

# RESOLUCIÓN DE ENTRAMPES EN PAREJAS EN CONFLICTO: APROXIMACIONES DESDE LAS PAREJAS Y LOS TERAPEUTAS

Luis Tapia Villanueva,  
Gianella Poulsen,  
Iván Armijo,  
Ximena Pereira  
y Patricia Sotomayor\*

## Resumen

*El objetivo de esta investigación fue definir el concepto de entrapme en parejas, identificar los diferentes tipos y conocer las posibles resoluciones tanto desde las perspectivas de terapeutas de pareja expertos, así como de parejas con un alto índice de ajuste marital. Con este fin se desarrolló un estudio exploratorio, con un diseño comparativo, descriptivo-analítico, utilizando un enfoque metodológico cualitativo, basado en el modelo de la Grounded Theory. El grupo de terapeutas estuvo constituido por dos subgrupos, esto es, de definición y de resolución de entrampes. El primero estuvo conformado por 3 terapeutas de pareja y su propósito fue construir una definición y clasificación de entrampes y diseñar cuatro viñetas clínicas de parejas. Estas viñetas fueron transformadas en cuatro secuencias de video de 7 minutos, con el fin de ser presentadas a los terapeutas del segundo grupo (4) y a las parejas con alto ajuste marital (8). En este artículo se discute la definición, clasificación de los entrampes y las diferencias y similitudes en la resolución y prevención encontradas en ambos grupos.*

**Palabras clave:** pareja, psicoterapia, entrampes, factores protectores.

**Key words:** couples, psychotherapy, relational gridlock, protective factors.

## Antecedentes Teóricos

Durante la segunda mitad del siglo XX la pareja humana experimentó un profundo cambio donde comienza a predominar la libertad individual por sobre los modelos tradicionales de conducta. Lo anterior, junto a la incorporación progresiva de la mujer al mundo laboral y educacional, y a la regulación de la natalidad, lleva a que los roles de mujeres y hombres

en la relación de pareja comiencen a tener un cambio profundo. Hoy la pareja humana está inserta en un escenario que se caracteriza por un factor del que no existen precedentes, esto es, la presencia de una dinámica de cambios acelerados sociales y tecnológicos que ocurren incluso varias veces en una misma generación.

La búsqueda de individualización promueve que las personas construyan una biografía elegida, con la consiguiente soledad y tensión frente a la auto-responsabilidad para construir dicha biografía e identidad y así como también para definir sus vínculos. De esta manera, la identidad de sus miembros se ha convertido, desde una perspectiva relacional, en un tema básico de la relación de pareja, siendo construida en este vínculo afectivo una parte signi-

---

\* Luis Tapia Villanueva, Gianella Poulsen, Iván Armijo, Ximena Pereira y Patricia Sotomayor.  
Unidad de Terapia de Pareja, Facultad de Psicología, Universidad del Desarrollo, Chile. Avda. La Plaza 700. Santiago, Chile.  
E-Mail: maskmag@terra.cl  
REVISTA ARGENTINA DE CLÍNICA PSICOLÓGICA XVIII p.p. 101-114  
© 2009 Fundación AIGLÉ.

ficativa de esta identidad (Beck & Beck- Gernsheim, 2001; PNUD, 2002).

Los aportes de la ciencia han permitido escindir “el deseo” de las “necesidades reproductivas”, lo cual posibilita un replanteamiento de la temática sexual en la vida de los individuos, esto es la integración del deseo en el vínculo amoroso (Beck & Beck-Gernsheim, 2001; Lemaire, 1986).

En la vida de las parejas actuales se despliega entonces una multiplicidad de dimensiones que generan tensión, a saber: la intimidad emocional, los cuidados mutuos, la co-construcción de la identidad y la pasión amorosa. El espacio interaccional y emocional de una pareja es una organización en diversos estados de equilibrio, la cual puede ser perturbada de diferentes formas tanto por eventos intrapsíquicos como contextuales (ciclo vital, duelos, enfermedades, psicopatología, procesos evolutivos personales, entre otros). Podemos concebir entonces a la interacción de pareja, como un espacio emocional donde se despliegan estas tensiones, las que deben ser reguladas por sus miembros de forma de evitar la aparición de tendencias destructivas.

Las parejas con cierta frecuencia se ven enfrentadas a “**malos entendidos**”. La solución para enfrentar estas situaciones son las “aclaraciones”, es decir, reconversar y chequear las comprensiones de los mensajes. Otra cosa distinta es cuando se debe enfrentar un “**desacuerdo**”, es decir, cuando cada miembro de la pareja piensa, siente y/o se comporta de manera distinta respecto de un asunto. La posición que los individuos adopten estará influida por aspectos de personalidad, historia personal, familia de origen, género y factores socioculturales. Si el desacuerdo se acompaña de emociones de ansiedad o temor llamaremos a este desacuerdo un “**conflicto**”. Según la Real Academia Española, RAE, conflicto se define como: la coexistencia de tendencias contradictorias, capaces de generar angustia y trastornos neuróticos (RAE, 2001).

