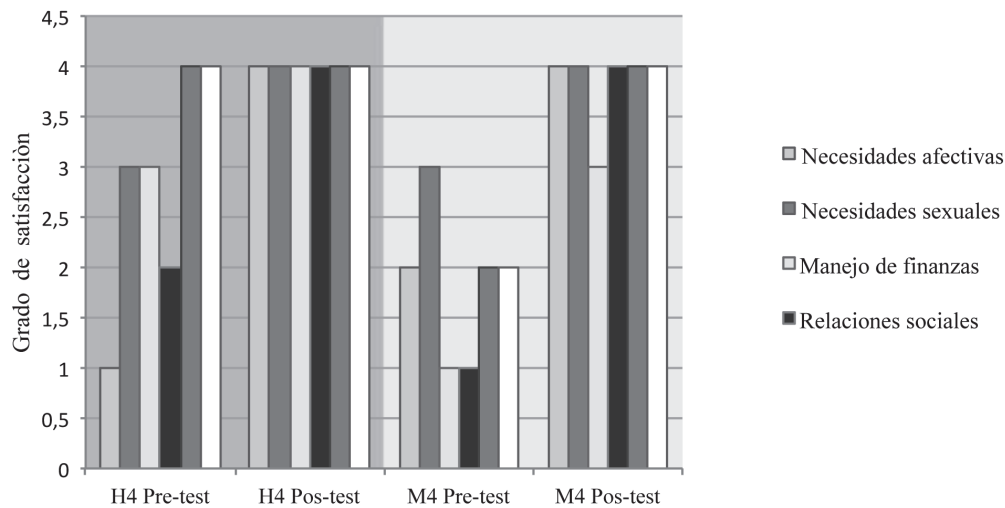
Figura 1. Comparación pre-test y pos-test Inventario de Necesidades de Pareja P2H2M2

En la figura 2. Puede observarse disparidad en la percepción del grado de satisfacción de las necesidades de la P4 en el pre-test, siendo todas las áreas a excepción de la sexual, calificadas con satisfacción baja o muy baja. Luego

de la intervención todas las áreas mejoraron en satisfacción; reportaron satisfacción media tendiente a alta en todas ellas, a excepción del área de manejo de finanzas, la cual fue calificada por M4 con satisfacción media tendiente a baja.

1 P1 carece de gráfica de comparación pre-test / pos-test del Inventario de Necesidades de Pareja, dado que como resultado del proceso de intervención decidieron dar por finalizado su vínculo conyugal.

	Necesidades afectivas	Necesidades sexuales	Manejo de finanzas	Relaciones sociales	Roles en el hogar	Responsabilidad con los hijos
H4 Pre-test	1	3	3	2	4	4
H4 Pos-test	4	4	4	4	4	4
M4 Pre-test	2	3	1	1	2	2
M4 Pos-test	4	4	3	4	4	4



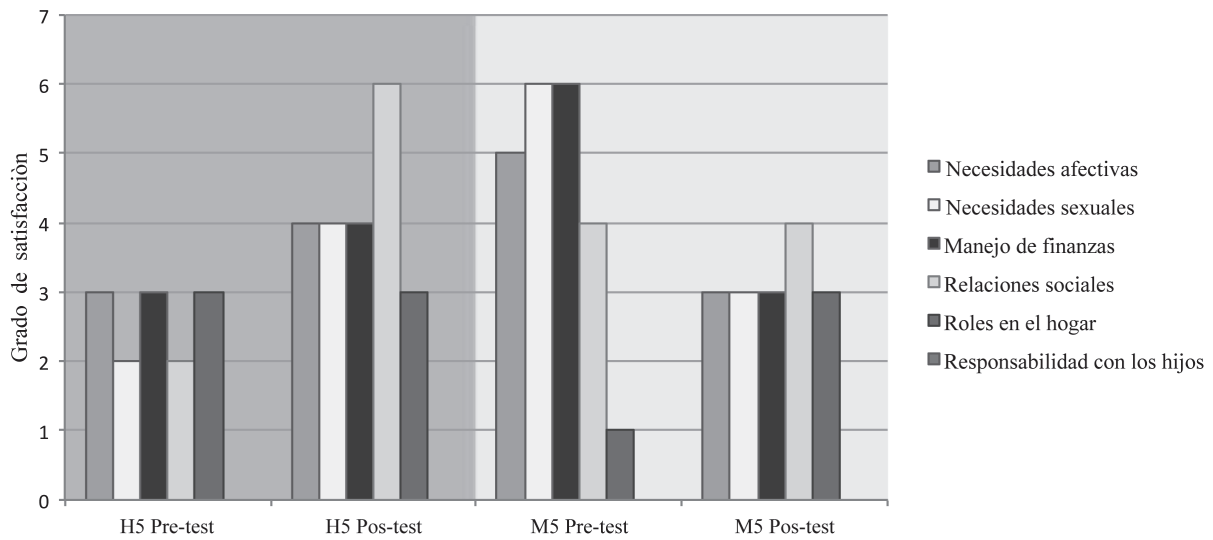
SATISFACCIÓN MUY BAJA	1	SATISFACCIÓN MEDIA, TENDIENTE A ALTA	4
SATISFACCIÓN BAJA	2	SATISFACCIÓN ALTA	5
SATISFACCIÓN MEDIA, TENDIENTE A BAJA	3	SATISFACCIÓN MUY ALTA	6
NO APLICA	0		

