



# La democratización de los vínculos en pareja: una propuesta de investigación e intervención sistémica\*

Cómo citar este artículo:

Benavides, A. P., Villota, M. A. y Laverde, D. J. (2021). La democratización de los vínculos en pareja: una propuesta de investigación e intervención sistémica. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 13(1), 89-116. <https://doi.org/10.17151/rlef.2021.13.1.6>

Angie Paola Benavides-Ocampo\*\*  
Miguel Ángel Villota-Ríos\*\*\*  
Diana Janneth Laverde-Gallego\*\*\*\*

Recibido: 11 de septiembre de 2020  
Aprobado: 21 de octubre de 2020

**Resumen:** Objetivo. Comprender las formas de vinculación en la pareja que permitan la emergencia de procesos de co-evolución, a través de la construcción de prácticas democráticas en el sistema terapéutico. Metodología. La investigación se realizó a partir de una metodología de naturaleza cualitativa, elaborada desde el paradigma de la complejidad con orientación sistémica en una perspectiva de investigación-intervención. Se trabajó con un estudio de caso múltiple: dos parejas que buscaron ayuda psicoterapéutica en los Servicios de Atención Psicológica (SAP) de la Universidad Santo Tomás en la ciudad de Bogotá, escogidas bajo un muestreo intencional. Resultados y conclusión. La democracia emerge como noción fundamental para investigar e intervenir los vínculos en las relaciones de pareja, siendo un vehículo posibilitador de cambio en la resolución de conflictos, favoreciendo procesos de coevolución en las parejas y generando además cambios en la postura y en el operar del terapeuta.

**Palabras clave:** democracia, pareja, vínculos, psicoterapia.

---

\* Este artículo se deriva del trabajo de grado titulado: "Democratización de los vínculos de pareja: una posibilidad transformativa en el espacio psicoterapéutico", para optar por el título a Magíster en Psicología Clínica y de la Familia.

\*\* Universidad Santo Tomás. Bogotá, Colombia. E-mail: [angie.benavides@usantotomas.edu.co](mailto:angie.benavides@usantotomas.edu.co).

 [orcid.org/0000-0002-2816-2381](https://orcid.org/0000-0002-2816-2381). [Google Scholar](#)

\*\*\* Universidad Santo Tomás. Bogotá, Colombia. E-mail: [miguelvillota@usantotomas.edu.co](mailto:miguelvillota@usantotomas.edu.co).

 [orcid.org/0000-0002-2244-9533](https://orcid.org/0000-0002-2244-9533). [Google Scholar](#)

\*\*\*\* Universidad Santo Tomás. Bogotá, Colombia. E-mail: [dianalaverde@usantotomas.edu.co](mailto:dianalaverde@usantotomas.edu.co).

 [orcid.org/0000-0002-0907-1783](https://orcid.org/0000-0002-0907-1783). [Google Scholar](#)

DOI: [10.17151/rlef.2021.13.1.6](https://doi.org/10.17151/rlef.2021.13.1.6).

*Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 13(1), enero-junio 2021, 89-116

ISSN 2145-6445 (Impreso)  
ISSN 2215-8758 (En línea)



## **The democratization of couples' ties: a proposal for research and systemic intervention**

**Abstract:** Objective. To understand the forms of bonding of couples that allow the emergence of co-evolution processes, through the construction of democratic practices in the therapeutic system.

Methodology. The research was carried out using a qualitative methodology, elaborated from the paradigm of complexity with a systemic orientation in a research-intervention perspective.

A multiple case study was used: two couples, who sought psychotherapeutic help in the Psychological Care Services (PCS) of Universidad Santo Tomás in the city of Bogotá were chosen under intentional sampling. Results and conclusion. Democracy emerges as a fundamental notion to investigate and intervene in couple relationships, being an enabling vehicle for change in conflict resolution, favoring co-evolution processes in couples and also generating changes in the position and operation of the therapist.

**Key words:** democracy, couple, ties, psychotherapy.

## **Introducción**

La pareja como campo de estudio en las ciencias sociales y humanas ha sido abordada en Latinoamérica desde múltiples campos de conocimiento, a partir de estudios que poseen diferentes propósitos y contextos, siendo focos centrales en su abordaje: la cultura, los roles de género, el poder, la negociación, entre otros.

En relación con la cultura y los roles de género, suelen existir dinámicas relacionales en la pareja que tienen en su origen un sistema de creencias en la generalidad patriarcal; en el que el intercambio es producto de un constructo social, histórico y cultural, donde el género según Razera, Pereira y Falcke (2016) toma relevancia, entendido este como un fenómeno complejo que permea las prácticas culturales.

En coherencia, los estudios de Jelin (2005), Ariza (2013) y Piedra (2016), coinciden en señalar que en Colombia y en países latinoamericanos, dichas creencias suelen ser de carácter conservador, prevaleciendo un ejercicio de poder basado en la hegemonía masculina que subyuga a la mujer, y bajo el cual, se observan múltiples conflictos alrededor de la desigualdad de género.

Sin embargo, las demandas culturales de igualdad y reciprocidad en pareja están rompiendo las construcciones hegemónicas de género, transitando hacia nuevos contextos culturales, en donde la consolidación de la pareja se da en el marco de una relación que privilegia la igualdad, el reconocimiento del otro y la negociación (Carmona, 2011).

En cuanto a los estudios sobre negociación, estos coinciden en que dichos procesos son fundamentales para distanciarse de lógicas dominantes (Méndez y García, 2015), en donde es importante la buena comunicación y las expresiones de amor (Ortega et al., 2018). En este sentido, Aguilera (2009) señala que en Latinoamérica es necesario pensar la conciliación, la comunicación y la configuración de relaciones dotadas de sentido, para la construcción de diferentes medios de negociación en la pareja. Esto coincide con los estudios de Garrido, Reyes, Ortega y Torres (2007) y Evertsson y Nyman (2009), quienes mencionan que los procesos de negociación son un elemento esencial para la vida en pareja, en el que se deben reconocer prácticas dialógicas que favorezcan la convivencia y la igualdad de género.

Con todo, la construcción de la pareja ha cambiado en la posmodernidad, estando relacionada con un mayor ejercicio de autonomía pues, según Lipovetsky (1986), permite la manifestación de deseos personales, ya que las directrices de las instituciones que gobernaban las formas de vida se diluyen. En coherencia, Bauman (2005) refiere que la afectividad en la posmodernidad radica en una evitación por establecimiento de vínculos duraderos. Es por lo anterior que se hace importante la reflexión e investigación en torno a las formas en que las parejas se vinculan y resuelven los dilemas propios de la vida cotidiana.

En este sentido, en la pareja se hace importante trazar límites claros dentro y fuera de este sistema, para la promoción de los espacios personales sin minimizar la identidad de cada miembro, generando seguridad ante el miedo de llegar a romper los vínculos en la separación (Márquez, 2005), además, es importante tener en cuenta que la conexión emocional y empática entran en diálogo en la construcción de la vinculación (Rodríguez, Pérez, Bedoya y Herrera, 2019). Con lo anterior, los vínculos pueden pasar el límite de la dominancia, pues las personas que participan en ellos suelen influenciarse mutuamente teniendo repercusiones en las configuraciones de género (Eiguer, 2008).

De este modo, el presente estudio se interesa por la democracia, en tanto, dicho concepto ha sido clave en diversos escenarios de la sociedad, para cuestionar y replantear formas de interacción del ser humano a través de la historia y su uso, permite nuevas posibilidades comprensivas alrededor de la construcción de pareja y su intervención en un escenario psicoterapéutico con orientación sistémica.

Vale la pena mencionar que el concepto de *democracia* ha estado tradicionalmente ligado al campo político y social, como un elemento fundamental para leer las formas de control y de regulación, pero este, con la modernidad ha

sido empleado para comprender la comunidad (Dalbosco y Mendonça, 2020) y las interacciones familiares (Muñoz y Andrade, 2006; Jiménez, 2007; Puyana y Ramírez, 2007; González y Ruíz, 2012; Galvis, 2015).

De manera puntual, Aristóteles (2003) y Tocqueville (2019) conciben la democracia desde distintas ópticas. El primero como aquella que edifica la sociedad vista como un sistema político y el segundo, desde relaciones de igualdad en la familia, en el que se reconoce y permite la participación de todos.

Por otro lado, en el campo de la familia, Schmukler (2013) y Patiño (2015) han realizado investigaciones relacionadas con la democracia familiar, con el fin de disminuir la violencia de género y promover la equidad y la justicia. Entre sus conclusiones se destaca que la democracia en la familia posibilita resignificar el género y minimiza prácticas violentas, evitando el deterioro de los vínculos. Así mismo, Montilva (2006) y Pecheny (2014), señalan que las mujeres buscan construir relaciones basadas en la democracia, en donde exista el consenso, la equidad y la libertad.