La vida en pareja construye su evolución y desarrollo a través de permanentes encuentros y desencuentros en secuencias de quiebre y reparación. Los conflictos, por lo tanto, son parte habitual y necesaria de la vida de las parejas ya que permiten una redefinición permanente del sentido de identidad de cada uno de los miembros así como de sus patrones de relación. La “no existencia” o evitación de los conflictos detiene el desarrollo, disminuye la capacidad de las parejas para enfrentar y resolver dificultades, inhibe la intimidad emocional y el deseo sexual. Planteado de esta manera, los conflictos no son en sí mismos un problema. El problema comienza cuando los conflictos no pueden ser resueltos, se cronifican y se transforman en pautas conductuales disfuncionales,

repetitivas e ineficaces en la búsqueda de soluciones y convergencias.

Desde la perspectiva sistémica en psicoterapia, los conflictos son entendidos como propiedades emergentes de la interacción de los miembros de la pareja. Los conflictos son considerados “posiciones en el sistema”. La permanencia de la pareja en “posiciones inflexibles de circuitos de negatividad”, ha sido un tema de estudios e investigaciones para connotados autores en Terapia Sistémica. Por ejemplo, fueron J. Haley y C. Madanes (Nichols y Schwartz, 2001), quienes plantearon el tema de las “jerarquías incongruentes” como procesos que explican los “entrampamientos” de las parejas en las disputas por el poder (Nichols y Schwartz, 2001). En el ámbito de la intimidad emocional y la diferenciación del sí mismo, a propósito de las dificultades del deseo sexual, Schnarch (1991) plantea el concepto de “engatillamiento emocional”, donde las parejas quedan “detenidas, estancadas”, en “ciclos de poder y jerarquías incongruentes”. Estas parejas “detenidas” en estas “secuencias crónicas”, tienen “patrones isomórficos” que cruzan transversalmente los diversos ámbitos de relación donde los acuerdos son necesarios para la pareja, tales como: la crianza y educación de los hijos, el dinero, la sexualidad, la demostración de afectos, las relaciones con las familias de origen, las actividades sociales y las maneras de “ver la vida”.

Lo destructivo para las parejas no es la presencia de conflicto, sino de aquellos patrones relacionales disfuncionales que llevan finalmente a una mala resolución y al quiebre de la relación. Cerca del 70% de los conflictos explícitos (expresados en discusiones) de las parejas con altos niveles de satisfacción marital, dicen tener relación con problemas que “no tienen solución”. Se trata de aspectos relacionados con la historia y estructura de personalidad de los individuos. Sólo un tercio de los conflictos explícitos de las parejas se refieren a “problemas o dificultades solucionables” (Gottman, 1999). Las parejas que se sienten “felices” con su relación no resuelven la mayoría de los problemas y lo que determina el “bienestar”, y la “estabilidad”, es la capacidad para discriminar y actuar sobre aquellos problemas que son solucionables y establecer un diálogo respetuoso y emocionalmente “afectuoso” acerca de los “problemas perpetuos” (Gottman, 1999).

El rompimiento del vínculo de pareja ha ido en aumento desde la segunda mitad del siglo XX, traduciéndose en altas tasas de separación y divorcio (Saluter y Lugaila, 1998; Muñoz, 2008). Se ha demostrado que las consecuencias de dichas rupturas conllevan secuelas físicas, psicológicas y sociales para los adultos y niños involucrados. Los impactos negativos se traducen en: violencia intrafamiliar,

trastornos depresivos, abuso de alcohol y drogas, trastornos conductuales y de aprendizaje, (Gottman, 1999; Taylor, 2002), enfermedades autoinmunes, cardiovasculares y con la disminución de expectativas de vida de los cónyuges (Gottman, 1999), deterioro del rendimiento profesional, pudiendo además impactar negativamente en el clima laboral y social (Furstenberg y Teitler, 1994; Judge, Scott y Ilies, 2006).

No obstante lo anterior, existen antecedentes de que un 23% de las parejas (Olson, 1993), muestran un alto "índice de ajuste marital", así como estabilidad y satisfacción a lo largo de toda su vida de pareja. Son "factores protectores" del vínculo de pareja, aquellas estrategias y conductas emocionales, que permiten regular conflictos sin dañar el vínculo de confianza y el sentimiento amoroso, logrando por el contrario, establecer "puentes" post-discusión, que generen cercanía y posibilidades de reestablecer la comunicación en un clima emocional favorecedor de la convergencia y el acuerdo.

La "negatividad" en el vínculo de pareja es la aparición de interacciones dirigidas a la desvalorización de los miembros, mediante la crítica destructiva, el desprecio, la ofensa y la descalificación de sus emociones y sentimientos.

Los "entrampes" del conflicto, son la aparición recurrente de pautas de interacciones estereotipadas, rígidas, y que se caracterizan por su ineficacia para resolver los conflictos. Dada la importancia de los entrampes en la vida de las parejas, es que en esta investigación se han explorado sus características y consecuencias para estas, así como los elementos protectores que les permitirían resolver los entrampes y generar mecanismos de resolución eficaces en el enfrentamiento de sus conflictos.

## Objetivos

El objetivo general de esta investigación fue identificar las estrategias de resolución de conflictos propuestas por terapeutas de pareja y parejas con alto ajuste marital, respecto de parejas en entrampe interaccional.