Figura 2. Comparación pre-test y pos-test Inventario de Necesidades de Pareja P4H4M4

En la figura 3 se observa una marcada diferencia en la manera en que la P5 percibía la satisfacción de sus necesidades en el pre-test, reportando H5 mucha menor satisfacción que M5. En el pos-test, los resultados, fueron más cercanos entre ellos. M5 ubicó en la categoría de satisfacción media tendiente a baja las

áreas de necesidades afectivas, necesidades sexuales y manejo de finanzas, en las cuales H5 reportó satisfacción media tendiente a alta. En el área de relaciones sociales M5 manifestó satisfacción media tendiente a alta y H5 satisfacción muy alta.

	Necesidades afectivas	Necesidades sexuales	Manejo de finanzas	Relaciones sociales	Roles en el hogar	Responsabilidad con los hijos
H5 Pre-test	3	2	3	2	3	0
H5 Pos-test	4	4	4	6	3	0
M5 Pre-test	5	6	6	4	1	0
M5 Pos-test	3	3	3	4	3	0



SATISFACCIÓN MUY BAJA	1	SATISFACCIÓN MEDIA, TENDIENTE A ALTA	4
SATISFACCIÓN BAJA	2	SATISFACCIÓN ALTA	5
SATISFACCIÓN MEDIA, TENDIENTE A BAJA	3	SATISFACCIÓN MUY ALTA	6
NO APLICA	0		

Figura 3. Comparación pre-test y pos-test Inventario de Necesidades de Pareja P5H5M5

Escala de desregulación emocional (DERS)

Para analizar las respuestas en esta escala se utilizó la prueba no paramétrica de Wilcoxon. Se sumaron los ítems por factor y se compararon los subtotales del pre-test con los subtotales del pos-test, encontrando diferencias significativas en todos los factores. Puesto que el valor del nivel crítico bilateral es menor que 0.05 para todos los factores es posible rechazar la hipótesis de igualdad de promedios y concluir que las variables comparadas (pre-test y pos-test) difieren significativamente.

Además del análisis de la puntuación general de la prueba en cada uno de los factores, los datos fueron

analizados a través de una comparación entre los cónyuges que cometieron la infidelidad (participantes) y los cónyuges no participantes en ella. El instrumento no establece un rango que especifique niveles de desregulación emocional; al ser usado en el ámbito clínico, el terapeuta analiza los cambios del paciente teniendo en cuenta la idea básica de que a mayor puntaje mayor desregulación emocional y viceversa.

La figura 4 presenta los resultados de los cónyuges no participantes en la infidelidad. En todos ellos se evidencia una clara disminución de los puntajes después de la intervención