Los anteriores desarrollos permiten comprender que, en el estudio de las parejas, la democracia puede observarse como un elemento importante en la configuración de las vinculaciones, por tanto, esta cobra sentido para la comprensión de los dilemas de pareja y en el contexto psicoterapéutico como medio transformador. Por tanto, la psicoterapia de pareja desde un abordaje sistémico está altamente enriquecida por múltiples perspectivas y necesita de una ampliación de las investigaciones en Colombia (De la Espriella, 2008).

Teniendo en cuenta lo anterior, el siguiente estudio tiene como objetivo comprender las formas de vinculación en la pareja, que permitan la emergencia de procesos de co-evolución, a través de la construcción de prácticas democráticas en el sistema terapéutico.

## **El amor en la posmodernidad y los vínculos afectivos**

Este estudio se realiza desde el paradigma sistémico y complejo, lo cual implica que "(...) las ciencias sociales y humanas deben poder encontrar en las ciencias de la complejidad el lenguaje, las herramientas, la lógica y la actitud necesarias para una investigación y acción más satisfactorias desde el punto de vista teórico y práctico" (Maldonado, 2003, p. 145). En este sentido, los fenómenos sociales no se pueden observar desde ópticas lineales, porque en estos existen relaciones (Morin, 2007), que entrelazan el lenguaje, la historia, la cultura, la política, etc.

Esta postura paradigmática se nutre epistemológicamente desde el constructivismo y el construccionismo; el primero indica que la construcción de conocimiento se realiza de manera activa por un sujeto racional con capacidad

cognitiva adaptativa, que cumple la función organizativa de las experiencias en el mundo, en donde el sujeto no llega a tener una representación verdadera de su realidad (Von Glasersfeld, 1996). El segundo refiere, que la generación de conocimiento en el sujeto radica en las conexiones con lo social, a través de lo simbólico que emerge en lo lingüístico (Gergen, 1996).

Posicionarse desde esta perspectiva implica dar relevancia a todos los elementos que subyacen e influyen en la dinámica relacional de las parejas, reconociendo que estos emergen como fenómenos interconectados que crean realidad, permeando los vínculos que se tejen. Es allí donde la complejidad permite integrar elementos de la vida de la pareja que dota de sentido y significado la relación.

Teniendo en cuenta lo anterior, se hace importante hablar de procesos co-evolutivos, concepto traído desde las ciencias de la complejidad, el cual da cuenta de la capacidad de adaptación de los sistemas y permite los procesos por los cuales emerge el cambio y la transformación, a través de escenarios adaptativos en un avance colectivo de sujetos autónomos (Duque, 2017).

En este sentido, cuando se habla de dinámica relacional de pareja, se debe retomar el concepto de amor, el cual a través del tiempo ha tenido una evolución en su significado dados los movimientos socioculturales (Beck y Beck-Gernsheim, 2001; Bauman, 2005; Castro, 2008; Giraldo y Rodríguez, 2018) y la llegada de la posmodernidad, dado que esta, ha suscitado el rompimiento de nociones clásicas y la emergencia desde lo que Linares (2010) llama amor complejo, comprendido como una dinámica relacional nutricia y que se observa desde la interacción de tres elementos significativos interconectados como lo son: lo cognitivo, emocional y pragmático.

En coherencia, el amor en la pareja implica reconocer las dinámicas relacionales y vinculares. Con respecto al vínculo, Hernández (2010) lo define como: "(...) aquello que asegura una conexión témporo-espacial entre personas físicamente separadas, gracias a los procesos de simbolización que contribuyen a su mantenimiento" (p. 56). En este sentido, el vínculo al configurarse como un operador simbólico, este se divide en los sistemas de significación, siendo estos las creencias y mitos y en la organización de la interacción desde los ritos y las ritualizaciones (Hernández, 2010) (Figura 1).

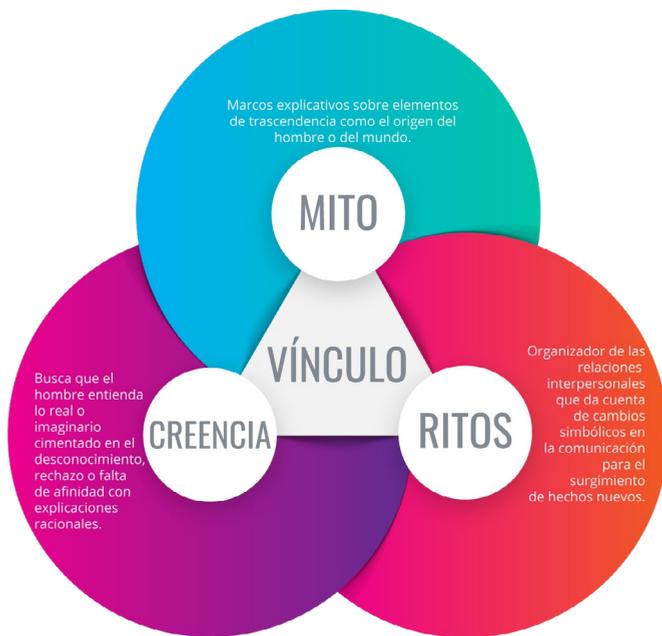


Figura 1. Definición de los operadores tóporo-espaciales del vínculo desde la conceptualización de Hernández (2010).

Fuente: elaboración propia.

Ahora bien, en el mismo devenir social y cultural se han realizado cambios en los contextos de interacción que suponen una ruptura a lo tradicional con respecto a las formas de vida cultural, social, económica y política, en correlación con las interacciones humanas, siendo estas más flexibles (Lipovetsky y Charles, 2006). Es por lo anterior que se hace relevante las comprensiones acerca de las nuevas formas de ser pareja y su vinculación, como la influencia que el poder tiene en esta dinámica interaccional, desde estos nuevos contextos.

### Poder y psicoterapia

Hablar de poder, implica reconocerlo como un elemento relevante de las relaciones humanas, puesto que configura las interacciones, las cuales pueden ser liberadoras u opresoras, dependiendo de cómo se opere desde él, en coherencia Maturana (1994) enuncia que: "(...) nosotros en tanto pertenecemos a una cultura patriarcal no nos damos cuenta de que el poder es por concesión, nadie detenta el poder si no es endosado por otros" (p. 26).

De esta manera, el poder emerge en todos los contextos de interacción, puesto que como lo señala Pakman (2010), las relaciones de poder y las identidades sellan a los sujetos en sus comportamientos habituales y mayormente son avalados por saberes de índole disciplinar. Es así como el ejercicio de poder puede nacer en los contextos psicoterapéuticos, ya que se configura entre los participantes una forma particular de acción.

De ahí que Lerner (1995) menciona que el poder se pone de manifiesto en las intervenciones con familia, invitando a deconstruir dicho poder con el fin de prevenir las acciones opresoras, es por lo que los terapeutas se deben posicionar desde una postura político-terapéutica, transformando el poder y la experticia, lo que se entendería como un movimiento *paramoderno*.

Lo dicho hasta aquí supone plantearse el interrogante acerca del ejercicio psicoterapéutico y los modos de relación que se dan en dicho contexto, en donde las praxis pueden ser opresoras o emancipadoras; es por ello que también se observa la posibilidad de integrar la democracia en el operar de los terapeutas desde una práctica ética y estética, en este sentido la democracia podría entrar en una dinámica recursiva en el sistema terapéutico.

## Metodología

En consonancia con las posturas paradigmáticas y epistemológicas, este estudio se asume desde una perspectiva de investigación-intervención, entendiendo que, por un lado, el proceso de investigar está enmarcado en la comprensión de un fenómeno y que, por otro, de manera paralela y recursiva se realiza intervención. Así lo señala Hernández (2010), al sustentar que la investigación-intervención es un trabajo que implica producir conocimiento en la praxis.

Lo anterior implica que el investigador y el ejercicio de investigar no son pasivos ni neutrales y por ende los dos se influyen mutuamente, por tanto, el investigador y su cosmovisión no se excluye del fenómeno que se estudia (Pakman, 1995; Serna, 2015).

Por ende, se optó por un diseño metodológico de naturaleza cualitativa, orientado desde la investigación de segundo orden; en la cual surgen diferentes posibilidades de construir conocimiento, permitiendo conversaciones que favorecen un posicionamiento frente a la realidad. En relación, Ibáñez (1994) señala que en la investigación de segundo orden "(...) la observación de un objeto exige la observación de la observación del objeto (...) el objeto y el sujeto no son exteriores, el sujeto es interior al objeto y el objeto es interior al sujeto" (p. 129).

Ahora bien, los principios operadores bajo los cuales se posicionaron los investigadores/interventores para demarcar su lugar de enunciación, son transversales al desarrollo de la investigación-intervención.

En este sentido, se definen cinco principios. El primero, los *procesos reflexivos*, que implican que los investigadores se observan como parte de la realidad que se estudia (Duque, 2017; Pakman, 1995). El segundo, la *autorreferencia*, que da cuenta del sentir del terapeuta y como este sentir integra perspectivas que se ponen en juego con fines terapéuticos (Barragán y Garzón, 2003; Elkaim, 2005). El tercero, la *heterorreferencia*, que busca a través de resonancias individuales y colectivas nuevas perspectivas por medio de procesos reflexivos movilizándolo el cambio (Polo y Rodríguez, 2003). El cuarto, *paramodernidad* surge desde una lógica circular entre el consultante y el terapeuta en el que la posición de experto de este último busca ser trascendida (Larner, 1995). El quinto, el *empoderamiento*, favorece que los consultantes empiecen a asumir mayor control y responsabilidad sobre sus procesos de cambio y sobre su misma vida (Francescato, 1998 y Burton & Kagan, 1996; en Montero, 2006).