Los objetivos específicos fueron: a) Definir los modos de resolución de entrampes de conflicto por terapeutas de pareja expertos, a través del análisis de secuencias de entrampes interaccionales simulados b) Definir los modos de resolución de entrampes de conflicto por parejas adultas estables y de alto ajuste marital, a través del análisis de secuencias de entrampes interaccionales simulados y c) Identificar e integrar los puntos de acuerdo y las diferencias en las estrategias de afrontamiento de las situaciones de entrampe interaccional entre los terapeutas de

pareja expertos y las parejas estables y de alto ajuste marital.

## Metodología

### *Definición y justificación del enfoque metodológico*

Siguiendo la lógica de los objetivos planteados para la presente investigación, de carácter exploratorio, se utilizó un diseño descriptivo-analítico, utilizando un enfoque metodológico cualitativo, basado en el modelo de la *Grounded Theory*, desarrollado por Glasser y Strauss (1967). Esta metodología resulta especialmente apropiada para acceder a los procesos subjetivos desde la propia perspectiva de los actores involucrados.

La metodología cualitativa corresponde a una construcción de conocimiento sobre la base de conceptos (Strauss y Corbin, 1990), y mediante el establecimiento de relaciones entre estos conceptos es que se genera la coherencia interna del producto científico. La *Grounded Theory* constituye un método privilegiado para realizar este proceso, justamente porque busca construir modelos teóricos acerca de las interacciones de los diferentes aspectos del fenómeno en estudio (Krause, 1998).

### *Participantes*

Para la presente investigación se utilizó un muestreo intencionado, en donde se trabajó con dos grupos muestrales:

*Grupo de Terapeutas*, que a su vez estaba conformado por dos subgrupos:

- Grupo de definición e identificación de entrampes: constituido por 3 terapeutas de pareja expertos con más de 15 años de experiencia clínica y con formación en Terapia Sistémica.
- Grupo de resolución de entrampes: conformado por 4 Terapeutas de Pareja expertos con más de 15 años de experiencia clínica y con formación en Terapia Sistémica.

*Grupo de Parejas*: Un total de 21 parejas de clase media-alta, en su primer matrimonio, mayores de 34 años, casados por lo menos durante 10 años, con hijos, sin enfermedades crónicas invalidantes ni trastornos psiquiátricos, fueron evaluadas inicialmente para este estudio. En todos los casos se verificó que no hubieran pasado periodos separados.

Para determinar el nivel de ajuste marital se aplicó el test Dyadic Adjustment Scale (DAS) (Spanier, 1976), adaptada y validada en Chile (Tapia, 2008), a todas las parejas, y se seleccionaron aquellas que al corte transversal tuvieron un puntaje individual de más de 130 puntos, lo que corresponde al cuartil superior de la población chilena y aquellas en que las diferencias entre las puntuaciones de ambos miembros de la pareja fuesen menos de 10 puntos, lo que predice un alto nivel de acuerdo intersubjetivo respecto de la satisfacción en la relación (Tapia, 2008). Ocho parejas cumplieron estas características psicométricas, y fueron sometidas a una entrevista semiestructurada realizada por Terapeutas de Pareja expertos y con el fin de confirmar el resultado del test, descartando a aquellas parejas que presentaran indicadores de riesgo en la regulación de las emociones negativas, según los criterios de Gottman (Gottman, 1999). No se descartaron parejas en esta etapa.

#### *Recolección de datos:*

En esta investigación se utilizaron dos estrategias de recogida de datos: Grupo focal y entrevista.

Una de las técnicas principales de investigación cualitativa es el Grupo Focal, que consiste en entrevistas de grupo, donde un moderador guía una entrevista colectiva durante la cual un pequeño grupo de personas discute en torno a las características y las dimensiones del tema propuesto para la discusión. (Flick, 2004). La técnica de grupo focal fue utilizada como forma de registro de datos por el grupo de terapeutas.

En el caso de las parejas expertas, se optó por el desarrollo de entrevistas en profundidad, como forma de proteger la privacidad y teniendo en cuenta el carácter secuencial de obtención de la muestra. El objetivo central de la entrevista es captar lo que es más importante en la mente de los informantes: sus significados, perspectivas y definiciones; en suma, el modo en que ellos ven, clasifican y experimentan el mundo. La utilización de esta técnica de recolección permite obtener una información contextualizada y holística, en palabras de los propios entrevistados (Vieytes, 2004).

Taylor y Bogdan (1998) definen la entrevista en profundidad como reiterados encuentros cara a cara entre el investigador y los informantes, dirigidos hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como las expresan con sus propias palabras.

#### *Procedimiento*

##### **Etapa 1: Definición e Identificación de Situaciones de Entrampe**

El Grupo de Definición e Identificación de Entrampes, constituido por terapeutas expertos en terapia de pareja, participó de una serie de seis reuniones, a razón de una por semana. El objetivo de las reuniones fue la definición e identificación de situaciones típicas de entrampes interaccionales dentro de su experiencia en el trabajo con parejas. Una vez seleccionadas las situaciones de entrampe, se les pidió que redactaran y escenificaran una interacción típica en la pareja en la que se reflejara dicho entrampe detectado, indicando: las frases típicas, aspectos conductuales y elementos contextuales que lo grafican claramente. El grupo entregó, al final de sus sesiones, cuatro, que reflejaban las situaciones de entrampe más relevantes, en base al criterio desarrollado por ellos mismos.