	M2	M2	M3	M4	H5
Total pre-test	98	122	92	91	101
Total pos-test	49	60	50	52	53

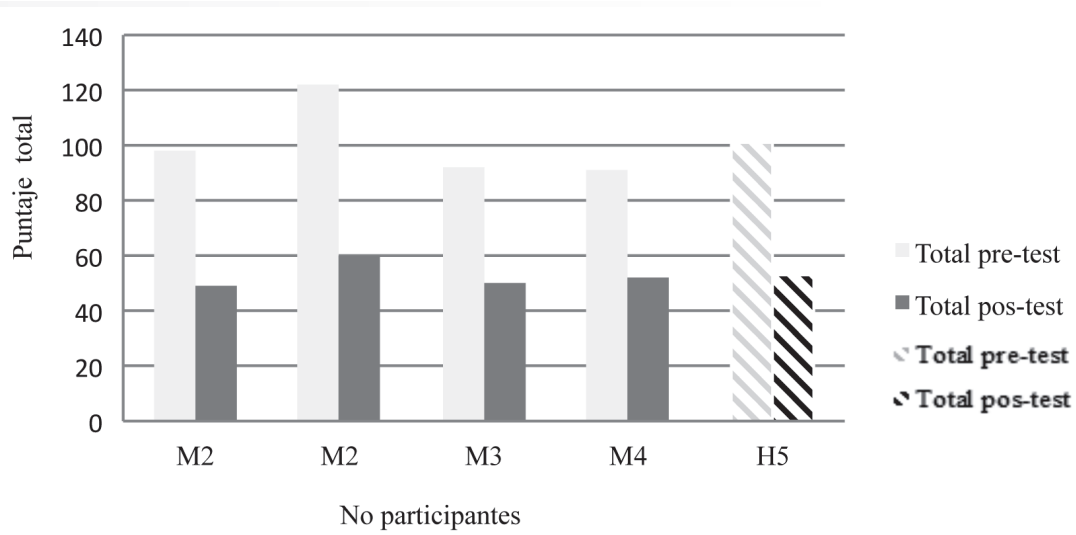


Figura 4. Comparación pre-test y pos-test DERS Cónyuges no participantes

La figura 5 muestra la comparación de los resultados de los cónyuges participantes en la infidelidad, los cuales denotan un aumento en su regulación emocional luego de la intervención.

	H1	H2	H3	H4	M5
Total pre-test	55	88	107	89	93
Total pos-test	42	50	60	45	59

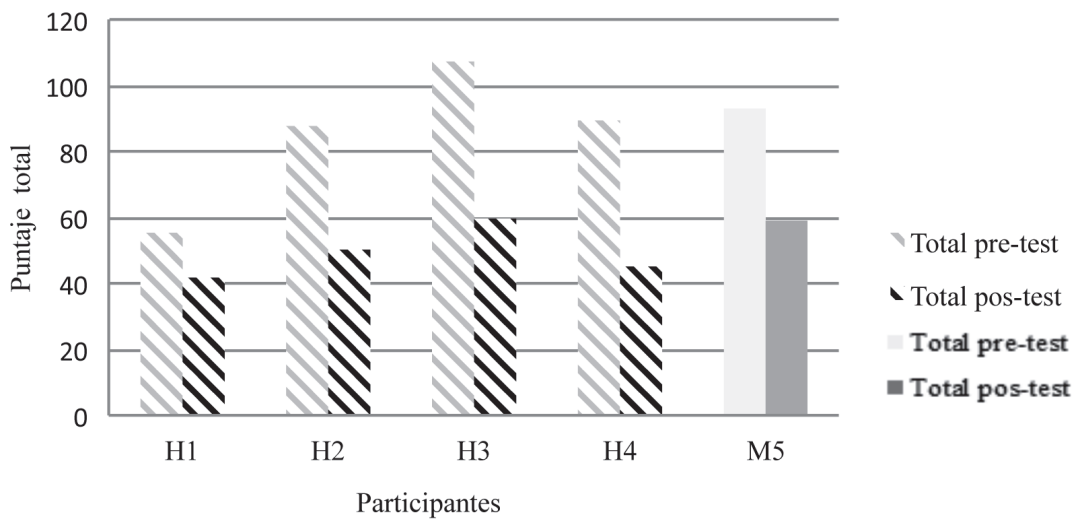


Figura 5. Comparación pre-test y pos-test DERS Cónyuges participante

Autorregistros de discusiones e interacciones positivas

El autorregistro de interacciones positivas fue analizado con la prueba no paramétrica de Friedman; el valor de la prueba fue de 27.223 y el sig. bilateral fue 0.012 lo cual denota diferencia significativa entre los resultados.

