

Relaciones Vinculares Contemporáneas.

MSc. Guerra-Vargas, Galo. Psicólogo Modificador De Conducta, Sexólogo

Miembro de la Asociación Española de Psicología Conductual

Miembro de la Asociación Latinoamericana de Análisis, Modificación del Comportamiento y Terapia
Cognitivo-Conductual

Director del Instituto Conductual de Costa Rica, Y Docente Universitario

E mail: galo@incocr.org

Resumen:

Las relaciones de pareja, sus fundamentos, orígenes y problemáticas han sido tema recurrente en la literatura psicológica, y es también un motivo frecuente de trabajo en la consulta psicoterapéutica. Hoy día, las relaciones entre dos o más personas han sufrido cambios significativos, lo que hace que los profesionales de la salud, encargados de brindar el tratamiento apropiado a las necesidades de las personas, se vean en la obligación de comprender mediante categorías descriptivas, las crecientes variaciones que la contemporaneidad implica.

Es así como se ha pasado de definiciones y relaciones “más tradicionales” haciendo referencia a la frecuencia en lo popular, ha relaciones “más variadas” o diversas (Rivera, Cruz, & Muñoz, 2011), (Becerril, 2001). Los conceptos de noviazgo, matrimonio, amantes, por ejemplo, se han ido quedando cortos poco a poco con la basta variedad de relaciones que han emergido en la actualidad, y la escogencia de parejas afines en relaciones vinculares (Guerra-Vargas, 2001a) se ha ido tornando más compleja, para quienes desean tener alguna práctica con un par coetáneo.

El presente estudio realizado por el autor, muestra el agrado y preferencia de entre una muestra de poco más de 700 personas, por relaciones como el sexo casual, pareja sexual, relación abierta, relación de poliamor, pareja swinger, relación exclusiva, relación paralela, y los amigos con derechos. Para cada una de las categorías se brinda una descripción conductual de la misma, es indistinta de la orientación sexual de las personas participantes, y los resultados reflejan la opinión, preferencia y satisfacción al haber participado en alguna de dichas relaciones.

Palabras Clave: Pareja, Sexualidad, Relaciones, Vinculo

Introducción.

Tal y como lo expresa Cáceres (Cáceres Carrasco & Escudero Carranza, Valentín, 2002) “las relaciones afectivas y sexuales, que constituyen uno de los desafíos más emocionantes y atractivos en nuestra vida, son también uno de los más difíciles de resolver”. Ante esta situación, uno de los problemas psicoterapéuticos más frecuentes es lograr dar una conceptualización, descripción y entendimiento objetivos, de manera tal que se dejen a un lado los juicios de valor del terapeuta, y permita la mejor comprensión de la persona a la que está atendiendo.

La mayoría de las definiciones de pareja que se encuentran en la literatura, hacen referencia a la experiencia afectiva, a los proyectos a futuro, intercambio recíproco de emociones, e incluso, en ocasiones, se ve que la redacción lleva implícito el que la relación debe ser heterosexual.

Una definición propuesta hace algunos años atrás expone que la pareja se entiende como el enlace entre dos personas para compartir un mismo vínculo (Guerra-Vargas, 2001b). Ello lleva a pensar que al emplear la palabra “persona” solamente se está hablando de un ser humano, indistintamente de su sexo y/o género; y que por vínculo, tal y como se define desde la psicología, se entiende “una forma particular de relación entre personas u objetos” (Bruno & Wolfson, 1997) (Dorsch, Traxel, Witte, & Antich, 1976) lo que conduce a pensar que hay más de un tipo de relación posible entre las personas, ya que al encuadrar a la pareja solamente en el contexto afectivo, se crea un sesgo en las posibilidades de relaciones entre dos personas.

La contemporaneidad ha abierto la posibilidad de que en temas erótico, afectivos y sexuales, las posibilidades vinculares sean más amplias, esto debido a las variaciones de estilo de vida, la acepción social de la diversidad en las mismas, y también en las necesidades internas de las personas, que en ocasiones no desean tener una relación afectiva de largo plazo, sino más bien optar por algún otro tipo de relación que se ajuste mejor a su necesidad inmediata.

Conceptualización.