##### **Etapa 2: Generación de material de análisis**

Con las cuatro viñetas clínicas se construyen escenas de video de pareja simulada. Cada escena dura alrededor de siete minutos. Una vez obtenido el material de descripción de entrampe, se generaron guiones para la dramatización del material. El proceso de dramatización estuvo a cargo de un director audiovisual, quien supervisó, junto al equipo de investigación, el guión, la escenificación y la actuación de los entrampes, la cual fue realizada por actores profesionales, todos diferentes para cada viñeta. A partir de ese trabajo se generó el material filmado de los cuatro entrampes detectados, los que fueron grabados en un DVD que constituyó el material de trabajo para los grupos de discusión.

##### **Etapa 3: Grupos de Discusión**

Las escenas de video fueron usadas como estímulo para realizar un grupo de discusión focal con los terapeutas de pareja y para la entrevista en profundidad con cada una de las parejas.

*Grupo de Terapeutas:* Se les presentó el DVD de estímulo y se les propone que discutan desde su experiencia clínica, como creen que la pareja podría salir del entrampe y cuáles son los factores que podrían evitar dicho entrampe. Se realizó una sesión por cada dos entrampes (total dos sesiones de 2.30 hrs.). El grupo fue coordinado por un miembro del equipo

investigador. La conversación fue grabada en video y audio y luego transcrita. Se diseñaron las siguientes preguntas guía: ¿Qué creen Uds. que le pasa a esta pareja?, ¿Cuál es el problema que tienen? (Sólo de lo observado en el video), ¿Qué tendría que hacer esta pareja para salir de esta situación?, ¿Qué cosas se podrían decir entre ellos?, ¿Qué tipo de cosas podrían hacer?, ¿Qué tipo de conversaciones podrían tener?, ¿Qué tipo de actos podrían desarrollar?, ¿Qué tendría que hacer esta pareja para prevenir esta situación? ¿O para que no vuelva a ocurrir?, ¿Qué le podría pasar a esta pareja si no logra resolver esta situación?

*Parejas:* Se les presentó a las parejas las escenas de video simulado. La presentación fue individual para cada pareja y se les propuso que discutan en relación a su experiencia como pareja qué habrían hecho ellos para salir del entrampe y cuáles serían los factores que podrían evitar dicho entrampe. Se realizó una sesión de 2.30 hrs. por pareja. Las conversaciones fueron grabadas y luego transcritas, se diseñaron las siguientes preguntas guía: ¿Qué creen Uds. que le pasa a esta pareja?, ¿Cuál es el problema que tienen? (Sólo de lo observado en el video), ¿Qué tendría que hacer esta pareja para salir de esta situación?, ¿Qué cosas se podrían decir?, ¿Qué tipo de cosas se podrían hacer?, ¿Qué tipo de conversaciones podrían tener?, ¿Qué tipo de actos podrían desarrollar?, ¿Qué tendría que hacer esta pareja para prevenir esta situación? ¿O para que no vuelva a ocurrir?, ¿Qué le podría pasar a esta pareja si no logra resolver esta situación?

#### *Análisis de los datos*

El análisis de la información recopilada se llevó a cabo de acuerdo a los procedimientos consignados por la *Grounded Theory* (Glasser y Strauss, 1967). En primer lugar, se procedió a transcribir el material obtenido, luego se codificaron los datos recopilados, de tal manera de ir articulándolos descriptiva y analíticamente.

Al aplicar los procedimientos de la *Grounded Theory*, se realizó una labor inductiva, disponiendo de un diseño metodológico flexible que permitía integrar la información inesperada y contrastar sucesivas hipótesis (Strauss y Corbin, 1990). Se trabajó con categorías emergentes que permitieron maximizar las posibilidades de descubrir algo nuevo sobre el objeto de estudio. Con las categorías desarrolladas a partir de los datos se pudo realizar un análisis descriptivo o relacional (Krause, 1995; Krause, 1998). El producto final de este proceso inductivo consistió en un conjunto de conceptos relacionados entre sí, que permite dar cuenta de las cualidades del objeto de estudio (Krause, 1998).

#### *Análisis descriptivo: reconstrucción de contenidos:*

El análisis de datos descriptivos es un proceso inductivo que consiste en construir categorías generales a partir de datos particulares. Primeramente, la información transcrita es fragmentada, con el fin de examinarla párrafo por párrafo. Cada unidad de sentido es conceptualizada y nominada, es decir, se le adscribe una etiqueta verbal que interprete el significado de la información recogida. Los conceptos obtenidos luego se agrupan en categorías, las que se organizan jerárquicamente (Krause, 1998). Este proceso se conoce con el nombre de *codificación abierta*. A través del análisis descriptivo se puede presentar todo el abanico de contenidos o significados implicados en una representación. Asimismo, permite identificar los principales componentes representacionales (las categorías principales) y sus categorías de contenido en orden jerárquico (Krause, 1998).