Para analizar si los cambios en el autorregistro de frecuencia de discusiones, fueron o no significativos, se utilizó la prueba no paramétrica de Friedman. El valor de la prueba fue 98.613 y el valor del sig. bilateral fue 0,000 lo cual indica que ocurrió un cambio significativo después de la intervención. Teniendo en cuenta el valor del nivel crítico (0,000) es posible rechazar la hipótesis de igualdad de las medidas pre y pos y concluir que la frecuencia de conflicto es diferente en el inicio de la intervención y al final de la misma.

Discusión

Los resultados obtenidos, derivados de la implementación de esta intervención, confirman cambios importantes en el conflicto marital generado por la infidelidad en las parejas que formaron parte de la investigación. El resultado del trabajo desarrollado bajo la metodología del diseño de caso único, es un caso con cuatro réplicas lo cual concede mayor validez al estudio y la adaptación, diseño y aplicación de un protocolo de atención sesión a sesión que se convierte en un apoyo para el ejercicio de la psicología clínica en nuestro país.

Se evidenciaron diferencias en el impacto que sobre el vínculo y los miembros de la pareja ocurría dependiendo del tipo de relación extramarital. Se encontró que la combinación de infidelidad emocional y sexual en el mismo episodio fue la condición que generó mayor afectación, pues tal y como lo sugieren Gordon et al. (2008), los efectos negativos son mayores cuando la infidelidad es tanto sexual como emocional, dado que la estabilidad del vínculo se percibe altamente amenazada. Este hecho se confirma a través de la terminación definitiva de la relación marital de las dos parejas que presentaron este tipo de infidelidad (P1 y P3).

Los resultados de este estudio no permitieron establecer diferencias significativas con respecto al nivel de afectación de la pareja de acuerdo al tipo de infidelidad, pues en ambos casos se encontraron los mismos efectos sobre

los cónyuges: disminución de las interacciones positivas y aumento de las interacciones negativas, pobre percepción en cuanto a la satisfacción de sus necesidades, desregulación emocional, un sentido de falta de control, e impredecibilidad respecto a la relación y al futuro, y a la base de todo esto, una vivencia de trasgresión de los acuerdos a los que ambos habían llegado al conformar su pareja.

En cuanto a la satisfacción marital, se encontraron comunalidades en ciertas áreas respecto a la satisfacción; los cónyuges participantes de la infidelidad reportaron baja satisfacción, a excepción de M5, en las áreas de necesidades afectivas, sexualidad y relaciones sociales, mientras que los cónyuges afectados catalogaron todas las áreas dentro de la categoría de baja satisfacción. Esto se corresponde con en el estudio de Gordon et al. (2004) y las afirmaciones de Rivera Aragón, Díaz-Loving, Cruz del Castillo y Ocadiz (2004) y Parra (2005) quienes indican que el conflicto disminuye los niveles de satisfacción marital.

El aumento de la satisfacción estuvo mediado por la empatía entre los miembros de la pareja, como lo exponen Gordon et al. (2008) y Baucom et al. (2009), ya que se modificaron las atribuciones acerca de las causas de la infidelidad en relación con los grados de satisfacción de cada una de las áreas antes de que la infidelidad ocurriera, generando estrategias para monitorear y modificar sus repertorios conductuales para satisfacer sus necesidades.

Dado que las parejas 1 y 3 decidieron que la manera de avanzar era la separación, no se consideró necesario aplicar una medida postest del Inventario de Necesidades de Pareja, ya que no constituían una pareja. Sin embargo, es importante anotar que aunque la separación podría ser interpretada como una señal del fracaso del tratamiento para mejorar la satisfacción marital, fue la ocasión para ambos cónyuges de sentirse mejor y optimizar el funcionamiento individual, según el reporte en sesión de cada uno de ellos.

En las demás parejas se evidenció en el post-test que ningún sujeto puntuó satisfacción baja o muy baja, predominando media tendiente a alta. En términos generales, la percepción de cada una de las personas con respecto a sus necesidades, se elevó luego de la intervención, observándose cambios significativos en áreas como las necesidades afectivas, sexuales y relaciones sociales, las cuales fueron particularmente bajas en la aplicación del pre-test.

En cuanto a la frecuencia de discusiones referidas al tema de la infidelidad, los resultados permiten identificar,

en todos los casos, una tendencia a la disminución de estas conductas a lo largo de la intervención terapéutica, tendencia que se consolidó con la fase del perdón.