Ante ésta necesidad, y tomando en cuenta la evidencia empírica mostrada en psicoterapia, y las relaciones mostradas en la diversidad de literatura y redes sociales, es que el autor conceptualiza las siguientes relaciones vinculares para las áreas erótico – afectivas y sexuales.

- **Sexo Casual:** Esta es una relación sexual que se tiene con una persona desconocida, a la que normalmente se le aborda en algún bar, discoteca, restaurante, concierto, red social, etcétera, y en la que existe un único encuentro sexual, hasta un máximo de dos o tres encuentros. En el caso de conocer a la persona, igualmente se varía de un encuentro sexual hasta máximo tres. En éste tipo de relación no se desea vinculación afectiva por parte de ninguna de las dos personas involucradas, no existe expectativa de futuro compartido, la exclusividad no es requisito ni es deseada, y tampoco lo son los sentimientos de pertenencia como los celos o el cariño. Tampoco existe intercambio recíproco de emociones ni la intimidad de la filosofía de vida.

- **Amigos con Derechos:** Esta es una relación en la cual dos personas mantienen relaciones sexuales de manera frecuente, pero evitan tener el vínculo afectivo de una relación de pareja estable y exclusiva. Es una relación en la cual no existe el compromiso. En ella la amistad también es posible, por lo que no se circunscribe únicamente al ámbito sexual. Tampoco existe expectativa de futuro compartido, la exclusividad no es requisito ni es deseada, y tampoco lo son los sentimientos de pertenencia como los celos o el cariño. Esta relación tradicionalmente es confundida con la pareja sexual, o el sexo casual.

- **Pareja Sexual:** Esta es una relación en la cual dos personas mantienen relaciones sexuales de manera constante, no tienen vínculo afectivo como si fuera una relación de pareja estable y exclusiva; pero tampoco mantienen ningún tipo de amistad de por medio, manteniéndose la relación exclusivamente en el plano sexual. No se desea que haya expectativas de un futuro compartido, la exclusividad no es deseada ni es requisito, y tampoco lo son los sentimientos de pertenencia como los celos o el cariño.

- **Relación de Pareja Exclusiva:** En esta relación se encuentran el noviazgo, matrimonio, y unión libre, y se caracteriza por el desarrollo de un vínculo afectivo entre ambos miembros de la pareja,

además del vínculo sexual. La fidelidad y la monogamia son características de esta relación. En ella existe la expectativa de futuro compartido, la exclusividad es requisito y deseada; y existen sentimientos de pertenencia como los celos o el cariño. Hay intercambio recíproco de emociones y la intimidad de la filosofía de vida, así como el compromiso entre ambas personas.

- **Relación Abierta:** En esta relación también se encuentra el noviazgo, matrimonio, y unión libre, y existe el desarrollo de un vínculo afectivo entre ambos miembros de la pareja. Sin embargo por acuerdo mutuo entre las dos personas, la exclusividad sexual no está incluida, por lo que ambos miembros tienen carta libre para tener “canitas al aire” (aventuras casuales). En ella existe la expectativa de futuro compartido, y existen sentimientos de pertenencia como el cariño; los celos por el contrario no son aceptados. Hay intercambio recíproco de emociones y la intimidad de la filosofía de vida, así como el compromiso entre ambas personas. Es una relación previamente consensuada por acuerdo explícito de ambas personas.

Relación Paralela: Este es el tipo de relación en la cual una o las dos personas se encuentran en una relación de pareja exclusiva (noviazgo, matrimonio, unión libre), sin embargo se desarrolla una relación afectiva con una tercera persona, que tradicionalmente se le llama “amante”. Existe desarrollo de emociones como el cariño y los celos, pero a sabiendas de que hay una relación nuclear de alguno o ambos previamente existente. La exclusividad por ende no es posible, aunque en ocasiones es deseada.

- **Relación de Poliamor:** Esto es una relación en la cual más de dos personas mantienen relaciones afectivas estables, y relaciones sexuales estables, con conocimiento y consentimiento de todas y cada una de las personas involucradas. En ella se puede desarrollar el amor por más de una persona de forma simultánea, y cuenta con la aprobación de todas las personas involucradas. En ella puede existir la expectativa de futuro compartido, y existen sentimientos de pertenencia como el cariño, los celos por su parte no son deseados por lo menos a lo interno de los participantes que hayan llegado al acuerdo. Hay intercambio recíproco de emociones y la intimidad de la filosofía de vida.