### Participantes y contexto

Se trabajó con un estudio de caso múltiple, con dos parejas. Su selección se realizó bajo un muestreo intencional (Bonilla y Rodríguez, 2005), de manera que, para la elección de los casos se tuvo en cuenta una serie de criterios de inclusión y exclusión. Los participantes estuvieron conformados por dos parejas y dos investigadores/interventores.

Las parejas sostenían una relación de aproximadamente cinco años y ambas acudían a buscar ayuda terapéutica con la intención de solucionar los conflictos y reconstruir la relación, trabajándose lo anterior desde el contexto del Servicio de Atención Psicológica (SAP).

En cuanto a los criterios éticos de la investigación, se cumplieron los criterios de justicia, autonomía y beneficencia; los cuales se hicieron explícitos a través del consentimiento informado y del desarrollo mismo del proceso investigativo e interventivo. Además, se tuvo en cuenta la ley 1090 del 2006 “por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de la Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones” (Congreso de la República de Colombia, 2006), así mismo, la Resolución N° 008430 de 1993 “por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud” (Ministerio de salud, 1993), como también la ley 1581 del 2012, “por la cual se dictan las disposiciones generales para la protección de datos personales” (Congreso de la República de Colombia, 2012).

La información del proceso se registró en la historia clínica, en grabaciones de audio, registro fotográfico, el cuento (como emergencia narrativa a modo de prescripción sobre la experiencia vivida) y el formato de registro de co-evolución y emergencias del escenario (diseñado por los autores).

## Procedimiento

Se realizaron cinco encuentros con la presencia de las parejas y los investigadores/interventores una vez a la semana, cada uno con una duración de dos horas. Cada encuentro contaba con unos objetivos, estrategias y técnicas específicas, tal como se observa en la Tabla 1. De manera general, los encuentros se desarrollaron bajo el modelo de intervención de la escuela de Milán, el cual está estructurado en cuatro momentos: pre-sesión, sesión, inter-sesión y pos-sesión (Navarro, 1985).

**Tabla 1.** Diseño metodológico desarrollado

Nombre de la sesión	Objetivo	Estrategias y técnicas	Actores
El encuentro con otro	Presentar la investigación-intervención y construir el sistema terapéutico democrático	- Preguntas lineales, orientadoras, circulares, reflexivas y confrontativas	
Construyendo democracia	Comprender desde una lectura ecosistémica las dinámicas vinculares de la pareja, el motivo de consulta y reconfigurar la demanda de ayuda.	- Tótem de la palabra - Dinámicas de co-construcción y de-construcción	- Pareja 1 - Pareja 2
El lienzo de la democracia	Identificar mitos y creencias y comprender cómo las parejas conciben la democracia.	- Conversación dialógica - Equipo reflexivo	-Investigadores/ Interventores
Orbitando con la democracia	Integrar y encarnar las prácticas democráticas en la pareja, para su consolidación y despliegue en todos los contextos de interacción.	- Dibujo - Escritura - Lluvia de palabras - Distorsión de la comunicación	
Tú + yo= Siendo una pareja en democracia	Concretar y consolidar los procesos de cambio de las parejas consultantes.	- Tratados democráticos	

Fuente: elaboración propia.

Es importante mencionar que a nivel metodológico la cuarta y quinta sesión tuvieron ajustes, puesto que el país entró a aislamiento social obligatorio por motivo de la pandemia global causada por COVID-19 (coronavirus), razón por la cual, se realizaron las sesiones de manera virtual, sin que se afectaran los objetivos propuestos, en donde fue imperativo la flexibilidad para implementar estrategias que se adaptaran a las necesidades emergentes. También es relevante agregar que los

procesos de enganche no se vieron afectados, por el contrario, las parejas presentaron más compromiso.

## Análisis de resultados

La construcción de resultados se realizó desde un análisis de contenido, el cual permitió obtener indicadores del procesamiento de la información, con el fin de dar cuenta del conocimiento subjetivo en los contextos en los que surgen los mensajes (Bardin, 2002).

En este sentido, para la construcción de resultados se acogieron tres conceptos metodológicos (Tabla 2), que se construyeron en el diálogo teórico a la luz de las intencionalidades del estudio y del proceso metodológico desarrollado. La información obtenida a través de los cinco encuentros se transcribió para luego ser categorizada y analizada bajo los operadores tiempo-espaciales del vínculo: mitos, creencias, ritos y ritualizaciones en el entrecruce de dichos conceptos metodológicos.

**Tabla 2.** Conceptos metodológicos desarrollados en la investigación-intervención

Construcción de ser pareja	Prácticas democráticas en el sistema de pareja	Prácticas democráticas en el sistema terapéutico
Construcciones sociales y culturales, que configura formas de relación y el deber ser de la pareja, en donde pueden emerger dinámicas relacionales de dominancia y subyugación como también de cooperación y equidad.	Vehículo que permite la emergencia de interacciones saludables y de novedades de vinculación en la pareja, basándose en diálogos generativos, co-construcción de acuerdos y encuentros en la pareja.	Adopción en psicoterapia de un pensamiento democrático, favoreciendo la consolidación de un equipo de trabajo entre los consultantes y un colegaje entre los terapeutas desde la validación, la comunicación, el respeto, la cooperación, el consenso y la conciliación.

Fuente: elaboración propia.

## Resultados

A continuación, se describen los resultados de la investigación-intervención a la luz de las categorías de análisis.

### Construcción de ser pareja

En relación con la construcción de ser pareja el proceso de investigación-intervención, permitió identificar cinco elementos centrales. El primer elemento hace

alusión al mito de pareja “del final feliz”, que se relaciona con la noción de finitud, el cual para las parejas siempre será satisfactorio; sea continuando o rompiendo con la relación. Lo anterior se relaciona con la configuración del mito de la idealización del ser amado, en la que además este debía desplegar unas características y tratos especiales hacia el compañero para tener dicho criterio de perfección.

Pareja 1. Esc. 1. (CPME1P1M): Ehh, pero con muchísimas expectativas de como tú lo acabas de decir que de pronto tenga un final feliz para ambas partes y cuando hablo de final feliz, no quiero decirte que resultemos viviendo nuevamente, sino que sea lo más saludable para cada uno de los que estamos acá y que logremos entender eso [...]. (Mujer, 38 años, comunicación personal, 27 de febrero de 2020)

Ahora bien, una de las parejas tenía la creencia de que en la relación el hombre le da “valores” a la mujer:

Pareja 2. Esc. 2. (CPME2P2M): N tiene muchas cosas que yo valoro mucho, N ha estado conmigo en las malas, me da muchos valores como mujer, me protege muchísimo. (Mujer, 23 años, comunicación personal, 05 de marzo de 2020)

De este modo, las parejas organizaban formas de relación en las que subyacía una ausencia de individuación caracterizada por la carencia de espacios personales fuera de la relación, por tanto, se generaron dinámicas amalgamadas, límites difusos y dificultades para construirse identitariamente sin el otro. Dicha forma de relación generaba que las interacciones se volvieran insostenibles, razón por la cual las parejas consideraban que el contexto terapéutico era una posibilidad para cambiar aquello que generaba malestar relacional y que esto les permitiría crear nuevas versiones de sí mismo y de pareja.

El segundo elemento que constituye a las parejas tiene que ver con sistemas de creencias sobre la pareja como complemento. Dicha creencia se orientaba a ver la pareja como alguien que complementa los vacíos del propio individuo, en el que además se romantizaba la noción del amor como un sostenedor en las relaciones sentimentales.

Además, las parejas coincidían en la creencia del “deber ser de la pareja y del hombre y la mujer”, configurada alrededor de la perfección, en la que era imperante la existencia de ciertas funciones desde roles de género tradicionales. Esto implicaba creencias asociadas a que los miembros de la diada debían apoyarse en todas las áreas de interacción y por ende debía existir una reciprocidad que incluyera la confianza y la lealtad para sentir que como pareja estaban consolidados.

Conviene subrayar que en la pareja 1 la creencia que subyacía a la construcción del mito en la relación era que esta es “enviada por Dios”, y por tanto era vista como un compañero “ideal”. Dicho mito era alimentado por creencias religiosas que debían estar en coherencia con sus intereses para poder estar juntos. Por otro lado, la pareja 2 se organizaba relacionalmente bajo el mito familiar del “nuevo integrante del clan familiar”, que se relaciona con la “protección” y la “aprobación” de la pareja, en donde este grupo tiene la función de aprobar aquellas personas nuevas que desean ingresar al sistema.