Pasando a los resultados de la Escala de Dificultades de Regulación Emocional (ders) de Gratz y Roemer (2004), en el pre-test, los cónyuges no participantes presentaron desregulación emocional, lo cual se manifestaba en comportamientos erráticos y desbordados. Los resultados demuestran que los procesos que permiten el monitoreo, la evaluación y la modificación de las reacciones emocionales, que Zeman et al. (2006) refieren como esenciales para la regulación emocional, se vieron alterados en estas personas a causa del evento de infidelidad.

De esta forma, y coincidiendo con los hallazgos de Baucom et al. (2009), se observó cómo las emociones de los cónyuges no participantes de la infidelidad iban de la ira, a la vergüenza, de la tristeza a la victimización y el abandono, todas ellas con intensidad y duración considerables, dificultando su concentración y desempeño en distintas áreas.

Se realizaron las intervenciones terapéuticas sugeridas por Baucom et al. (2009), las cuales, tal como lo evidencian los resultados del pos-test, favorecieron un aumento en la regulación emocional, pero además, promovieron el autocuidado, la expresión adecuada de emociones, el aumento de la empatía y abrieron la posibilidad de implementar nuevas estrategias para manejar los conflictos. Se alcanzó de esta forma, lo que Ato, Carranza, González, Ato y Galián (2005) consideran como regulación emocional, en la medida en que las emociones de los sujetos eran acordes a las situaciones que vivían y estaban mejor moduladas, pudiendo experimentar en mayor grado el afecto positivo que el afecto negativo.

Gracias al trabajo terapéutico, cada una de las personas pudo alcanzar el perdón, incluyendo las dos dimensiones que Yárnoz-Yaben y Comino (2012) señalan como componentes del perdón; de esta forma, no solo disminuyeron los sentimientos negativos de los cónyuges no participantes hacia sus parejas como la ira, el resentimiento y el deseo de castigarlos, sino que también se incrementaron paulatinamente los sentimientos positivos hacia ellos, como la compasión e incluso la empatía. Además se logró que los pensamientos acerca de la infidelidad y los sentimientos negativos que estos generaban (ira, tristeza, culpa) no fueran tan severos ni disruptivos como lo fueron en los primeros momentos de la intervención (Baucom et al., 2009).

En relación con la frecuencia de las discusiones, los hallazgos confirmaron los planteamientos de Baucom, Gordon, Snyder, Atkins, y Christensen (2006) y Snyder, Baucom y Gordon (2008), quienes exponen que ante un evento de infidelidad es común que las parejas experimenten un alto nivel de conflicto y que tanto su funcionamiento habitual como sus patrones de interacción pueden ser perturbados y en consecuencia que la satisfacción se vea afectada.

De acuerdo a los planteamientos de Epstein y Baucom (2002), puede decirse que todas las parejas iniciaron el estudio con un patrón de reciprocidad negativa que se evidenció en los autorregistros de frecuencia de discusiones. Luego de la intervención, la frecuencia de las discusiones relacionadas con el evento de infidelidad disminuyó significativamente; los miembros de las parejas expusieron la importancia de aprender a manejar las emociones difíciles, utilizando las técnicas entrenadas en sesión. Se logró particularmente un mejor manejo de la ira, dirigiendo las discusiones hacia el crecimiento mutuo y la resolución creativa de las dificultades (Drivers et al., 2003). Pero además, a lo largo de la intervención terapéutica las interacciones positivas pasaron de ser pocas e incluso nulas en algunos casos, a aumentar en frecuencia. Al incrementarse, aumentó también la reciprocidad positiva; cada cónyuge tenía conductas que sabía resultaban reforzantes para su pareja, siendo mayor la probabilidad de que esta respondiera con conductas que serían gratificantes (Epstein & Baucom, 2002).

En esta muestra poblacional, se coincidió con la revisión teórica y la propuesta de Baucom et al. (2009) y se determinó que la intervención tuvo un efecto significativo en la reducción del conflicto marital producto del evento de infidelidad, permitiendo que cada uno de los miembros de la pareja se asumiera como protagonista activo de la situación, indistintamente de si era participante o no de la infidelidad, lo que constituyó un beneficio para la reparación y para que pudieran avanzar, ya fuera juntos como pareja o de forma individual.

Referencias

- Ato, E., Carranza, J., González, C., Ato, G., & Galián, M. (2005). Reacción de malestar y autorregulación emocional en la infancia. *Psicothema*, 17(3), 375-381.