#### *Análisis relacional: reconstrucción de estructura y dinámica interna*

Este análisis incluye dos etapas: la *codificación axial* y la *codificación selectiva*. Su objetivo es establecer relaciones o conexiones entre los diferentes contenidos que arrojan los resultados descriptivos (Krause, 1998). En la primera etapa del análisis relacional (*codificación axial*) el objetivo es generar diversos modelos comprensivos sobre diferentes aspectos que se destacan en los resultados. En tanto, en la segunda etapa (*codificación selectiva*) se construye un modelo comprensivo general, que articula los aspectos esenciales de los resultados en torno a un fenómeno central.

En el caso de esta investigación, se operacionalizó tanto la codificación axial como la selectiva por medio de la construcción de mapas conceptuales (Novak y Cañas, 2006) del contenido analizado, usando el software Cmap Tools, desarrollado por el Institute for Human and Machine Cognition y que puede ser descargado libremente desde la dirección <http://cmap.ihmc.us/>.

El procedimiento general, tanto para la información obtenida con los terapeutas como en el caso de las parejas expertas fue: a) Codificación abierta de las transcripciones de cada entrevista, realizada por un subequipo compuesto por dos metodólogas expertas en análisis cualitativo, que no formaban parte del equipo investigador principal, y que no habían participado en ninguna etapa previa del estudio, de modo de evitar sesgos en la estructuración de la información; b) Este mismo equipo realizaba una

primera integración de la información, por separado para el grupo de terapeutas y de parejas expertas, generando una estructura de códigos única para cada viñeta analizada; c) El equipo investigador principal transformaba dicha estructura de códigos en un mapa conceptual para cada viñeta, tanto para el grupo de terapeutas como para las parejas, obteniendo un total de ocho mapas que representaban la codificación axial en cada caso; d) El equipo investigador principal generaba una integración de los mapas conceptuales de cada grupo, generando un modelo global para la conceptualización del entrampe y las estrategias de resolución de los mismos, identificando los puntos en común, y estableciendo las relaciones conceptuales entre las distintas categorías, lo que representa la codificación selectiva en cada grupo; e) Los mapas finales eran presentados al subequipo de análisis cualitativo, con el fin de chequear la concordancia entre los modelos finales y la codificación realizada por ellos, como una forma de triangulación de la información.

Finalmente, un aspecto importante de destacar está relacionado con la triangulación por investigador, que se refleja en el análisis y codificación dentro de un equipo de investigación. Esto permite una constante retroalimentación de información a nivel de análisis de los resultados obtenidos, asegurando un criterio de rigurosidad científica.

## Aspectos éticos

En primer lugar, los grupos focales y entrevistas cuentan con la voluntariedad de los participantes. Además, se les solicitó permiso para grabar, y se realizó un consentimiento en el cual se explican los objetivos del estudio, y el destino de la información recolectada. Por otra parte, se asegura la confidencialidad de los datos, es decir, la información obtenida es de uso exclusivo del equipo de investigación y se utiliza el anonimato en la transcripción de los grupos focales y entrevistas. Además, las transcripciones cuentan con la autorización de los participantes. Respecto al acceso a los resultados de la investigación, no se entrega información que permita individualizar a los participantes.

## Resultados

### 1. Definición de entrampe

De acuerdo a los terapeutas expertos, los *aspectos constitutivos de un entrampe* son los siguientes:

Participación de los dos miembros de la pareja, patrón rígido de interacción, repetitivo, sensación emocional negativa, desconexión de la comunicación, sin metacomunicación e imposibilidad de escapar del entrampe.

Los entrapmes se dan en distintos niveles de interacción, los cuales pueden ser simétricos o complementarios y en sus contenidos pueden ser emocionales o de significados y creencias. Al combinarlos pueden dar distintas modalidades de entrampe: simétrico emocional, simétrico de significados o creencias, complementario emocional o complementario de significados o creencias.

Los *factores protectores* que facilitan resolver un entrampe son los siguientes: Aceptar el desacuerdo, flexibilidad, cercanía y tolerancia. Estos factores protectores evitan la desconexión emocional.

