

# La **A**ventura de vivir en pareja

Miguel J. Mihanovich

La **A**ventura de vivir en pareja  
*Teoría y práctica de su psicoterapia*

 **Lugar**  
Editorial

Mihanovich, Miguel

La (a)ventura de vivir en pareja : teoría y práctica de su psicoterapia . - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Lugar Editorial, 2013.

312 p. ; 23x16 cm.

ISBN 978-950-892-441-4

1. Psicología. I. Título

CDD 150

Edición y corrección: Mónica Erlich  
Diseño de tapa: Silvia C. Suárez

© Miguel J. Mihanovich

*A mis padres que me dieron la vida;  
a mis libros que la enriquecieron;  
a mis afectos que le otorgaron sentido.*

ISBN: 978-950-892-441-4

© 2013 Lugar Editorial S. A.

Castro Barros 1754 (C1237ABN) Buenos Aires

Tel/Fax: (54-11) 4921-5174 / (54-11) 4924-1555

E-mail: [lugar@lugareditorial.com.ar](mailto:lugar@lugareditorial.com.ar) / [info@lugareditorial.com.ar](mailto:info@lugareditorial.com.ar)

[www.lugareditorial.com.ar](http://www.lugareditorial.com.ar) / [facebook.com/Lugareditorial](https://facebook.com/Lugareditorial)

Queda hecho el depósito que marca la ley 11.723

Impreso en la Argentina – Printed in Argentina

## Prólogo

María Rosa Glasserman

A Miguel lo conocí en 1983 cuando llegó a Cefyp (Centro de Familias y Parejas, cuyos directores éramos Adolfo Loketek y yo). Por entonces buscaba su formación sistémica; él, que ya poseía un largo curriculum como pediatra primero, terapeuta de niños y adolescentes después, formado con el equipo de Telma Reca, y psicodramatista luego, adiestrado por Carlos Menegazzo y Mónica Zuretti.

Se acercó con la característica que lo acompaña hasta hoy: su sencillez, no vanagloriándose de lo que ya sabía, sino más bien, a la búsqueda de lo que todavía le faltaba aprender, actitud que perdura hasta hoy.

Infaltable, incondicional, nos acompañó hasta el cierre de Cefyp y en la apertura, ya entonces como miembro fundador de F y P, Fundación Familias y Parejas, Instituto Argentino de Terapeutas Relacionales, en 2003.

Culto, amante de la mitología, la poesía, la música, siempre puso su peculiar nota literaria en las fiestas de fin de año. De Miguel, siempre se esperaba que escribiese algún asonantado romance o algún sorpresivo soneto que diera cuenta de la modelización en curso.

Miguel, amado y respetado por sus alumnos, fue un docente muy valorado. Se desempeñó como coordinador del equipo de parejas de F y P, hasta su retiro voluntario, aunque, por suerte, cada tanto nos acompaña en nuestros Ateneos con su permanente interrogación acerca de múltiples problemáticas.

Ahora pasemos al libro. Este es un escrito que da cuenta de la “modelización” Cefyp - FyP, por lo menos hasta su retiro, ya que sabemos, que todo pensar es dinámico y está en evolución permanente<sup>1</sup>.

El libro comienza con una introducción típica de él, donde aclara, sin falsa modestia, que se hace responsable de lo que dice. Hace un reconocimiento a su compañera de toda la vida y termina con una frase que suele decirles a los pacientes que no “creen” en la terapia, poniendo el acento en los recursos de aquel que consulta, en su deseo y esfuerzo de cambio, más que en la “conducción” del experto que los “trata”.

En el capítulo de las precisiones, Miguel nos aclara de qué parejas va a hablar. Eso deja recortado el campo al que va a referirse, diferenciado de algunos desarrollos posteriores del equipo de parejas de la institución, donde ha habido consultas de parejas homosexuales, las cuales, gracias a un consenso social que legitimó las mismas y que, por lo tanto, “se dejaron ver”, como así también temas de género y otros nuevos abordajes.

Es admirable observar a Miguel insistiendo en que no hay “verdades” establecidas, y advirtiendo del riesgo de pretender adaptar a la pareja consultante al modo de pensar del terapeuta, es decir, del peligro de orientar a los sujetos a ideas preconcebidas por el profesional, más que atender y ayudar a resolver el o los motivos que los hacen sufrir.