- Barlow, D., & Hersen, M. (1988). *Diseños experimentales de caso único*. Barcelona: Martínez Roca.
- Baucom, D., Snyder, D., & Gordon, K., (2009). *Helping couples get past the affair. A clinician's guide*. New York: The Guilford Press.
- Baucom, D., Gordon, K., Snyder, D., Atkins, D., & Christensen, A. (2006). Treating affair couples: clinical considerations and initial findings. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 20(4), 375-392.
- Drivers, J., Tabares, A., Shapiro, A., Young, E., & Gottman, J. (2003). Interactional patterns in marital success or failure. En F. Walsh (ed.), *Normal Family Processes: Growing Diversity and Complexity* (pp. 493- 513). New York: The Guilford Press.
- Epstein, N., & Baucom, D. (2002). *Cognitive-behavioral therapy for couples. A contextual approach*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Fife, S. Weeks, G., & Gambescia, N. (2007). The intersystems approach to treating infidelity. En P. Peluso (ed.), *Infidelity: A practitioner's guide to working with couples in crisis* (pp. 71-97). Philadelphia: Routledge.
- González, J., Martínez-Taboas, A., & Martínez, D. (2009). Factores psicológicos asociados a la infidelidad sexual y/o emocional y su relación a la búsqueda de sensaciones en parejas puertorriqueñas. *Revista Puertorriqueña de Psicología*, 20, 59-81.
- Gordon, K., Baucom, D., & Snyder, D. (2004). An integrative intervention for promoting recovery from extramarital affairs. *Journal of Marital & Family Therapy*, 30(2), 213-231.
- Gordon, K., Baucom, D., Snyder, D., & Dixon, L. (2008). Treating affair couples. En A. Gurman (ed.), *Clinical Handbook of Couple Therapy* (pp. 429-458). New York: Guilford Press.
- Hervás, G., & Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional. *Clínica y Salud*, 19(2), 139-156.
- Kayser, K. (2011). Couple therapy. En J. Brandell (ed.), *Theory & practice in clinical social work*. London: Sage publications Inc.
- Kazdin, A. (2001). *Métodos de Investigación en Psicología Clínica*. México: Prentice Hall.
- Lebow, J. (2005). *Handbook of clinical family therapy*. New Jersey: Wiley.
- López-Martínez, M. (2008). *Ciudadanos en pie de paz. La sociedad civil ante los conflictos internacionales: desafíos y respuestas*. Granada: Universidad de Granada.
- Mark, K., Janssen, E., & Milhausen, R. (2011). Infidelity in heterosexual couples: Demographic, interpersonal, and personality-related predictors of extradyadic sex. *Archives of Sexual Behavior*, 40(5), 971-982.
- Markman, H., Stanley, S., & Blumberg, S. (1990). *Su matrimonio vale la pena*. Bogotá: Grupo Editorial Norma.
- Muñoz, E. (2008). Terapia de pareja: una mirada a sus procesos. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 37.
- Parra, C. (2005) La evaluación de las necesidades en la relación de pareja: validación de un instrumento (Tesis de maestría). Fundación Universitaria Konrad Lorenz, Bogotá.
- Rivera-Aragón, S., Cruz del Castillo, C., Ocadiz, A., & Díaz-Loving, R. (2004). Midiendo el conflicto en la pareja. *La psicología social en México*, México: AMEPSO, X, 229-236.
- Ross, E. (2009). Marital satisfaction, dissatisfaction, conflict and qualities of successful marriages. *Psychology of the Family*, 1-15.
- Salmerón, H. (2005). Infidelidad, ¿causa o síntoma de la crisis de la pareja? Trabajo presentado en el 6.º Congreso Virtual de Psiquiatría. Recuperado de <http://www.psicoterapiaintegral.com/Articulos/Infidelidad.pdf>
- Snyder, D., Baucom, D., & Gordon, K. (2008). An integrative approach to treating infidelity. *Family Journal*, 16(4), 300-307.
- Tsapelas, I., Fisher, H., & Aron, A. (2010). Infidelity: when, where, why. En B. Spitzberg & W. Cupach (eds.). *The dark side of interpersonal communication II* (pp. 175-196). New York: Routledge.
- Yárnoz-Yaben, S., & Comino, P. (2012). Un instrumento para la evaluación del perdón en el ámbito del divorcio y la separación. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 12(1), 49-58.
- Zeman, J., Cassano, M., Perry-Parrish, C., & Stegall, S. (2006). Emotion regulation in children and adolescents. *Developmental and Behavioral Pediatrics*, 27(2), 155-168.
- Zeman, J., Shipman, K., & Penza-Clyve, S. (2001). Development and initial validation of the Children's Sadness Management Scale. *Journal of Nonverbal Behavior*, 25(3), 187-205.