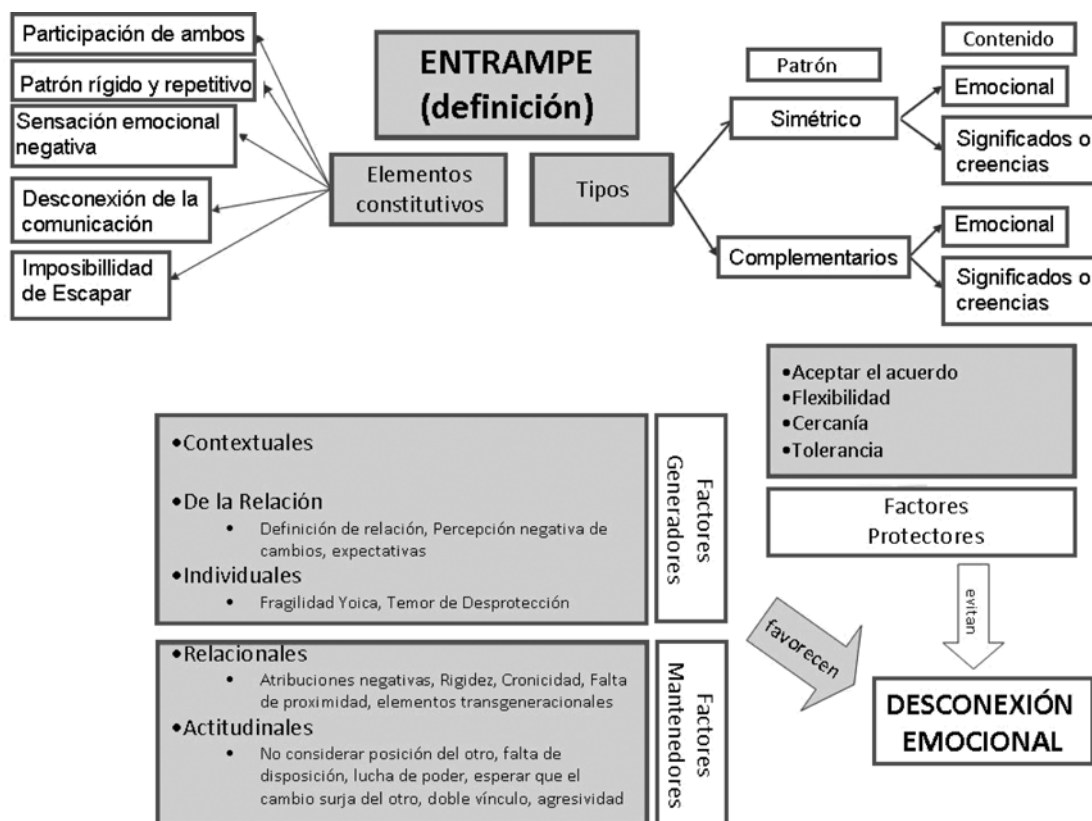
Por otra parte, existen factores *relacionales y actitudinales* que *mantienen el entrampe y favorecen la desconexión emocional*. Los elementos *relacionales* apuntan a: hacer atribuciones negativas de la intención del otro, cronicidad, falta de proximidad en la pareja, rigidez de roles y elementos transgeneracionales involucrados. Respecto de los elementos *actitudinales* estos son: no considerar la posición del otro, falta de disposición a la resolución, lucha de poder, esperar que el cambio surja desde el otro, envío de mensajes de doble vínculo y estar en una posición agresiva.

Los factores que generan o producen entrapmes se asocian a tres aspectos: a) De la relación: se refiere a dificultad en la definición de la relación, a dificultad con las expectativas tácitas que se tienen de la relación y a la percepción negativa de los cambios que aparecen en la relación, b) Contextuales y c) Individuales: se refiere a fragilidad yoica y temores de desprotección.

La conjunción de los factores generadores y mantenedores tienen como efecto principal la instauración de una desconexión emocional en la pareja, que puede ser evitada en la medida que se potencian los factores protectores.

En el esquema mostrado en la figura 1 se observa un modelo funcional de la definición de entrapmes según el grupo de terapeutas de definición de entrapmes.

Figura 1. Esquema funcional de la definición de entrampe



## II. Análisis de grupo de terapeutas sobre videos de entrampe

Los terapeutas discutieron sobre las cuatro viñetas presentadas. La viñeta 1 (V<sub>1</sub>) y la viñeta 2 (V<sub>2</sub>) muestran dos entrapmes en parejas que presentan una discusión al modo de la complementariedad rígida sobre quejas de la esposa en relación a la sexualidad (V<sub>1</sub>) y una discusión sobre la validación mutua, celos y control (V<sub>2</sub>). La viñeta 3 (V<sub>3</sub>) y 4 (V<sub>4</sub>) muestran discusiones de forma de escalada simétrica sobre relaciones con la familia de origen (V<sub>3</sub>) y educación de los hijos (V<sub>4</sub>). Se muestran los resultados en su conjunto y por separado.

La discusión de los terapeutas sobre las cuatro viñetas de entrampe en su conjunto distingue tres grandes categorías respecto de los entrapmes: 1) Fa-

cilitadores de la resolución. Los terapeutas discuten sobre los diversos elementos que la pareja tendría que desplegar, para salir de la situación de entrampe para cada una de las viñetas, 2) Consecuencias de la no resolución y 3) Factores protectores.

### 1. Facilitadores de la resolución

Se distinguen cuatro subcategorías: a) *Disposición al cambio*, b) *Enfrentar el problema*, c) *Comunicación* y d) *Cambio en la pauta*. a) *La disposición al cambio* es referida como un cambio de actitud que permita *flexibilizar posiciones de los miembros de la pareja, lo que implica no competir y tomarse en serio*. Se refieren a la necesidad de “tomarse en serio” en la relación como un indicador de disposición al cambio. Tomarse en serio es hablar aquí y ahora del conflicto

desde las vivencias emocionales con el fin de que se deleve lo que ocurre. El *no competir y la tolerancia a la manera del otro* posibilitan la disposición al cambio.