De esta forma, el vínculo se configuró desde mitos que sostenían creencias familiares, sociales y culturales, sin un proceso de reflexión previo sobre su modo de estar en el mundo y la forma en cómo se relacionan con los otros. Por ende, no se tenía en cuenta que en el cumplimiento de dichos mandatos se estaba teniendo repercusiones en la forma en cómo se configuraba el vínculo consigo mismo y el otro, los procesos de individuación y el significado de ser pareja.

Es así, como los sistemas de significación individuales que se fundamentan desde las experiencias, configuraron elementos emergentes de conflicto al no ser puestos en diálogo, dando lugar a acuerdos tácitos frente a las expectativas de lo que se esperaba del otro, lo que facilitó la acumulación de eventos estresantes y la búsqueda de ayuda terapéutica.

No obstante, en el desarrollo de las sesiones, las creencias de “el deber ser de la pareja del hombre y la mujer” y el amor romantizado, se fueron reconfigurando, al comprender que el conflicto es una oportunidad de cambio fluctuante y necesario, sin necesidad de desconocer las experiencias positivas y que además, el amor no era lo único que sostenía una relación, sino que parte de muchos factores que deben estar en armonía para que funcione y poder generar posibilidades co-evolutivas.

Como tercer elemento, se encuentra la organización de la interacción de las parejas, que se configura desde los sistemas de significación, los cuales a partir de los ritos y las ritualizaciones pautan los parámetros de cómo interactuar con el otro. En este sentido, se observan en las parejas ritualizaciones para sostener a la pareja, esto como forma de supervivencia de la relación al no encontrar estrategias que les permitiera solventar los dilemas, lo que implicaba la autoorganización y adaptación a las diversas circunstancias y contextos.

En el caso de la pareja 1, se observaban ritualizaciones en torno a los intentos fallidos de formalizar la relación a través del rito de paso del matrimonio, generando repercusiones en la forma en cómo la pareja se estaba viendo en el futuro, lo que implicó que se cristalizaran en su tránsito por el ciclo vital. A diferencia de ellos, en la pareja 2, se encontraron ritos que se relacionaban con interacciones dilemáticas desde la clausura del sistema; es decir cada miembro de la pareja tomaba una postura rígida que no favorecía el diálogo y la negociación ante los conflictos.

Pareja 2. Esc. 1. (CPRRE1P2H): Normalmente cuando peleamos como que cada uno hala para su lado y pues esa no es la idea, y estamos ahí como que en ese dilema. (Hombre, 23 años, comunicación personal, 27 de febrero de 2020)

Además, se configuró la relación con la ritualización de roles parentalizados, en donde parecía que, tener una relación sentimental implicaba configurar el apoyo y el cuidado haciendo de la autonomía del otro, responsabilidad propia, dificultando los espacios de concertación para reconocer las individualidades y el respeto por la intimidad.

Pero, en el mismo proceso interventivo, las parejas empezaron a reconocer y a validar el apoyo que sus compañeros les han brindado en las diferentes situaciones, ya que no se expresaba explícitamente, permitiéndose connotar positivamente esto y la compañía de su pareja como expresiones de amor, observándose nuevos recursos movilizados de cambio.

Asimismo, en la pareja 1 empezaron a emerger ritualizaciones relacionadas con la comunicación al renegociar las tareas cotidianas. Por lo que se refiere a la pareja 2, hubo un impacto significativo en una de las prescripciones, la cual ritualizaron en su cotidianidad, favoreciendo el mantener los aspectos positivos de la relación y renegociar a través del diálogo aquellos aspectos poco generativos.

De igual forma, se empezó a visibilizar que las parejas, gracias al proceso interventivo, comenzaron a movilizar sus creencias hacia el reconocimiento y el cuidado del otro como un proceso de legitimación. Emerge entonces una sensación de bienestar, lograda gracias a los rituales terapéuticos que, desde elementos narrativos y artísticos, posibilitaron la negociación, pautas de concertación y el diálogo. De este modo, la confianza logra un espacio diferente en la relación, hacia posibilidades novedosas. En concreto, se observó que la construcción de ser pareja se había resignificado.

Pareja 1. Esc. 4. (CPCE4P1H): Pues la paz, pienso yo que hemos estado muy en paz toda esta semana en el apartamento. Tranquilidad también pues de saber que estamos haciendo las cosas bien. (Hombre, 33 años, comunicación personal, 23 de marzo de 2020)

Como cuarto elemento, se observó el cambio de la pareja *vs.* las crisis externas. Desde esta óptica la construcción de ser pareja se relacionó con el cuidado de los procesos de cambio que se fueron gestando en la intervención y que se movilizaron en medio del aislamiento social, además se observó como el significado de ser pareja se permeó y trascendió los dilemas de la relación, generando nuevas posibilidades de convivencia. Ejemplo de ello es la pareja 1, quienes gracias al aislamiento social logran convivir nuevamente y junto con esto, manifestaron potencializar y poner en

práctica los cambios, dando cuenta de un antes y después en la relación, favoreciendo la convivencia.

En contraste, la pareja 2 construyó la creencia de que el aislamiento social dificultó los procesos de cambio que venían realizando, ya que posiblemente ellos configuraron la relación de pareja y la psicoterapia únicamente desde la presencialidad. Esto da cuenta de otras dinámicas, observando que el vínculo emergió y dependía de la presencialidad, el cual se vio fuertemente cuestionado al tener que migrar hacia la virtualidad, lo que implicó reconocer que la pareja no había desarrollado procesos recursivos flexibles ante las diferentes circunstancias para mantener la cercanía aún en tiempos de crisis.

En el quinto y último elemento se encuentran los sistemas de creencias de los terapeutas, las cuales dan cuenta de que también estaban permeados por sus propias herencias culturales y familiares, al igual que de epistemes desde la psicología y la democracia, lo que los movilizó y facilitó la apertura hacia nuevas construcciones que pudieran reconfigurar las posturas que los consultantes frente al ser pareja. De este modo, se permitieron operar desde la equidad y el diálogo, además, el hecho de que los terapeutas fueran un hombre y una mujer favoreció la reconfiguración de los roles de género desde las nuevas masculinidades, contrarias al hermetismo emocional que debía guardar el hombre, reflexionando sobre nuevas formas de pensarse en los contextos posmodernos en nuevas aperturas en el accionar de hombres y mujeres desde la democracia.

### **Prácticas democráticas en el sistema de pareja**

Con respecto a este concepto metodológico, fue posible hallar cinco elementos que tenían que ver con la construcción de prácticas democráticas, además de la posibilidad de hacer latentes aquellas prácticas que los consultantes habían construido desde la conformación de la pareja.

Con relación al primer elemento, se encontró en las parejas relaciones cercanas a la democracia desde un nivel histórico, observadas en ritualizaciones que se identificaron en los primeros encuentros, estas estaban encaminadas a procesos de comunicación y validación del punto de vista del otro, que enmarcaban la forma en cómo tomaban decisiones en ciertas ocasiones. Sin embargo, esto no se solía emplear en todas las circunstancias y además, en la generalidad no se visualizaba en la relación como un recurso para solucionar conflictos; así lo identificaron los terapeutas:

Terapeutas. Esc. 2. (PDPCE2TH): Yo noto que los dos como que tienen una comunicación bastante intensa, o se hablan mucho y mucho de lo que sienten, piensan y concuerdan bastante, ¿no? (Terapeuta, comunicación personal, 05 de marzo de 2020)

Como segundo elemento de naturaleza novedosa, se encuentran las emergencias no previstas, en el que los consultantes gracias a los rituales terapéuticos fueron construyendo nuevas posibilidades para reconocer que la equidad y el amor en libertad eran factores fundamentales para la integración de prácticas democráticas en pareja.

En este contexto, los consultantes simbolizaron la democracia desde la balanza, viendo en ella inmersas las emociones de cada uno, las cuales fueron validadas y reconocidas, lo que significó un proceso de legitimación del sentir, en el que las emociones se observaron como un recurso para favorecer la forma en cómo se entendían los conflictos, de manera que, esto se puede comprender como democratización de las emociones.

Pareja 1. Esc. 4. (PDPCE4P1H): Entonces, eso que para lograr tener el dibujo los dos en las manos el símbolo de libertad o de democracia que es la balanza, pues cada uno siempre va a trata de impulsarla hacia arriba para que este nivelado que es la idea, pero a veces va a caer o va a subir, entonces por eso lo dibujaba o lo consensuaba así con M, porque el amor en libertad siempre va a ser mejor que el amor bajo presión. (Hombre, 33 años, comunicación personal, 23 de marzo de 2020)

En el tercer elemento se comprendió que la democracia implicaba reconocer la posibilidad de espacios individuales y de pareja, favoreciendo que los consultantes realizaran procesos de engranaje en el que permitieron la ritualización de prácticas democráticas como el diálogo, la concertación, el respeto por la intimidad individual, la empatía y el trabajo en equipo (Tabla 3); facultándolos para encontrar soluciones a los dilemas y posibilitando finalmente la individuación del vínculo a partir de dinámicas de reconocimiento y legitimación del otro.