- **Pareja Swinger:** En ella una relación de pareja estable afectiva y sexual, disfruta del intercambio sexual de parejas, con otras parejas en noviazgo, matrimonio, o unión libre, que tienen la misma ideología. Los intercambios de pareja ocurren en el mismo sitio, a la vista de todos los miembros de ambas parejas. La fidelidad y la monogamia son características de esta relación, con la excepción del momento en que se realiza el intercambio. En ella existe la expectativa de futuro compartido; y existen sentimientos de pertenencia como los celos o el cariño. Hay intercambio recíproco de emociones y la intimidad de la filosofía de vida, así como el compromiso entre ambas personas.

Estudio.

Sobre las clasificaciones anteriormente descritas, el autor diseñó un estudio exploratorio cuantitativo, con un cuestionario de preguntas cerradas, en el que se pretendió conocer si se ha practicado cada una de ellas, si existió satisfacción al practicarla y las actitudes de los encuestados para cada una. La recolección de datos se realizó mediante un enlace web, captando un total de 703 personas como muestra, mediante sistema de participación voluntaria y recolección no probabilística; y a su vez el análisis de los resultados se realizó mediante el software SPSS.

Resultados.

Para la elaboración de los resultados se agruparon las respuestas de la totalidad de encuestados en cada una de las categorías de relación vincular propuestas.

Para la categoría de Sexo Casual, de forma descriptiva se encuentra que un 52.8% manifiesta haberlo practicado contra un 47.2% que no lo ha practicado; de los cuales, entre quienes sí lo han hecho un 36.2% encontró la experiencia gratificante; y del total de la muestra el 43.3% tiene una opinión favorable de dicha práctica. Así mismo, se encuentra que el 35.8% manifiesta que comparte, respeta y practicaría el sexo casual; un 23.7% no lo comparte, lo respeta y tal vez practicaría el sexo casual, mientras que 33.7% no lo comparte, lo respeta pero no lo practicaría, y un 6.8% manifiesta que no lo comparte, no lo respeta y no lo practicaría.

En la categoría de Amigos Con Derechos, de forma descriptiva se encuentra que un 64.1% manifiesta haberlo practicado contra un 35.9% que no lo ha practicado; de los cuales, entre quienes sí lo han hecho un 49% encontró la experiencia gratificante; y el 58.6% de la muestra tiene una opinión favorable de dicha práctica. Así mismo, se encuentra que el 51.6% manifiesta que comparte, respeta y practicaría una amistad con derechos, un 18.6% no lo comparte, lo respeta y tal vez practicaría la amistad con derechos; mientras que 25.4% no lo comparte, lo respeta pero no lo practicaría, y un 4.4% manifiesta que del todo no lo comparte, no lo respeta y no lo practicaría.

Para la categoría de Pareja Sexual, descriptivamente se encuentra que un 34.9% manifiesta haberlo practicado contra un 65.1% que no lo ha practicado; de los cuales, entre quienes sí lo han hecho un 29.8% encontró la experiencia gratificante; y el 49.1% de encuestados tiene una opinión favorable de dicha práctica. También se encuentra que el 38.5% manifiesta que comparte, respeta y practicaría una relación de pareja sexual, un 18% no lo comparte, lo respeta y tal vez la practicaría, mientras que 34.3% no lo comparte, lo respeta pero no lo practicaría, y un 9.2% manifiesta que del todo no lo comparte, no lo respeta y no lo practicaría.

Dentro de la categoría de Relación de Pareja Exclusiva, se encuentra que un 95.3% manifiesta haberlo practicado contra un 4.7% que no lo ha practicado; de los cuales, entre quienes sí lo han hecho un 90.1% encontró la experiencia gratificante; y del total de la muestra el 93.9% tiene una opinión favorable de dicha práctica. También se encuentra que el 93.7% manifiesta que comparte, respeta y practicaría una relación de pareja exclusiva, un 4.1% no lo comparte, lo respeta y tal vez la practicaría, mientras que 1.9% no lo comparte, lo respeta pero no lo practicaría, y un 0.3% manifiesta que del todo no lo comparte, no lo respeta y no lo practicaría.