ANEXO A. INTERVENCIÓN PARA EL CONFLICTO MARITAL POR INFIDELIDAD

Fase I. Evaluación

Sesión Inicial. Valoración. Sesión conjunta cuyo objetivo es conocer la problemática específica, así como socializar las condiciones de la terapia (horarios, costos, etc.)

Sesión 1. Sesión individual en la que se busca recolectar información relevante acerca de la historia de la relación de pareja, de sus miembros, el evento de infidelidad y del estado actual del conflicto, así como determinar el compromiso de cada uno para participar de la terapia y reconstruir el vínculo. Se aplica el Inventario de Necesidades de Pareja y la Escala de Dificultades de Regulación Emocional. Se entrena a los miembros de la pareja en el diligenciamiento de registros conductuales y como tarea se asigna el diligenciamiento de autorregistros de frecuencia de conflicto y de interacciones positivas (Apéndice B).

Sesión 2. Sesión conjunta orientada a facilitar la creación del ambiente terapéutico y determinar el estado actual de la relación, la naturaleza de las interacciones entre sus miembros, los estresores externos y las fortalezas y vulnerabilidades individuales que puedan influenciar el proceso. Se realiza psicoeducación sobre las consecuencias de la infidelidad sobre el vínculo, y se establecen expectativas realistas para la terapia.

Sesión 3. Sesión individual cuyo objetivo es establecer el manejo adecuado que la pareja debe dar a la información concerniente al evento de infidelidad y su vínculo. Como tarea se asigna la lectura del texto «Cuatro patrones claves que pueden perjudicar la relación», del libro «Su matrimonio vale la pena» (Markman, Stanley, & Blumberg, 2007).

Fase II. Manejo del impacto causado por la infidelidad

Sesión 4. Sesión conjunta en la que se busca instruir a los miembros de la pareja sobre los patrones que mantienen el conflicto marital y estrategias para manejarlo adecuadamente, específicamente el tiempo fuera constructivo (Baucom et al., 2009). Como tarea se asigna la lectura del capítulo «Solución de problemas» (Markman et al., 2007).

Sesión 5. Sesión conjunta orientada a promover el aumento de la expresión emocional y la conciencia del otro, a través del entrenamiento en el incremento de las interacciones positivas y en expresión de pensamientos y sentimientos hacia el cónyuge. La tarea terapéutica es la elección de actividades de mutuo agrado y su puesta en práctica.

Fase III. Entendiendo el significado de la infidelidad

Sesión 6. Sesión conjunta cuya intención es favorecer el manejo adecuado del conflicto marital y la recuperación de la confianza, para lo cual se entrena en la técnica del hablante oyente (Markman et al., 2007) y se elabora un contrato terapéutico referido a las conductas solicitadas por el cónyuge afectado hacia quien cometió la infidelidad y viceversa.

Sesión 7. Sesión conjunta e individual en la que se exploran los factores que contribuyeron a infidelidad para identificar las atribuciones causales con respecto al otro miembro de la pareja, la relación y la infidelidad. Se entrena en el debate de pensamientos relacionados con la infidelidad y se asigna como tarea la elaboración de una carta para el cónyuge.

Sesión 8. Sesión conjunta en la que se discute el impacto de la infidelidad, permitiendo a ambos cónyuges expresar asertivamente sus emociones respecto a lo que rodeó la infidelidad, el evento mismo y sus consecuencias. Se hace lectura de la carta y se resaltan los elementos que ayudarán en la construcción del perdón y la resolución del conflicto.

Fase IV. Construcción del perdón para seguir adelante

Sesión 9. Sesión individual cuyo objetivo es ayudar a la pareja a integrar la información recogida en una historia coherente que explique la infidelidad. Se indaga por el concepto que cada uno de los miembros de la pareja tiene acerca del perdón.