Es muy interesante el desarrollo que hace Miguel del tema de las parejas, tomando sus formas y su evolución con el acople habitual que él hace con el arte, tomando la escultura de “Psyque y Eros”, de Cánova, y luego la de “Los esposos de Cerveteri”, (terracota del 510 a.C.). En la escultura de Cánova, la pareja se mira, el mundo queda afuera, es inestable y en la segunda, en cambio, no se vislumbran urgencias y hay apoyo. Se va de la pasión, a la armonía, al encuentro...

Es interesante como, en todo momento, Miguel nos muestra la ruptura entre lo universal en las afirmaciones y las opiniones personales, manifestaciones del punto de vista de un individuo. Incluso cuando habla de las etapas de la psicoterapia, se dedica a aclarar cuidadosamente que las mismas están en la cabeza del terapeuta, como hipótesis útiles, para poder salir de la historia oficial de los relatos.

También es interesante observar cómo rescata lo intrapersonal, que había sido desechado durante mucho tiempo como polarización excesiva de lo interpersonal. Me gusta como lo plantea, como un entramado entre ambos. Me gusta también esa flexibilidad de tomar

1. Pensando así usamos el término modelización y no modelo, ya que este último da cuenta de algo estático. El concepto de modelización fue acuñado por Denise Najmanovich y Juana Droeven en el libro *Más Allá de pactos y traiciones*, 1997.

en cuenta las hipótesis como articulaciones arbitrarias y transitorias que recién serán validadas con los pacientes, con lo que coherentemente da cuenta de lo que dice. Solo se valida con las respuestas de los pacientes.

Iluminador resulta el aporte a los conceptos de responsabilidad y culpa, distinguiendo el hecho de que la culpa solo lleva al castigo o al indulto, en tanto que la responsabilidad entraña el cambio.

Como Miguel fue siempre un excelente maestro, ordena etapas, construye posibles preguntas, coconstruye una guía de primera entrevista, etcétera. Siempre con la aclaración de que esto es solo una guía que puede cambiar inmediatamente con nuevas preguntas que conduzcan a nuevos caminos. No pretende ser rígido, solo una ayuda ordenada. Un verdadero manual docente, lleno de energía.

Cuando pasa a la clínica, no pierde su estilo de incluir siempre la literatura, Schiller, Fromm, u otros para demostrar a través de la misma, las diferentes expectativas de los cónyuges.

A través de todos los casos y sus explicaciones observamos la maestría de sus intervenciones con el cuidado de las palabras, donde, por ejemplo, se dice (y cabe decirlo) “romántico” en lugar de “egoísta” y se pregunta qué cambia para que las parejas pasen del enajenamiento inicial a la desafiante cotidianidad.

Vale la pena observar la destreza, la creatividad y la libertad que Miguel utiliza en sus intervenciones, que suelen llevarlo casi de modo natural a los aspectos históricos.

Se adentra en temas como los celos o la sexualidad, distinguiendo, en este último caso, aquellas situaciones en las que la disfunción sexual aparece como un síntoma que debe ser examinado en otro ámbito, como terapias sexuales, de aquellos otros que pueden trabajarse como un síntoma más de las dificultades de encuentro de la pareja. Incluye, en este examen, las relaciones de poder que se juegan en esta área, haciéndolas extensibles al dinero. Ahí se extiende acerca de los mitos alrededor del sexo.

Miguel tiene algunas intervenciones que son perlas, una de ellas, dirigidas a un señor que comenta que con la pareja no tiene tanto sexo porque ya no son jóvenes, le dice: “No busque excusas para jubilarse y pregúntese cuando le entró la haraganería por vivir”.

No puede dejar nunca de incluir la literatura y, en un caso, rompiendo con un mito, cita a Nietzsche y dice: “Nietzsche decía que el hombre se hizo para la guerra y la mujer para el descanso del guerrero. Hoy la mujer y el hombre son guerreros y el sexo puede ser descanso para los dos. Una cama divertida relativiza muchas preocupaciones”.