Para la categoría de Relación Abierta, de forma descriptiva se encuentra que un 15.3% manifiesta haberla practicado contra un 84.7% que no la ha practicado; de los cuales, entre quienes sí lo han hecho un 10.9% encontró la experiencia gratificante; y el 26.9% de la muestra tiene una opinión favorable de dicha práctica. Así mismo, se encuentra que el 18% manifiesta que comparte, respeta y practicaría una relación abierta, un 14.1% no lo comparte, lo respeta y tal vez la practicaría; mientras que 43.9% no lo comparte, lo respeta pero no lo practicaría, y un 24% manifiesta que no lo comparte, no lo respeta y no lo practicaría.

Dentro de la categoría de Relación Paralela, se encuentra que un 37.9% manifiesta haberla practicado contra un 62.1% que no lo ha practicado; de los cuales, entre quienes sí lo han hecho un 21.8% encontró la experiencia gratificante; y el 15.3% de los encuestados tiene una opinión favorable de dicha práctica. También se encuentra que el 16% manifiesta que comparte, respeta y practicaría una relación paralela, un 16% no lo comparte, lo respeta y tal vez la practicaría, mientras que 33.1% no lo comparte, lo respeta pero no lo practicaría, y un 34.9% manifiesta que del todo no lo comparte, no lo respeta y no lo practicaría.

En la categoría de Relación de Poliamor, de forma descriptiva se encuentra que un 6.3% manifiesta haberlo practicado contra un 93.8% que no lo ha practicado; de los cuales, entre quienes sí lo han hecho un 5.8% encontró la experiencia gratificante; y del total de encuestados el 23.8% tiene una opinión favorable de dicha práctica. Así mismo, se encuentra que el 15.7% manifiesta que comparte, respeta y practicaría una relación poliamorosa; un 9.2% no lo comparte, lo respeta y tal vez practicaría, mientras que 45.2% no lo comparte, lo respeta pero no lo practicaría; y un 29.9% referente al poliamor manifiesta que del todo no lo comparte, no lo respeta y no lo practicaría.

Para la categoría de Pareja Swinger, descriptivamente se encuentra que un 4.2% manifiesta haberlo practicado contra un 95.8% que no lo ha practicado; de los cuales, entre quienes sí lo han hecho un 3.6% encontró la experiencia gratificante; y el 24.1% de la muestra tiene una opinión favorable de dicha práctica. También se encuentra que el 12.9% manifiesta que comparte, respeta y practicaría una relación de pareja swinger, un 12.5% no lo comparte, lo respeta y tal vez la practicaría, mientras que 45.6% no lo comparte, lo respeta pero no lo practicaría, y un 28.9% manifiesta que del todo no lo comparte no lo respeta y no lo practicaría.

Conclusiones

Ante todo, llama la atención que la totalidad de la muestra encuestada haya podido ubicar las categorías y responder el cuestionario sin dejar espacios en blanco que obligaran a tener “datos sucios”. Ello implica que las categorías propuestas si son comprensibles y del conocimiento de las personas, lo que implica que, tal y como se expuso en la introducción, los tipos vinculares

contemporáneos ya son más amplios que las categorías de “exclusivo, noviazgo, amantes” por mencionar algunos.

Referente a la Pareja Exclusiva es claro dada su mayoría (95.3%) que sigue siendo una de las relaciones más apetecidas y esperadas por las personas. La exclusividad parece marcar la intención de practicarla al presentar un 93.7%. Sin embargo, los datos arrojados por la muestra pueden ser contradictorios al confrontárselos con otros tipos de vínculos que implican también características afiliativas de vinculación afectiva o monógama, como la Relación Paralela donde un 37.9% manifiesta haberla practicado y una posibilidad de practicarla de un 16%; o bien la Relación Abierta que muestra un 15.3% de práctica realizada, y un 18% de intencionalidad de práctica.