**Tabla 3.** Prácticas democráticas

Construcción de ser pareja	Prácticas democráticas en pareja	Prácticas democráticas en el sistema terapéutico
- Concertación	- Equidad	- Confianza
- Diálogo	- Empatía	- Trabajo en equipo
- Confianza	- Amor en libertad	- Respeto
- Legitimación	- No perfección	- Colegaje
- Límites claros	- Relación=balanza	- Reconfiguración del poder en terapia
- apoyo como expresión de amor	- Comunicación	- Relaciones heterárquicas
	- Escucha	
	- Colaboración	
	- Negociación	
	- Trabajo en equipo	
	- Reconocimiento	
	- Acuerdos	

Fuente: elaboración propia.

El cuarto elemento se relaciona con los procesos reflexivos que impulsaron los procesos de cambio hacia mundos posibles. El sistema consultante logró reconocer las pautas democráticas con las que ya contaban como poder también orientar otras que desconocían, minimizando el malestar relacional en la pareja.

En este sentido, el proceso interventivo permitió que las parejas interiorizaran las prácticas democráticas, sin que esto significara que serían una pareja ideal, permitiendo así resignificaciones, en las cuales se entiende que en las parejas no existe un criterio de perfección, sino de trabajo en equipo para sostener la relación. Se da cuenta además de que se empiezan a reconstruir los mecanismos de afrontamiento de la pareja, donde el sistema consultante es consciente de que el contexto psicoterapéutico pautó apenas el inicio del cambio y que por tanto se requiere un trabajo más extenso fuera de este.

Es importante mencionar que la elaboración de las prescripciones permitió nuevas ritualizaciones terapéuticas y de pareja que se tomaron como aperturas para el cambio, observándose que estas emergieron como una metáfora de reencuentro en las parejas que posibilitó llevar a cabo procesos reflexivos, los cuales terminaron favoreciendo una vinculación democrática.

Como último elemento, se da cuenta de cómo la democracia se expresa en el terreno pragmático; por ende, las parejas se repensaron en lógicas diferentes y no desde el déficit, desde lo colaborativo y la escucha, de esta manera, se da cuenta de nuevas formas de interacción en el plano convivencial y en todos los contextos, lejos de interacciones amalgamadas, que posteriormente se observaron reflejados en

el establecimiento de límites claros, rompiendo dinámicas impositivas y auspiciando la generatividad del vínculo.

Pareja 2. Esc. 5. (PDPRRE5P2M): Más como acuerdos de convivencia en pro a pues a tener una mejor relación. [...] el primero es aprender a escuchar, decir cómo se siente alguno de los dos en el momento oportuno y no tiempo después, respetar el espacio del otro, demostrar con acciones los compromisos y los aspectos a mejorar [...]. (Mujer, 23 años, comunicación personal, 26 de marzo de 2020)

### **Prácticas democráticas en el sistema terapéutico**

En este último concepto se describen las prácticas democráticas que se construyeron en el sistema terapéutico como parte de la forma de operar de los investigadores/interventores y la recursión que esta forma de acción tuvo en el sistema consultante. De esta manera se encontraron dos elementos.

En el primero se observaron los imaginarios que se tenían frente al proceso. Inicialmente existían divergencias en las creencias que tenían los consultantes frente al contexto terapéutico democratizado. Por un lado, la pareja 1 creía que la confianza y la tranquilidad que los investigadores/interventores generaban, podían llegar a facilitar aperturas emocionales, lo que se presupuso como temores alrededor de la terapia. Por otro lado, en la pareja 2 trazaron la creencia de visualizar una figura de autoridad en los terapeutas, en donde se enmarcó la expectativa de que serían ellos quienes le indicarían su actuar.

Pareja 1. Esc. 1. (PDSTCE1P1M): Lo que yo puedo decirles es que me transmiten confianza, los dos me lo transmiten y eso para mí es tranquilidad. (Mujer, 38 años, comunicación personal, 27 de febrero de 2020)

Pareja 2. Esc. 1. PDSTCE1P2M): [...] de hecho hace un tiempo N me había mencionado, “oye y si buscamos ayuda”, porque a veces escuchar una persona que sea intermediaria porque cada uno hala por su lado, que chévere escuchar una persona que diga, “oye mira esto, esto que está pasando, yo veo esto”. (Mujer, 23 años, comunicación personal, 27 de febrero de 2020)

Lo anterior implicó realizar una resignificación del proceso terapéutico, construyendo un espacio basado en el respeto y la confianza, partiendo de premisas colaborativas durante los encuentros, lo que favoreció que los investigadores/interventores se desligaran de nociones clásicas de experticia, para realizar movilizaciones respecto a la percepción que se tenía sobre los psicólogos.

En segundo elemento se asocia con las creencias de los investigadores/interventores relacionadas con la postura de paramodernidad. En este sentido, las creencias trazaban que la democracia promovía el cambio, permitiendo la construcción de acuerdos entre todos los participantes y como a través de ella se generaban rituales terapéuticos como el respeto por la palabra, la posibilidad de compartir experiencias propias y la expresión de las emociones que generaba en los investigadores/interventores el proceso y cómo esto también los movilizaba a ellos.

Desde esta postura, se favoreció la autonomía de los consultantes en sus procesos de cambio, así como la confianza en la capacidad de reorganización y autogestión de los mismos sistemas, ya que desde el operar en la democracia, se devuelve el poder a los consultantes como expertos en sus vidas. Lo anterior dio cuenta de la construcción de equipo que se generó en los consultantes, pues se dio la oportunidad de compartir aprendizajes propios que significaron lógicas de apoyo y cooperación a la otra pareja, promoviendo de manera conjunta las movilizaciones.

Es importante mencionar que, desde procesos reflexivos de los mismos consultantes y rituales terapéuticos individuales, se hizo importante hacer un acople con la subjetividad individual, lo que significó que los terapeutas articularan dichas reflexiones y se pensara que para poder llegar a ser democrático con la pareja y con los otros, es indispensable ser democrático consigo mismo.

Terapeutas. Esc. 5. (PDPCE5TH): [...] vamos a empezar a ser democráticos con nosotros mismos, en donde reconocemos lo que sentimos, reconocemos lo que pensamos, pero también vamos a gestionar eso que sentimos y que pensamos y hacer algo al respecto, que ha sido como el mensaje transversal de toda la sesión el día de hoy. (Terapeuta, comunicación personal, 26 de marzo de 2020)

Cabe señalar que las parejas en el proceso llegaron a realizar cambios en los tres niveles; es decir, desde lo pragmático, lo relacional y los significados, agenciando nuevas posibilidades adaptativas.

Finalmente, los investigadores/interventores ponen de manifiesto la ritualización de las prácticas democráticas que ellos como terapeutas interiorizaron junto con los consultantes. De igual forma, en la relación entre los investigadores/interventores se observa más desde el colegaje, que el de la co-terapia, puesto que en ningún momento se manifestaron relaciones de poder entre ellos, sino que sus interacciones estaban marcadas por la equidad, el reconocimiento y la validación del otro como un profesional íntegro.

## Discusión

### **Las formas de vinculación conflictivas alrededor de las dinámicas de interacción de la pareja**

Las parejas consultantes al llegar a terapia exponen un motivo de consulta ubicado en un dilema particular visto desde la linealidad, sin observar elementos subyacentes que pueden configurar y complejizar la problemática y no se visualiza un panorama más amplio y resolutivo de los conflictos. Con esto se quiere decir que, es imprescindible trabajar desde la complejidad para salirse de la fragmentación y pensarse más desde la interrelación de elementos que componen un todo, por ello pensarse en una lógica compleja requiere un pensamiento sintético, pero integrador (Gómez y Jiménez, 2002; Morin, 2002; Maldonado, 2003; Maldonado, 2015).

Desde esta óptica, fue posible comprender la construcción vincular de las parejas al observar la interconexión de elementos que configura la relación. De forma puntual, los sujetos que toman la iniciativa de formar pareja son por sí mismos diferentes entre sí, conllevando a dinámicas confrontativas frente a las cosmovisiones distintas del mundo, que se retroalimentan de forma constante, transitando por cambios que pueden llegar a ser reconsiderados (Caillé, 1992).

Al reconocer lo anterior, se observa que las parejas traen dinámicas conflictivas en torno a mitos relacionados con la pareja “enviada por Dios” o “la idealización del ser amado”, sostenido por creencias del “deber ser” del hombre y la mujer o la romantización del amor, los cuales recibieron de su contextos de origen y generaban altas expectativas de lo que se espera de la relación y del otro, las cuales se yuxtaponían y generaban conflicto, puesto que no se habían puesto en conversación y estaban resultando insostenibles para la relación.

Ahora bien, los mitos de la protección de la familia y los religiosos se mantienen en las parejas gracias a que ambos miembros compartían estos significados, por tanto, estos mitos hasta el momento en la pareja no resultaban conflictuados, ya que estos tienen sentido para la relación.