Cuando entra en el tema de los pactos entre los miembros de la pareja, apela a algo que dice Dalmiro Bustos: “Cuando en una pareja hay ternura resultan buenos amigos, cuando hay proyectos son buenos socios, si hay buen sexo, son buenos amantes. Si se dan las tres cosas, son un buen matrimonio”.

Él agregaría, y yo adhiero, que para que estas condiciones se cumplan la pareja tendría que revisar permanentemente los pactos que los rigen. Por eso propone: *A la antigua idea de “Como hoy, siempre” habría que reemplazarla por “Hoy el goce del regalo, mañana el desafío de la opción”.*

Tal vez, Miguel, por la historia de su propia pareja larga y estable, a lo largo del tiempo desarrolla un optimismo alentador acerca de esta difícil tarea: atender parejas. Busca rescatar el reconocimiento de un pasado placentero y así, entre otras cosas, alienta la presunción de un posible futuro gratificante.

No tomaré de modo completo algo que me encanta: la propuesta de una innovación del pacto matrimonial en su enunciado clásico: “Te seguiré en la salud como en la enfermedad, en la pobreza o en la abundancia”, porque creo que será un hallazgo interesante para el lector. Hacerlo carne lleva a las parejas –no muy disfuncionales– a pensar profundamente en sí mismos y su aporte al conflicto, más que en acusar al compañero. El resto lo dejo para que lo encuentren. Solo les doy una pista, está al final del capítulo uno, de la segunda parte. A continuación, Miguel profundiza temas diversos: celos, infidelidades, secretos, espacio-tiempo, miembros sintomáticos en la pareja, el pasaje de la soltería al matrimonio, y otros. Siempre con esa pluma ágil que lo caracteriza, nos muestra un trabajo de filigrana que va de la clínica, a la literatura, al arte, en un atractivo entramado artesanal. Finaliza con un cuento acerca de la pareja que habla mucho del “ser” del terapeuta. Aunque se considere una indiscreción de mi parte, es como yo pienso que Miguel considera a la pareja que construyó con su mujer, a lo largo de toda la vida.

Hay un original epílogo donde Miguel se dirige a su libro, a su producto. Termina deseándole que lo haga abuelo a través de nuevas ideas.

Interesante final, si lo ligamos al concepto de investigación que nos transmite Alejandro Haber<sup>2</sup>. El nos dice que investigar tiene que ver con la voz latina de *vestigium* (planta del pie).

2. Haber, Alejandro, “Nometodología Payanesa: Notas de metodología Indisciplinada.....”. Con comentarios de Henry Tantalean, Dante Ángelo y Francisco Gil García. En *Revista Chilena de Antropología*, 23, 1° semestre 2011.

Como extensión también se refiere a la huella que esta deja. Es interesante –dice Haber– que *vestigium* signifique al mismo tiempo la pisada y la huella que deja. Y concluye: “Y seguir las huellas no me permite simplemente conocer las pisadas, sino principalmente, advertir la dirección de aquel que ha transitado por este lugar”.

¿Por qué digo esto? Porque desde su comienzo, el Centro de Familias y Parejas y luego la Fundación Familias y Parejas fueron pioneros en nuestro país, a través de muchos terapeutas que trabajaron/mos buscando, indagando, investigando en el sentido de Haber, es decir, pisando, al mismo tiempo que dejando huella. Las de Miguel están. Ahora es tiempo de que se gesten otras pisadas que vayan dejando nuevas huellas en una cadena que cumpla el deseo del autor en su epílogo: ser parte de un interminable proceso creativo.

## Introducción de imprescindible lectura

Miguel Mihanovich

Escribir un libro es saldar una deuda. O, al menos, intentar hacerlo. Y este libro es fruto del intento de pagar aquella deuda. Una deuda con todos los amigos cuyas voces me hablan desde los anaqueles de mi biblioteca, siempre en irrenunciable expansión. Con todos los maestros, cuyas enseñanzas me recorren; con todas las personas con las que la vida me puso en contacto. Con aquellos que me precedieron y con los que me continúan. Y, sobre todo, con la admirable mujer que un día consintió en unir a la mía su propia azarosa aventura de vivir. A todos ellos yo les debía este libro.