Por su parte, la idea de la exclusividad sexual propia de la Pareja Exclusiva, muestra una reducción con respecto al concepto tradicional, ya que las categorías de Relación Paralela, Relación de Poliamor, Pareja Swinger, y Relación Abierta muestran una práctica realizada de 37.9%, 6.3%, 4.2%, 15.3% respectivamente, y con una intencionalidad de práctica del 16%, 15.7%, 12.9%, 18% respectivamente también. Estos datos denotan una intencionalidad superior al 13% de forma global de tener relaciones estables que no sean exclusivas, pero con consentimiento mutuo, dado que una de las características fundamentales de dichas relaciones es la vinculación afectiva y la comunicación.

La idea tradicional de la sexualidad exclusiva dentro de la pareja muestra por su parte no ser aceptada del todo, ya que los vínculos basados en el sexo, sin vinculación afectiva tienen porcentajes altos de aceptación, tal es el caso del Sexo Casual (52.8% lo ha practicado y un 35.8% lo practicaría); de la Amistad Con Derechos (64.1% lo ha practicado y un 51.6% lo practicaría); o bien la Pareja Sexual (34.9% la ha practicado y un 38.5% lo practicaría). Estas relaciones no tienen como requisito la existencia de una pareja, o de una filiación afectiva entre las personas, más bien las emociones propias del enamoramiento no son deseadas, y se intenta mantener la relación en el plano sexual meramente.

En el plano de fidelidad y “compartir” a la pareja, la idea tradicional sigue teniendo vigencia y el aprendizaje social muestra seguir estando presente, pues la Pareja Swinger y la Relación de Poliamor, que son relaciones donde abiertamente se sabe que no se es exclusivo sexualmente tienen tan sólo un 4.2% y un 6.3% de prácticas realizadas respectivamente, y los porcentajes de la muestra que manifiestan su negativa abierta a practicar son de 74,5% y 75,1% respectivamente también. La idea de exclusividad sexual dentro de la relación afectiva, entonces, parece seguir siendo una cualidad deseada y apetecida, por lo que se ve que las relaciones sexuales no exclusivas, son practicadas en altos porcentajes, siempre y cuando no se sepa abiertamente que la exclusividad se ha dejado de lado, dada la comparación con el Sexo Casual, Amigos con Derecho, o Pareja Sexual.

Por su parte, la vinculación afectiva, intercambio de emociones, y compromiso, muestran estar presentes en otras relaciones distintas a la Pareja Exclusiva, tal es el caso de la Relación de Poliamor con un 6.3% de práctica y una intención de práctica del 15.7%; la Pareja Swinger con un 4.2%, de práctica y una intención de práctica del 12.9%, o la Relación Abierta con un 15.3% de práctica y una intención de práctica del 18%, lo que implica que la población está abierta a la idea de que las emociones se puedan involucrar de forma estable en relaciones que no son exclusivas sexualmente. Sobre este mismo punto, llama la atención que en el caso de la Relación Paralela, aunque tan sólo un 16% manifiesta que la llevaría a la práctica, contrasta con el 39,7% de personas que efectivamente la han practicado, lo implica que si bien es una práctica no apetecida, sí se está realizando, y en un porcentaje mayor al de la intencionalidad.

Discusión

El presente estudio, es de naturaleza exploratoria y de carácter cuantitativo, por lo que no profundiza en la experiencia subjetiva de cada una de las personas de la muestra. Sin embargo, a raíz de sus resultados, es posible evidenciar que existe una necesidad de reconceptualización de la pareja. Muchos autores a lo largo del tiempo se han concentrado en la idea de la comunicación, el compromiso, la reciprocidad emocional, y el involucramiento (Cáceres Carrasco & Escudero Carranza, Valentín, 2002), (Becerril, 2001), (Rivera et al., 2011), (Almendros, Gámez Guadix, Carrobes, Rodríguez, & Porrúa, 2009), (Beck, 1990), mas sin embargo queda claro que dicho factores no necesariamente se encuentran presentes en todos los tipos de pareja posible.

El concepto tradicional basado en el amor, según los resultados, no es el único concepto que se toma en cuenta, pues algunos tipos de relación, más bien excluyen el mismo de la posibilidad de existir. No se descarta la existencia de amor del todo, es más bien una de las opciones probables.