Por otro lado, en la pareja, dada la insostenibilidad de ciertas dinámicas relacionales, se empezaron a generar interacciones en las que no existían generalmente espacios personales, encontrándose los límites como difusos y por lo tanto, no se creaban espacios de confianza y de renegociación de los dilemas. De ahí que los conflictos maritales y familiares reverberan las contradicciones de los deseos propios y las pautas sociales de relación, y así, los conflictos se gestan y ubican en un plano vincular, pues estos se cristalizan dadas las formas y los modos de comunicación y relación (Hernández, 2010). De este modo, la forma cómo se configuren los vínculos va a ser determinante en la pareja a la hora de entenderse y solucionar sus conflictos.

No obstante, también fue posible ver en las parejas desde la generatividad trazada en su historia de vida los recursos y sus capacidades de autogestión, lo que permitió connotarlas para generar los procesos de enganche y potencializar los cambios. Al respecto, Estupiñán, Hernández y Serna (2017) refieren que, la psicoterapia sistémica busca escuchar, siendo una terapia de *diálogo* y de *conversación* para ampliar la experiencia del consultante.

### **Co-construcción de prácticas democráticas en el sistema terapéutico como posibilidad coevolutiva y de bienestar en la pareja**

La postura pospositivista desde la cual se trabajó, toma elementos contextuales, históricos y reflexivos, teniendo en cuenta la intención del sujeto que investiga y su influencia en el contexto en el que se encuentra el fenómeno (Serna, 2015). Por consiguiente, esto implicó que los investigadores/interventores en su accionar pudieran integrar para sí mismos las prácticas democráticas, generando que esta forma de operar se desplegara de forma recursiva en el sistema terapéutico.

En este sentido, Von Foerster (1996) refiere que, desde la teoría del observador, se puede vislumbrar el doble papel que puede tener una persona en lo que se refiere a ser un participante y un observador al mismo tiempo o como refiere Elkaim (2005) "...lo que describimos no puede ser separado de lo que vivimos" (p. 67), por consiguiente, la autorreferencia fue un proceso fundamental para democratizar el sistema terapéutico, puesto que, según Estupiñán et al. (2006), se requiere asumir un reconocimiento propio de toda la cosmovisión que atraviesa a todo sujeto.

Conforme a estos procesos reflexivos por parte de los terapeutas, se posibilitó la encarnación de las prácticas democráticas, trabajando desde la heterarquía para puntuar su accionar a favor de la terapia sistémica, por ende, fue importante ritualizar la postura de paramodernidad durante todo el proceso interventivo, en el que es posible llegar a danzar entre las construcciones teóricas, metodológicas y la incertidumbre alrededor de lo que los consultantes traían, esto a favor de la generatividad.

De esta manera, la relación terapéutica se puede entender como un absoluto, en tanto los comportamientos del terapeuta y el sistema consultantes se retroalimentan, no obstante, en la terapia existe una relación de poder implícita que en la práctica clínica usualmente está teñida de asimetría (Ceberio y Linares, 2010). En coherencia, Pakman (2010) define esta situación como una micropolítica del poder entendiéndola desde: "La cuestión de cómo nuestras acciones son modos de objetivación de la realidad humana que llegan a incluir a nuestra subjetividad" (p. 215).

Por consiguiente, el poder se pone de manifiesto en la terapia al ser ejercido desde un discurso disciplinar; no obstante, la democracia al ser traída en conversación con la praxis clínica, tiene una nueva posibilidad para los investigadores/interventores de mediar las relaciones de poder, en el que más que darse un proceso de co-terapia

en el que uno tendría más protagonismo que el otro, se da es un proceso de colegaje, en el que ambos profesionales son reconocidos en sus capacidades y en su humanidad, es decir, entre ellos se llevan a cabo procesos de legitimación que tienen un efecto recursivo en los consultantes.

### **Incorporación de prácticas democráticas en el subsistema de pareja, como vía para favorecer vinculaciones saludables**

Es importante resaltar que en los resultados se observa que las parejas ya manifestaban dinámicas relacionales aproximadas a la democracia; sin embargo, estos no eran reconocidos como actos democráticos o recursos. Lo anterior, posiblemente pudo ser heredado de sus dinámicas familiares de origen; al respecto, Galvis (2015) y Puyana (2007) refieren que la democracia es un asunto que compete a todos los miembros de la familia, para poder llegar a vivir desde la autonomía y la libertad, en el que se entiende que, la familia es el primer orden social en el que se desarrolla la democracia.

Más aún, en el proceso terapéutico fue posible hacer que los consultantes visibilizaran estos acercamientos democráticos como recursos con las que ya contaban, facilitando la movilización de creencias que sostenían ciertos mitos alrededor de la pareja como *perfección*, entendiendo los dilemas como edificadores de relación; de este modo se reafirma a Maturana (1994), al concebir la democracia en el vivir como un ejercicio artístico alejado de conceptos como la *eficiencia* o la *perfección* y más cercano a las afinidades que impulsan una buena convivencia.

De ahí que en el proceso también fuera posible que el amor se reconfigurara como “amor en libertad”, lo que amplió el panorama de las prácticas democráticas al llegar a reconocer y valorar a sus compañeros desde los aspectos generativos como los deficitarios. En consonancia, el reconocimiento del otro pone de manifiesto su legitimación, lo que se muestra como un acto de amor, al permitir el desarrollo de la relación en las diferentes esferas de la vida (Maturana, 1992).

Por tanto, reconocer la diversidad implica necesariamente elementos democráticos, dando paso a la libre relación y la equidad (Puyana y Ramírez, 2007), cobrando además sentido lo que Linares (2010) refiere desde *amor complejo*, en el sentido que las parejas llevaron al plano interaccional elementos desde lo *cognitivo* como el reconocimiento y la valoración del ser amado, lo *emocional* como la expresión del cariño, llevándolo al terreno en lo *pragmático* al poner en acciones las reflexiones suscitadas.

Hay que mencionar que, en las parejas se reconfiguró la creencia acerca del poder en las relaciones, visto este desde el control y la imposición, pensándolo ahora, desde un intercambio, en la que ambos miembros lo pueden poseer, semejante a la forma en el que lo estructura Foucault (1979), desde una dinámica fluctuante y a la

vez determinada sobre la que el poder se vincula, convirtiéndose en la alternativa del operar de los sujetos.

En cuanto a los contextos posmodernos ha sido posible la emancipación del individuo, abriendo paso a la manifestación de deseos personales ampliando sus posibilidades de interacción (Lipovetsky, 1986; Lipovetsky y Charles, 2006). A partir de esta realidad fue posible la manifestación de nuevas formas de ejercer la masculinidad y el ser mujer en roles más flexibles, para generar conversación entre lo tradicional y los contextos novedosos.

Estas comprensiones favorecieron la integración de la democracia, realizando cambios al ampliar las posibilidades de la pareja en su forma de ser y convivir, lo que facilitó formas de vida más saludables desde la autonomía y la individuación del vínculo. Es así como Hernández (2010) refiere que la individuación se forja al establecer límites cognitivos en la interacción con el entorno, con la capacidad de generar modelos relacionales consigo mismo y los demás que sean sostenidos en el tiempo y finalmente con la capacidad de ejercer autonomía personal, entendiendo que se interactúa en un contexto ecodependiente.

Respecto a los alcances de la investigación-intervención, se observa la democracia como una nueva forma de generar procesos de individuación y autonomía al democratizar los vínculos en la pareja, pensando además esta forma de intervención desde distintos procesos terapéuticos como el individual y con diversidad de poblaciones.

También se logra construir una nueva postura y forma de operar del terapeuta, asimismo, se llega a tener en cuenta la emergencia de novedades frente a la democratización de las emociones y consigo mismo que parte de un reconocimiento propio como sujeto político hacia un reconocimiento del otro. Definitivamente se permite repensar la praxis clínica, poniendo a prueba las capacidades reflexivas, recursivas y adaptativas de los terapeutas en medios virtuales.

## Conclusiones

El proceso de investigación-intervención permitió observar las prácticas democráticas como un recurso posibilitador de cambio, facultando la reconfiguración de los vínculos de las parejas hacia procesos de coevolución, encaminados a generar procesos de adaptabilidad y reorganización en la relación afectiva.

Así mismo, las prácticas democráticas permitieron que los investigadores/interventores adoptaran una posición de apertura hacia las movilizaciones de todo el sistema terapéutico, en el que fue posible que ellos mismos integraran la democracia en su praxis, para favorecer los cambios.

Lo anterior fue posible al lograr reconocer los recursos de las parejas y el vínculo en el cual subyacían dilemas relacionados con roles de género, mandatos

culturales, sociales y familiares que se expresaban en diferentes mitos y creencias y que organizaban las formas de interacción en la pareja, generando malestar en el sistema, los cuales fueron cuestionados, lo que facilitó desde esta nueva posición crítica y legitimadora la construcción de ritos y ritualización en nuevas configuraciones en la vinculación.

De esta manera, lo novedoso del estudio se relaciona con el diálogo teórico y práctico de la democracia como un concepto que se origina en otros campos de conocimiento, con una psicología clínica orientada sistémicamente, en donde la democracia entra a ser un recurso psicológico que favorece relaciones saludables.