Y me resisto a advertir que sin todas estas influencias este libro hubiera sido imposible, ya que sin esas influencias *yo* hubiera sido imposible.

Consecuente con mis ideas sistémicas, y modificando irrespetuosamente lo que decía Ortega<sup>1</sup> (1950), yo no soy yo y mi circunstancia, sino el resultado provisorio de una compleja urdiembre de mutuas influencias con aquellas circunstancias que me modelan y a las cuales yo modelo al incorporarlas. ¿Cómo se escucha a Minuchin después de haber leído el Quijote? ¿Cómo se acerca uno a Platón luego de concluir una novela de Ágatha Christie? ¿De qué manera Borges predispone para conocer a los posmodernistas? ¿Y cómo se aprende lo mucho

---

1. Ortega, (1950) "Yo soy yo y mi circunstancia, y si no la salvo a ella no me salvo yo" "Meditaciones del Quijote", de las Obras completas de ed. *Revista de Occidente*. Tomo I p. 322.

y muy bueno que se ha escrito sobre los avatares de la pareja, luego de cumplir más de medio siglo de casado?

Este libro que tienes en las manos no viene a llenar ningún vacío, salvo el que hubiera existido si no hubiera sido escrito. Porque la necesidad del acto creador, y el propio acto creador, se co-construyen<sup>2</sup> en un rulo recursivo, como la terapia no existe ni antes ni después de acto terapéutico. Por eso, yo no soy su autor, sino el efímero e imprescindible amanuense que contribuyó a su emergencia.

Pero cuando decidí plasmar mis ideas en la temeraria empresa de ponerlas por escrito, se me hizo presente un dilema: ¿A quién iba a ser dirigido este libro? ¿Quiénes, suponía yo, iban a ser convocados para su lectura? Porque es imposible escribir sin imaginar al lector. A mis colegas de vasta experiencia poco o nada nuevo había de aportarles. Y para aquellos que recién se inician, ¿quién me autorizaba a ser maestro? La inventiva vino en mi ayuda. Este libro iba a ser solamente una huella, un testigo de dónde estuve yo y qué cosas pensé. Una señal de mi transcurrir profesional que me autorizaba algunos pensamientos novedosos entre tantas cosas aprendidas de los demás.

Por ser así concebido, tal vez se haga continua referencia a casos clínicos, o haya profusión de viñetas con pretensión de ilustrar lo que voy diciendo, pero es que de aquellos casos y estas viñetas nacieron las reflexiones que justifican estas páginas, además de la imprescindible bibliografía.

En este punto es bueno reconocer que toda bibliografía no es sino un arbitrario recorte de nuestros recuerdos, a la par que una inevitable confesión de nuestras ingratitudes para todos aquellos de los que nos mutiló la flaqueza de nuestra memoria. Cualquier reseña bibliográfica no es más que la aparatosa aparición de un *iceberg*, cuya totalidad permanece invisible, mayoritaria y sustentadora, en las profundidades insondables del mar que lo oculta.

Ese modo de pensar me lleva a la paradoja de ser diferente entre mis semejantes, y semejante entre mis diferentes, como lo eres tú, *caro* lector.

Porque si te ubicas donde yo me ubico y miras en la dirección en la que miro, verás las mismas cosas, a condición de que tengas idéntico peso, similar altura, igual edad, hayas leído los mismos libros, hayas

2. Cuando en esta y en otras ocasiones separamos el prefijo “co” lo hacemos adrede, para enfatizar el rulo recursivo en el que se influyen los elementos a los que alude la palabra que sigue al prefijo.

sobrellevado idénticos pesares y hayas gozado idénticos gozos, hayas transitado mis mismas circunstancias y te hayan acunado idénticos afectos. Y aun así....

Decía Baltasar Gracián que si veía un tigre, conocía a todos los tigres, si veía una cabra conocía a todas las cabras, pero si veía a un hombre tan solo conocía a ESE hombre, único en la inacabable y plural originalidad entre todos los hombres<sup>3</sup>.