Si bien es cierto la fidelidad en las relaciones exclusivas ha sido un punto muy alto en lo que las personas desean en su relación afectiva, la misma ve una modificación en la existencia de la pareja, tal es el caso de la Relación Abierta, la Relación de Poliamor, y la Pareja Swinger, donde se puede apreciar que existe una relativa exigencia de fidelidad en las últimas dos, con algunos excepciones de contacto sexual foráneo al núcleo de la pareja, pero con reglas bastante claras y delimitadas para que ello ocurra.

Dicha fidelidad que ha demostrado ser tema central en cuanto a la pertenencia (Contreras, Guzmán, Alfaro, & Jiménez, 2011), (Galarza, Taboas, & Ortiz, 2009), (Leiva, Jacinto, & Ortiz, 2001), (Pittman, 1994), acorde con las respuestas y tipos de parejas mostrados en el presente estudio, sigue siendo aún el elemento fundamental, aunque los tipos de vínculos planteados permitan en más de uno de ellos que no sea viable.

Basándose en los resultados, las personas muestran altas intencionalidades prácticas que nos son apegadas al concepto de “Pareja Exclusiva”, lo que refuerza la necesidad de reformular los conceptos por los cuales la psicología debe replantear las categorías existentes en la actualidad, para ajustarse a las nuevas necesidades emergentes.

Referencias Bibliográficas.

- Almendros, C., Gámez Guadix, M., Carrobles, J. A., Rodríguez, A., & Porrúa, C. (2009). Abuso psicológico en la pareja: aportaciones recientes, concepto y medición. *Behavioral Psychology*, 17(3), 433-451.
- Becerril, D. (2001). Relaciones de pareja. *Revista de educación*, 325, 49-56.

- Beck, A. T. (1990). *Con el amor no basta: cómo superar malentendidos, resolver conflictos y enfrentarse a los problemas de la pareja*. Recuperado a partir de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=182704>
- Bruno, F. J., & Wolfson, L. (1997). *Diccionario de términos psicológicos fundamentales*. Paidós. Recuperado a partir de <http://www.sidalc.net/cgi-bin/wxis.exe/?IsisScript=EARTH.xis&method=post&formato=2&cantidad=1&expresion=mfn=022190>
- Cáceres Carrasco, J., & Escudero Carranza, Valentín. (2002). *Relación de pareja en jóvenes y embarazos no deseados*. Ediciones Pirámide. Recuperado a partir de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=168111>
- Contreras, P., Guzmán, M., Alfaro, C., & Jiménez, P. (2011). Significados asociados a la infidelidad en estudiantes universitarios con estilos de apego seguro e inseguro. *Salud & Sociedad*, 2(1). Recuperado a partir de <http://www.saludysociedad.cl/index.php/main/article/viewArticle/36>
- Dorsch, F., Traxel, W., Witte, W., & Antich, I. (1976). *Diccionario de psicología* (Vol. 8). Herder. Recuperado a partir de <http://www.sidalc.net/cgi-bin/wxis.exe/?IsisScript=LIBRO.xis&method=post&formato=2&cantidad=1&expresion=mfn=007774>
- Galarza, J. G., Taboas, A. M., & Ortiz, D. M. (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(1), 4.
- Guerra-Vargas, G. (2001a). La Elección de Pareja. *Revista Virtual del Instituto Conductual de Costa Rica*, (1).
- Guerra-Vargas, G. (2001b). Sostener la Vida en Pareja. *Revista Virtual del Instituto Conductual de Costa Rica*, (1). Recuperado a partir de <http://www.incocr.org/biblioteca/0003.PDF>

- Leiva, P. G., Jacinto, L. G., & Ortiz, J. M. C. (2001). Reacción de celos ante una infidelidad: diferencias entre hombres y mujeres y características del rival. *Psicothema*, 13(4), 611–616.
- Pittman, F. (1994). *Mentiras privadas: la infidelidad y la traición de la intimidad*. Recuperado a partir de <http://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=317697>
- Rivera, D., Cruz, C., & Muñoz, C. (2011). Satisfacción en las Relaciones de Pareja en la Adulter Emergente: El Rol del Apego, la Intimidad y la Depresión. *Terapia psicológica*, 29(1), 77-83. <http://doi.org/10.4067/S0718-48082011000100008>