Lo anterior podría influir en los contextos de histórica violencia como lo es el colombiano, en el que a un nivel histórico se sostienen y comparten sistemas de creencias enmarcados en lógicas de interacción machista; sin embargo, no significa que lo anterior se pueda generalizar como una manifestación en todas las relaciones de pareja. Con esto se quiere decir que, las situaciones dilemáticas se ubican en el momento en que los sistemas de significación empiezan a actuar como elementos sostenedores de dinámicas conflictivas.

En tanto, es importante resaltar que dichos sistemas de significado con las que las parejas han construido relación no se pueden polarizar desde el déficit, por el contrario, es importante entrar a observar qué de estas herencias tendrían vigencia y sentido para la relación, lo que implica la flexibilización para conversar entre lo tradicional y lo novedoso para la generación de nuevos recursos.

En definitiva, las prácticas democráticas son un recurso que no solo favorece la vinculación de la pareja, sino todo tipo de relación en un contexto social, donde adquiere un carácter ecológico al influir y manifestarse en la forma en cómo las personas construyen interacciones, en el que el sistema de significados va a estar en interconexión de acuerdo con el contexto en el cual se conviva.

De ahí que, los alcances de la investigación-intervención, responden a la necesidad de trabajar la presente propuesta en la política pública para familias desde la Secretaría de Integración Social, en donde uno de sus ejes busca la “promoción de la familia como ámbito de socialización democrática”, interesada por gestionar la socialización de valores democráticos basados en la solidaridad, el respeto a la diversidad, la igualdad y la equidad (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2011).

Por otro lado, es importante mencionar el poder hacer posible el trabajo terapéutico colectivo en las parejas, donde a través de las conexiones emocionales que suscitan las diversas experiencias particulares funcionen como recursos para el cambio, ya que se posibilita que las personas se conecten desde la empatía para suscitar el trabajo colaborativo.

Por último, reconociendo que la democracia tiene distintos horizontes, puede ser un concepto comprensivo e interventivo relevante para el acercamiento a diversas configuraciones vinculares de pareja, lo cual posibilite nuevos marcos contextuales

de reflexión. Ejemplo de ello, podría ser el estudio de prácticas democráticas en el plano sexual, parejas con orientación sexual diversa, parejas que lleven más años de relación y/o convivencia, parejas que estén casadas y parejas en situaciones de violencia, entre otras.

## Referencias

- Aguilera, M. (2009). Comprensión empática y estilos de negociación en la relación de pareja. Herramientas de mediación. *Revista Internacional de Psicología*, 10 (2), 1-14. doi: 10.33670/18181023.v10i02.55
- Alcaldía Mayor de Bogotá. (2011). Secretaría Distrital de Integración Social. Política Pública para las Familias de Bogotá 2011 – 2025. Recuperado de [http://old.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/2017documentos/07112017\\_Politica\\_Publica\\_Familias\\_Bogota\\_2011\\_2025.pdf](http://old.integracionsocial.gov.co/anexos/documentos/2017documentos/07112017_Politica_Publica_Familias_Bogota_2011_2025.pdf)
- Aristóteles. (2003). *Política*. Argentina: El Cid Editor.
- Ariza, G. (2013). Las representaciones sociales de la violencia en las relaciones de pareja en Medellín en el siglo XXI. *CES Psicología*, 6 (1), 134-158. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=423539419009>
- Bardin, L. (2002). *Análisis de contenido*. Tercera Edición. Madrid, España: Ediciones Akal.
- Barragán, M. y Garzón, D. (2003). Conversando sobre los protocolos. En Estupiñán, J., et al. (Ed.), *Construcciones en psicología compleja. Aportes y Dilemas* (pp. 161-171). Bogotá, Colombia: Universidad Santo Tomás.
- Bauman, Z. (2005). *Amor líquido: acerca de la fragilidad de los vínculos humanos*. Barcelona, España: FCE- Fondo de Cultura Económica.
- Beck, U. y Beck-Gernsheim, E. (2001). *El normal caos del amor. Las nuevas formas de la relación amorosa*. Barcelona, España: Ediciones Paidós Ibérica, S.A.
- Bonilla, E. y Rodríguez, P. (2005). *Más allá del dilema de los métodos: La investigación en ciencias sociales*. Bogotá, Colombia: Ediciones Uniandes.
- Caillé, P. (1992). *Uno más uno son tres. La pareja revelada así misma*. Barcelona, España: Ediciones Paidós Ibérica, S.A.
- Carmona, M. (2011). ¿Negocian las parejas su sexualidad? Significados asociados a la sexualidad y prácticas de negociación sexual. *Estudios Feministas*, 19 (3), 801-821. Recuperado de <http://www.scielo.br/pdf/ref/v19n3/08.pdf>
- Castro, B. (2008). El amor como concepto filosófico y práctica de vida, entrevista con Édgar Morales. *Revista Digital Universitaria*, 9(11), 3-9. Recuperado de [http://www.revista.unam.mx/vol.9/num11/art92/art92.pdf?fbclid=IwAR0ecS8v0CwUIDcXV2AQ2RzPD3A1jyKdYkvo9A\\_EYuBtJD-6kKisyHcMh8k](http://www.revista.unam.mx/vol.9/num11/art92/art92.pdf?fbclid=IwAR0ecS8v0CwUIDcXV2AQ2RzPD3A1jyKdYkvo9A_EYuBtJD-6kKisyHcMh8k)
- Ceberio, M. y Linares, J. (2010). *Ser y hacer en terapia sistémica. La construcción del estilo terapéutico*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.

- Congreso de la República de Colombia. (6 de septiembre del 2006). Ley N° 1090. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. Diario Oficial: No. 46.383. Recuperado de [http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_1090\\_2006.html](http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1090_2006.html)
- Congreso de la República de Colombia (17 de octubre del 2012). Ley No 1581. Por la cual se dictan las disposiciones generales para la protección de datos personales. Diario Oficial: No. 48.587. Recuperado de [http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley\\_1581\\_2012.html](http://www.secretariassenado.gov.co/senado/basedoc/ley_1581_2012.html)
- Dalbosco, C. & Mendonça, S. (2020). Democracy theories in John Dewey's work: formative requirements of social cooperation. *Revista Brasileira de educação*, 25, 1-17. doi: 10.1590/s1413-24782020250010
- De la Espriella, R. (2008). Terapia de pareja: abordaje sistémico. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 37 (1), 175-186. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rcp/v37s1/v37s1a14.pdf>
- Duque, R. E. (2017). *La Investigación como Biosfera Autoorganizada Diálogos entre Psicología Clínica, Ciencias de la Complejidad y Estética de los mundos posibles*. Bogotá, Colombia: Pontificia Universidad Javeriana.
- Eiguer, A. (2008). La perversión en los vínculos de pareja y familia. *Subjetividad y procesos cognitivos*, (12), 46-60. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=339630251003>
- Elkaim, M. (2005). *Si me amas, no me ames. Psicoterapia con enfoque sistémico*. Barcelona, España: Gedisa.
- Estupiñán, J., González, O. y Serna, A. (2006). *Dossier No 2 Narrativas Familiares en Diversidad de Contextos*. Bogotá, Colombia: Universidad Santo Tomás.
- Estupiñán, J., Hernández, A. y Serna, A. (2017). *Transformación de la subjetividad en la psicoterapia sistémica*. Bogotá, Colombia: Ediciones USTA.
- Evertsson, L. & Nyman, C. (2009). If not negotiation, then what? Gender equality and the organization of everyday life in swedish couples. *Interpersona*, 3 (1), 33-59. Recuperado de <https://interpersona.psychopen.eu/article/view/68/pdf>
- Foucault, M. (1979). *Microfísica del poder*. España, Madrid: Las Ediciones de la Piqueta.
- Galvis, L. (2015). Una mirada a la familia a partir de la constitución política colombiana. *Anuario de derecho constitucional latinoamericano, año XXI*, 605-626. Recuperado de <http://historico.juridicas.unam.mx/publica/librev/rev/dconstla/cont/2015/pr/pr36.pdf>
- Garrido, A., Reyes, A., Ortega, P. y Torres, L. (2007). La vida en pareja: un asunto a negociar. *Enseñanza e investigación en psicología*, 12 (2), 385-396. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29212212>
- Gergen, K. (1996). *Realidades y relaciones: aproximación a la construcción social*. Barcelona, España: Paidós Ibérica.
- Giraldo, C. y Rodríguez, A. (2018). La comunicación en las relaciones de pareja mediadas por la virtualidad en tiempos de modernidad líquida. *Revista Latinoamericana de Estudios en Familia*, 10 (1), 11-30. doi: 10.17151/rlef.2018.10.1.2.
- Gómez, R. y Jiménez, J. (2002). De los principios del pensamiento complejo. En M. Velilla. (comp.). *Manual de iniciación pedagógica al pensamiento complejo* (pp. 117- 121). Bogotá, Colombia: Corporación para el Desarrollo Complexus. Recuperado de <http://online.upaep.mx/campusvirtual/ebooks/ManualIniciacion.pdf>