b) *Enfrentar el problema* implica *no dejar pasar el tiempo, aceptar la necesidad de diálogo y enfrentarlo desde las emociones*. Nuevamente se enfatiza la importancia de abordar el problema sin postergaciones y aceptando la necesidad de diálogo, lo que implica aceptar una interacción que requiere de validar al otro. En el enfrentamiento del problema aparece como fundamental el *tolerar la tensión emocional, lo que implica sostener el diálogo y así la intimidad emocional*. Enfrentar el problema es *reconocer la legitimidad del otro* lo que implica *reconocer las actitudes y sentimientos del otro, indagar las vivencias del otro y sostener el plano emocional en las interacciones*. En las parejas en conflicto lo difícil es mantenerse en el plano de las emociones y lo habitual es que sea fácil iniciar secuencias de contenido de argumentación y contra-argumentación por lo que sostenerse en lo emocional es enfrentar genuinamente el problema. En la interacción es necesario *explicitar expectativas y necesidades, con validación mutua e intentos de calmar al otro, en interacciones donde deben ser evitadas las agresiones e ironías*. c) *Comunicación*. Los terapeutas entienden la comunicación como un facilitador en términos de *hablar y escuchar, en un clima propicio y que lleve a una autoconciencia emocional*. Por clima propicio se entiende en un *momento de calma*, cuando estén más tranquilos, en un *lenguaje directo* donde puedan hablar de lo que les pasa. La posibilidad de comunicación e intimidad emocional gira en torno a la *autoconciencia emocional*. A través de la *mirada sobre sí mismo y la autorrevelación*. La autoconciencia emocional permite indagar los *sentimientos detrás de la pasividad, la angustia detrás de la rabia y producir un quiebre que cambie el discurso del entrampe*. La autorrevelación permite la *metacomunicación* que favorece salir de esa situación. La metacomunicación permite una *mirada sobre ellos mismos respecto a sus familias de origen*. d) *Cambio en la pauta*. El cambio en la pauta se produce cuando se *modifica la secuencia del entrampe*, en un momento en la pareja donde *no exista defensividad*, lo cual genera un *giro virtuoso*, que hace posible para la pareja *re-encontrarse en otro estado*. Con el fin de cambiar la secuencia se apela a la *seducción, proponer nuevas alternativas y romper la rutina*. La vía final de los elementos facilitadores de la salida del entrampe se refieren, a como estos aspectos comentados, confluyen en la promoción de una *mayor autoconciencia emocional*. Esta autoconciencia promueve una *intimidad emocional*, la que permitirá a la pareja *reencontrarse en otro estado emocional, interaccional y cognitivo*.

## 2. Factores protectores

Los factores protectores principales sugeridos por los terapeutas fueron: a) *Presencia de un vínculo afectivo*. Aquí se apela a la necesidad de *querer y aceptar al otro y estar vinculado* b) *Ética de la relación*. Esta se entiende como *ausencia de violencia y valorar y reconocer al otro*. c) *Hacer vida de pareja*. En la promoción de la vida en pareja se sugirió, *salir solos, hacer cosas que les gusten, dejarse tiempo de primera y claridad de tener espacios*. d) *Preguntarse sobre el sentido de la relación*.

## 3. Consecuencias de la no resolución

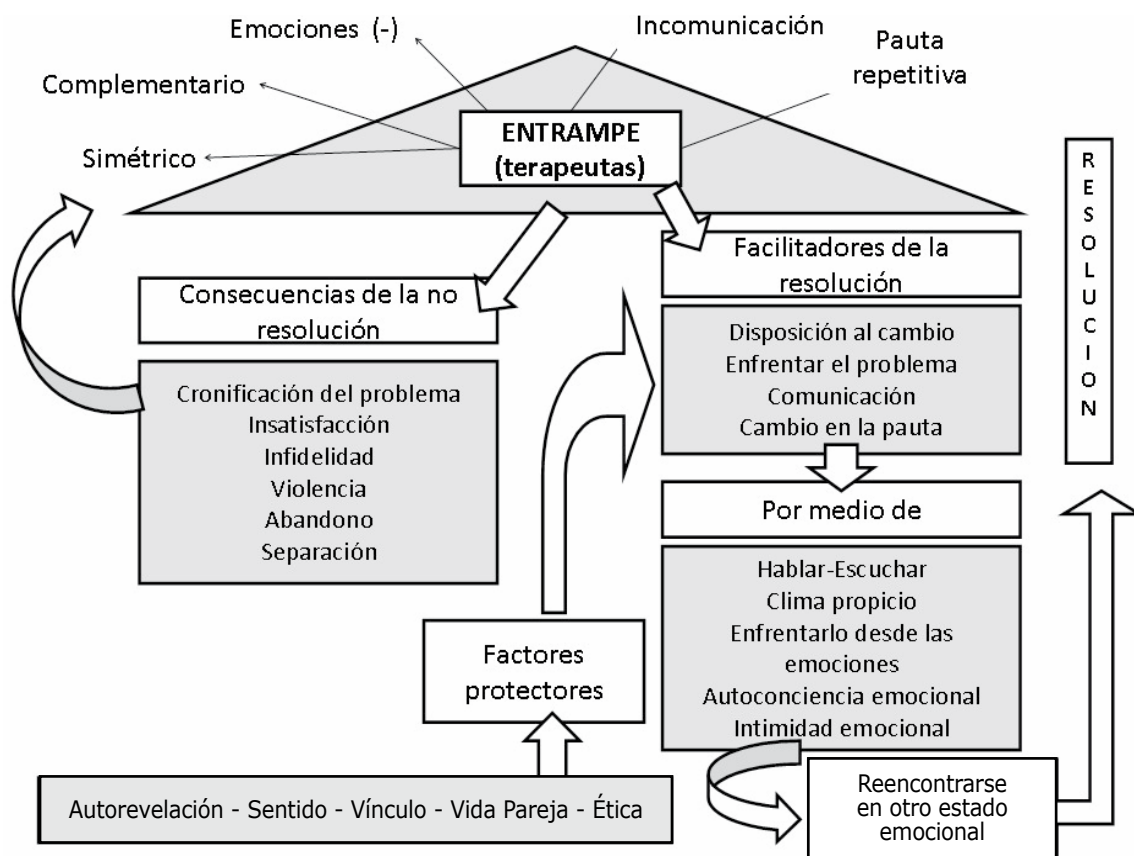
Las consecuencias señaladas de la no resolución de las situaciones de entrapes fueron, *la separación, infidelidad y seguir juntos con alta insatisfacción*.