En cuanto a los ejemplos clínicos que presento, todos ellos son de una rigurosa veracidad. Por supuesto se han cambiado los nombres y las circunstancias identificatorias, para preservar el anonimato, pero las viñetas clínicas proceden de mis notas y video grabaciones. Guardo hacia mis consultantes mi más profunda gratitud y el mayor de los respetos. Gratitud, porque confiaron en mí para salir de sus problemas, y respeto porque siempre me admiró el coraje que hay que tener para entregar a un desconocido el inalienable tesoro de la vida personal.

En muchas ocasiones me ha sucedido, como supongo a la mayoría de mis colegas, que un consultante me dijera con absoluta sinceridad. “Dr., yo no creo en la terapia. No creo que usted pueda solucionar nuestros problemas”. Y mi respuesta fue siempre la misma: “Que usted crea o no en mí, carece de importancia. Lo importante es que yo creo en usted: creo en su capacidad y en su intenso deseo de ser todo lo feliz que puede ser alguien en esta vida. Creo que usted tiene los recursos para superar de alguna manera sus problemas. Y creo que me utilizará como herramienta para hacerlo. Un terapeuta, como un sacerdote o un amigo privilegiado, somos los medios que usará su tendencia a la salud y al bienestar”.

Y no voy a caer en la trivialidad que son propios los errores y ajenos los aciertos de este libro. Los unos y los otros son de mi absoluta responsabilidad, y a ninguno de los dos renuncio, ya que quien corrija mis faltas dará un paso más en el mundo de la gestación de ideas novedosas, paso imposible sin el error que promovió esa corrección. Parafraseando a la Madre Teresa, y a sideral distancia de ella, “Yo sé que lo que hago es solo una gota en el océano, pero si no lo hiciera, al océano le faltaría esa gota”.

3. No se me escapa que si al tigre o a la cabra se les pidiera opinión, su parecer sería diametralmente opuesto al de Gracián, pero... humanos somos y a los puntos de vista humanos me adhiero .

## Algunas precisiones

### Premisas básicas

Este es un libro informal e irreverente. Con la informalidad y la irreverencia a las que autorizan los muchos años vividos en el respeto y la concordancia. Es informal desde el título a la bibliografía. Y es irreverente porque expone hipótesis a veces arriesgadas, y a veces ya conocidas. Tiene la informalidad y la irreverencia de lo personal y de lo espontáneo.

Mucho de lo que dicen estas páginas, fue tema de otros tantos ateneos, jornadas, talleres y clases en los que participamos, en Cefyp primero, y en la Fundación Familias y Parejas después. Todo ese material, corregido, modificado y actualizado, sale hoy a engrosar el mundo precedero de la palabra escrita.

También dejamos constancia de que, en función de nuestra mayor experiencia, habremos de referirnos a parejas heterosexuales, urbanas, de la amplia clase media argentina.

### El imperativo de definir

Cuando comenzó a plasmarse este libro, se nos antojó que era riesgoso hablar de terapia de pareja si antes no especificábamos de qué estábamos hablando, si previamente no definíamos los términos. Si no dábamos este paso previo, corríamos el riesgo de caer en la misma trampa en la que, no pocas veces, caemos los seres humanos: suponer que la misma palabra tiene el mismo significado para quien la pronuncia y para quien la escucha. El valor semántico de muchas palabras, si no de todas, está enmarcado por el entorno cognitivo y emocional en el cual dicha palabra fue incorporada al aprendizaje de nuestro lenguaje. Y, además, por las variables que el entorno sociocultural del momento impone a ciertos vocablos. Por eso era imperativo comenzar tratando de ponernos de acuerdo en qué queremos decir hoy cuando decimos pareja y cuando decimos terapia. Por supuesto que no pretendemos pronunciar sobre estos temas la palabra definitiva y perdurable, pero sí creemos que el lector tiene el derecho de saber qué decimos nosotros cuando decimos lo que decimos. Pretender que todos hablamos igual es suponer que todos pensamos lo mismo. Quizá, superar esta falacia sea el primer movimiento en toda psicoterapia.

A ello hay que agregar que, precariamente, en la tarea con parejas nos presentamos siempre como “un terapeuta *sistémico y relacional*”, tal como nos definíamos en la Fundación Familias y Parejas.

¿Qué cosa significa para nosotros ser un terapeuta sistémico relacional? Tiene que ver, pensamos, con un articulado ecológico de los hechos observados.