- González, G. y Ruiz, F. (2012). Enfoque de democratización familiar en Melilla-España: Análisis de las representaciones de género y autoridad. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 4, 197-209. Recuperado [http://revlatinofamilia.ucaldas.edu.co/downloads/Rlef4\\_11.pdf](http://revlatinofamilia.ucaldas.edu.co/downloads/Rlef4_11.pdf)
- Hernández, A. (2010). *Vínculos, individuación y ecología humana. Hacia una psicología clínica compleja*. Bogotá, Colombia: Universidad Santo Tomás departamentos de publicaciones.
- Ibáñez, J. (1994). *El Regreso del Sujeto. La investigación social de segundo orden*. España: Siglo Veintiuno Editores.
- Jelin, E. (2005). *Las familias latinoamericanas en el marco de las transformaciones globales: Hacia una nueva agenda de política públicas en reunión de expertos: "Políticas hacia las familias, protección e inclusión social"*. Buenos Aires: Cepal. Recuperado de [https://dds.cepal.org/eventos/presentaciones/2005/0628/Elizabeth\\_Jelin.pdf](https://dds.cepal.org/eventos/presentaciones/2005/0628/Elizabeth_Jelin.pdf)
- Jiménez, B. (2007). El poder y los conflictos en familias con adolescentes. Una propuesta para pensar las relaciones intergeneracionales. En Y. Puyana & M. Ramírez. (Eds.), *Familias, cambios y estrategias* (pp. 357-374). Bogotá, Colombia: Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Ciencias Humanas: Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaría Distrital de Integración Social.
- Larner, G. (1995). The real as illusion: deconstructing power in family therapy. *Journal of family therapy*, 17, 191-217. Recuperado de <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/j.1467-6427.1995.tb00013.x?fbclid=IwAR1kwYRqLEbhCcezRaCBMULQvQml5gP6TYoHPQDwFNDfzckccVg4PeyHbGE>
- Linares, J. (2010). Paseo por el amor y el odio: la conyugalidad desde una perspectiva evolutiva. *Revista Argentina de Clínica Psicológica*, 19 (1), 75-81. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=281921797007>
- Lipovetsky, G. (1986). *La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo*. Barcelona, España: Anagrama S.A.
- Lipovetsky, G. y Charles, S. (2006). *Los tiempos hipermodernos*. Barcelona, España: Anagrama S.A.
- Maldonado, C. (2003). Marco teórico del trabajo en ciencias de la complejidad y siete tesis sobre la complejidad. *Revista Colombiana de Filosofía de la Ciencia*, 4 (9), 139-145. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=41400904>
- Maldonado, C. (2015). Pensar la complejidad, pensar como síntesis. *Red Cinta de Moebio*, 54, 313-324. Recuperado de <https://scielo.conicyt.cl/pdf/cmoebio/n54/a08.pdf>
- Márquez, X. (2005). Ni contigo ni sin ti: la pareja irrompible. *Revista intercontinental de psicología y educación*, 7 (2), 27-42. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/802/80270203.pdf>
- Maturana, H. (1992). *Emociones y lenguaje en educación y política*. Chile: Dolmen Ediciones.
- Maturana, H. (1994). *La democracia es una obra de arte*. Bogotá, Colombia: Editorial Linotipia Bolívar y Cía. S en C.
- Méndez, M. y García, M. (2015). Relación Entre las Estrategias de Manejo del Conflicto y la Percepción de la Violencia Situacional en la Pareja. *Revista Colombiana de Psicología*, 24 (1), 99-111. Recuperado de [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-54692015000100007&lng=es&nrm=iso&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-54692015000100007&lng=es&nrm=iso&tlng=es)

- Ministerio de Salud. (04 de octubre de 1993). Resolución N° 008430 de 1993. Por la cual se establecen las normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Montero, M. (2006). *Teoría y práctica de la psicología comunitaria. La tensión entre comunidad y sociedad*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Montilva, M. (2006). Postergación del matrimonio en las mujeres y cambios de las expectativas femeninas sobre el amor. *Revista de Ciencias Sociales*, 12 (2), 332-341. Recuperado de [http://www.scielo.org/ve/scielo.php?pid=S1315-95182006000200011&script=sci\\_arttext&tlng=pt](http://www.scielo.org/ve/scielo.php?pid=S1315-95182006000200011&script=sci_arttext&tlng=pt)
- Morin, E. (2002). Epistemología de la complejidad. En D. F. Schnitman. *Nuevos Paradigmas, Cultura y Subjetividad* (pp. 421-442). Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Morin, E. (2007). *Introducción al pensamiento complejo*. Barcelona, España: Gedisa.
- Muñoz, A. y Andrade, G. (2006). La familia, célula de la democracia antigua y moderna de Aristóteles a Tocqueville. *Revista de Filosofía*, 54 (3), 81-118. Recuperado de [http://www.scielo.org/ve/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0798-11712006000300005](http://www.scielo.org/ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-11712006000300005)
- Navarro, J. (1985). Modelo de intervención en terapia familiar sistémica. *Rev. Asoc. Esp. Neuropsiquiatría*, 5 (13), 165-173. Recuperado de <http://diarium.usal.es/jgongora/files/2015/01/Navarro-Modelo-de-intervenci%C3%B3n-en-TFS.pdf>
- Ortega, P., Plancarte, P., Garrido, A., Reyes, A. y Torres, L. (2018). Una visión de alumnos universitarios: relación de padres como pareja. *Acta colombiana de Psicología*, 21 (2), 99-109. doi:10.14718/ACP.2018.21.2.5
- Pakman, M. (1995). Investigación e Intervención en Grupos Familiares. Una Perspectiva Constructivista. En J. Delgado & J. Gutiérrez (Ed.), *Métodos y Técnicas Cualitativas de Investigación en Ciencias Sociales* (pp. 359-377). España: Editorial Síntesis, S.A.
- Pakman, M. (2010). *Palabras que permanecen, palabras por venir: Micropolítica y poética en psicoterapia*. Barcelona, España: Gedisa Editorial.
- Patiño, J. (2015). Procesos de democratización familiar: posibilidad para construir condiciones de transición hacia una sociedad del posconflicto armado en Colombia. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 7, 62-79. doi: 10.17151/rlef.2015.7.5.
- Pecheny, M. (2014). Derechos humanos y sexualidad: hacia la democratización de los vínculos afectivos en Argentina. *Revista Sudamérica*, 3 (12), 119-136. Recuperado de <http://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/49198>
- Piedra, N. (2016). El poder y los afectos en el análisis de las relaciones y las transformaciones en las familias. *Reflexiones*, 95 (2), 9-21. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/729/72950004001.pdf>
- Polo, M. y Rodríguez, D. (2003). Sobre los escenarios de investigación-intervención-formación y algunos de sus procesos. En Estupiñán, J., et al. *Construcciones en psicología compleja. Aportes y dilemas*. Bogotá, Colombia: Universidad Santo Tomás.

- Puyana, Y. (2007). El familismo: una crítica desde la perspectiva de género y el feminismo. En Y. Puyana y M. Ramírez. (Eds.), *Familias, cambios y estrategias* (pp. 263-278), Bogotá, Colombia: Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Ciencias Humanas: Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaría Distrital de Integración Social.
- Puyana, Y. y Ramírez, M. (2007). *Familias, cambios y estrategias*. Bogotá, Colombia: Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Ciencias Humanas: Alcaldía Mayor de Bogotá, Secretaría Distrital de Integración Social.
- Razera, J., Pereira, C. & Falcke, D. (2016). The Interface Between Quality and Violence in Marital Relationships. *Paidéia*, 26 (63), 71-79. doi: 10.1590/1982-43272663201609
- Rodríguez, A., Pérez, D., Bedoya, L. y Herrera, O. (2019). Terapia Familiar sistémica. Sobre el *self* del terapeuta. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 11 (1), 89-108. doi: 10.17151/rlef.2019.11.1.6.
- Schmukler, B. (2013). Democratización familiar como enfoque de prevención de violencia de género: experiencias en México. *Revista Latinoamericana de Estudios de Familia*, 5, 199-221. Recuperado de [http://revlatinofamilia.ucaldas.edu.co/downloads/Rlef5\\_11.pdf](http://revlatinofamilia.ucaldas.edu.co/downloads/Rlef5_11.pdf)
- Serna, A. (2015). *Disertación elemental. Algunas cuestiones sobre la investigación social*. Bogotá, Colombia: Ediciones USTA.
- Tocqueville, A. (2019). *La democracia en América*. México: FCE-Fondo de Cultura Económica.
- Von Foerster, H. (1996). *Las semillas de la cibernética. Obras escogidas*. Segunda edición. Barcelona, España: Editorial Gedisa, S.A.
- Von Glasersfeld, E. (1996). Aspectos del constructivismo radical. En M. Pakman (Ed.), *Construcciones de la experiencia humana*. Vol. 1 (23-49). Barcelona, España: Gedisa Editorial.