Sesión 10. Sesión conjunta en la que se busca favorecer la construcción de un concepto de perdón basado en la resignificación de las creencias y los mitos referentes al mismo.

Sesión 11. Sesión conjunta orientada a llevar a la pareja al entendimiento del perdón como la posibilidad de avanzar como individuos y como pareja, si optan por continuar con la relación, elaborando acuerdos para obtener y mantener el perdón.

Sesión 12. Sesión conjunta en la cual se abordan cuestiones problemáticas en la relación que puedan surgir en un futuro y/o problemas actuales que pueden estar o no relacionados con la infidelidad reforzando las estrategias entrenadas previamente.

Sesión 13. Sesión individual y conjunta en la que se hace seguimiento sobre los avances alcanzados durante el proceso terapéutico de forma individual y conjunta. Se aplica el DERS y el Inventario de satisfacción de necesidades de pareja.

Fase V. Seguimiento

Sesiones 14 y 15. Conjuntas. Se evalúa la evolución de la pareja sin asistencia terapéutica.

Anexo B. Autorregistro de discusiones relacionadas con la infidelidad

**CENTRO DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
PROGRAMA DE MAestrÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA
REGISTRO DE DISCUSIONES RELACIONADAS CON LA INFIDELIDAD**



A continuación encontrará un horario semanal en donde debe registrar el número de veces que se presentan discusiones con su pareja relacionadas con el evento de infidelidad. Registre también el motivo por el cual dicha discusión inició, ya sea por el evento o por una relación directa con otro hecho.

Ejemplo:

FRECUENCIA DE DISCUSIONES EN PAREJA RELACIONADAS CON EL EVENTO DE INFIDELIDAD						
DEL DÍA			AL DÍA			
LUNES 8	MARTES 9	MIÉRCOLES 10	JUEVES 11	VIERNES 12	SÁBADO 13	DOMINGO 14
<i>No me recogió a la hora acordada.</i>			<i>Le llegó un mensaje al celular y cambió su actitud</i>		<i>Me rechazó cuando le di un beso.</i>	
			<i>En casa se molestó cuando le pedí colaborar con los quehaceres</i>			
TOTAL						
1	0	0	2	0	1	0

Nombre: _____ **Fecha:** _____

Anexo C. Autorregistro de interacciones positivas



CENTRO DE PSICOLOGÍA CLÍNICA
PROGRAMA DE MAESTRÍA EN PSICOLOGÍA CLÍNICA
REGISTRO DE INTERACCIONES POSITIVAS

Nombre _____

Fecha _____

Instrucciones. Registre las interacciones positivas que ocurren entre usted y su pareja cada vez que una de ellas se presente. Concéntrese en las conductas e intercambios que fueron exitosos en cada área y en los comportamientos o intercambios que podrían ser diferentes para promover una mayor satisfacción. Tenga en cuenta que alguno o varios de los cuadros pueden quedar en blanco, pero que también es posible que algunos de ellos resulten con más de una conducta registrada. A continuación encontrará un ejemplo para cada área:

Área	Comportamientos/Interacciones positivas hoy	Sugerencias de cambio
Responsabilidades en el hogar	Al terminar de almorzar, levantó la mesa y lavó la loza sin que yo se lo pidiera.	Que colaborara en otras tareas de la casa
Crianza y manejo de los hijos	Ayudó a los niños con sus tareas	Que no lo haga sólo por un rato, sino hasta asegurarse de que las tareas están terminadas y los niños han entendido
Actividades sociales	Me acompañó a la fiesta del cumpleaños de mi tía aunque no tenía ganas de ir.	Aceptó ir pero se mostró algo displicente. Me gustaría que hiciera ese tipo de cosas con más agrado
Manejo del dinero	Este mes se encargó de pagar todos los recibos, lo que siempre había hecho yo y que me quita un buen tiempo cada vez que lo hago.	Podríamos turnarnos, para que un mes lo hiciera uno y el mes siguiente el otro.
Comunicación	Aunque llegó cansad@ del trabajo, dedicó un tiempo a conversar conmigo, contarme acerca de su día y preguntarme por el mío.	Que lo haga a diario
Sexo	Se preocupó por que yo quedara satisfech@ cuando tuvimos relaciones.	Que dediquemos más tiempo a las caricias y los besos.
Demostraciones de afecto, cariño e interés (besos,	Me dio un masaje largo. Tal como a mi me gusta	Ninguna