Articulado que, por supuesto, está en la cabeza del observador más que en los hechos que observa. Es una forma de disponer las conductas “entre” las personas, además de lo que suponemos que ocurre “en” las personas. Y tiene que ver con viejos principios que, aun hoy, para nosotros conservan su vigencia, tales como la causalidad circular, los mandatos que se perpetúan a partir de los discursos repetidos, los juegos de poder, la consideración de la historia, como el recorte que hacemos de nuestros recuerdos, la imposibilidad de acceder a la verdad, una determinada visión del mundo y de nuestro estar en el mundo, condicionada por la manera que tenemos de hablar y hablar-nos, y una particular involucración del terapeuta, de sus emociones y sus pensamientos en el acto terapéutico, todo ello actuado y actuante en los discursos que transitan entre las personas, incluido el terapeuta.

Precisar los términos será, pues, el intento de los primeros capítulos.

# Índice

<b>Prólogo</b> .....	7
<b>Introducción de imprescindible lectura</b> .....	13
<b>Algunas precisiones</b> .....	16
<b>Parte 1. Colocando los cimientos</b>	
<b>Capítulo 1. Qué decimos hoy cuando decimos “pareja”</b> .....	21
¿Es necesario vivir en pareja? .....	21
Acerca de las nuevas constelaciones de parejas .....	23
¿Cohabitación vs. matrimonio?.....	25
A situación nueva ¿vocabulario nuevo?.....	28
Y aparece el amor .....	31
Hablando del amor.....	33
Definiciones relacionales.....	40
El hablar de las parejas.....	41
Hipotetizando a la pareja desde otra evolutiva.....	45
<b>Capítulo 2. Qué decimos hoy cuando decimos “terapia de pareja”</b> .....	51
Nuestra práctica terapéutica .....	51
Ordenando los relatos .....	58
Ventajas de la terapia de pareja.....	61
Dificultades de la terapia de pareja.....	62
El par antitético inclusión-exclusión .....	63
El diálogo de la pareja y con el terapeuta .....	69
Contando cuentos .....	72
El hablar terapéutico.....	79
¿Es suficiente la terapia de pareja? .....	84

## Parte 2. Situaciones clínicas

<b>Capítulo 3. Sobre variadas disfunciones</b> .....	89
Qué se espera de la pareja.....	89
Dime cómo hablas .....	93
El pacto imposible.....	96
La ilusión de cambiar al otro .....	98
Aparecen los celos .....	101
Algo sobre la sexualidad.....	106
Los pactos encerrantes .....	108
Los recuerdos de la pareja .....	114
<b>Capítulo 4. La infidelidad</b> .....	119
Rencor y duelo por el espacio perdido .....	119
<b>Capítulo 5. La violencia en la pareja</b> .....	141
<b>Primera parte</b>	
La violencia en la literatura y la mitología.....	141
<b>Segunda parte</b>	
La violencia en la pareja.....	147
La violencia en la clínica .....	152
Sacando culpas .....	160
Reacciones y recursos del terapeuta ¿se enoja o se protege?.....	165
Los aspectos competitivos de la pareja .....	170
La historia de la pareja .....	171
<b>Capítulo 6. Psicoterapia y cambios socioculturales</b> .....	175
<b>Capítulo 7. El secreto en la pareja y en la terapia</b> .....	187
<b>Capítulo 8. Parejas con un miembro sintomático</b> .....	205
Entre el individuo y el sistema.....	205
El espacio y el tiempo en la psicoterapia.....	206
Uno es el paciente y dos están en la sesión.....	211
<b>Capítulo 9. Aprendiendo a vivir en pareja</b> .....	239
De la soltería al matrimonio .....	239
Del amantazgo al matrimonio .....	253

## Parte 3

<b>Capítulo 10. La aventura de ser terapeuta de parejas</b> .....	265
Cuando aparece la seducción.....	267
Cuando aparece la verbosidad .....	270
Cuando el terapeuta sintoniza con alguna modalidad de un paciente.....	274
Actitudes inusuales del terapeuta .....	289
<b>Epílogo de indiscreta lectura</b> .....	301
<b>Bibliografía</b> .....	303