En resumen, podemos ver que la viñeta 1 reflejaba un entrampe con características de una complementariedad rígida donde el esposo estaba en una posición de jerarquías incongruentes respecto del deseo. Dentro de los factores facilitadores propuestos por los terapeutas resaltaron aquellos que se relacionaban con promover una mayor intimidad emocional y ver las emociones tras la pasividad y la rabia. La viñeta 2 que fue calificada por los terapeutas como el entrampe que tenía peor pronóstico debido a los intensos sentimientos de desvalorización de los cónyuges, lo que más resaltaba como facilitadores de salida del entrampe estuvieron centrados en contactarse desde las emociones, disminuyendo la agresión y reconociendo al otro como legítimo en sus necesidades y promoviendo la pesquisa de las necesidades mutuas. En la viñeta 3, que es un entrampe de naturaleza simétrica relacionada con la diferenciación emocional respecto de las familias de origen, lo sugerido gira en torno a promover elementos de pareja como la seducción, la complicidad, romper la rutina y hacerse preguntas sobre ellos mismos y sus relaciones con sus familias de origen, es decir aquello que promueva una identidad como pareja. En la viñeta 4 también con un entrampe de naturaleza simétrica respecto a la educación de los hijos, lo sugerido giró en torno a la promoción de mayor regulación emocional en las discusiones para re-encontrarse en otro estado. Llama la atención que en las viñetas 1 y 2 del tipo de entrapes con complementariedades rígidas, los terapeutas mencionaron como riesgo la infidelidad y no así en los entrapes simétricos de las viñetas 3 y 4.

La figura 2 muestra el esquema de un modelo funcional de resolución de entrapes según terapeutas.



Figura 2. Esquema del modelo funcional de resolución de entrapmes según terapeutas



### III. Análisis de grupo de parejas sobre videos de entrampe

Las parejas expertas, cada una por separado, opinaron sobre las cuatro viñetas presentadas. Se muestran los resultados en su conjunto y por separado. La discusión de las parejas expertas sobre las cuatro viñetas de entrampe en su conjunto distingue dos grandes categorías respecto de los entrapmes:

1. *Facilitadores de la resolución.* Las parejas expertas opinaron sobre los diversos elementos que cada miembro de la pareja tendría que desplegar para salir de la situación de entrampe para cada una de las viñetas.

2. *Consecuencias de la no resolución.* Opinaron respecto a qué le podía pasar a las parejas si no resuelven los entrapmes.

#### 1. Factores facilitadores de la resolución

Los factores favorecedores de la resolución sugeridos por las parejas expertas se relacionan con cinco aspectos: a) *Comunicación*, b) *Actitud*, c) *Acción* d) *Significado y creencias* y e) *Emociones*.

a) *Comunicación.* De acuerdo a las parejas expertas para enfrentar las diferencias y los problemas se

requiere de *plantear la situación* a través de *manifestar las necesidades*, *explicitar los requerimientos* de cada uno y *manifestar las expectativas*, de manera que se *favorezca un quiebre*, que permita *conversar y escuchar*. Es necesario generar un *ambiente propicio* para conversar, buscando el *momento apropiado*, *sin agredirse*, expresándose con *honestidad* y con humor lo que les sucede, *indagando lo que le está ocurriendo al otro*, lo cual podría generar *complicidad* en la pareja. En este contexto de complicidad es que la pareja puede *conversar y escuchar al otro*, buscando *no mezclar temas*, *centrándose en el conflicto*, *escuchando al otro*, e *indagando qué le ocurre*, de manera que puedan *sincerarse respecto de lo que sienten* y puedan *hablar del plan común*, con el fin de *buscar acuerdos*. b) *Actitud*. Para resolver las diferencias se requiere de una actitud de *disposición hacia la resolución*, esto implica *ceder en pro de la pareja*, *dejando de lado el orgullo* y *planteando la situación sin agresión*. Por otra parte, la disposición incluye también la *flexibilidad*, para tener una *mayor perspectiva del problema* y para *ponerse en el lugar del otro y apertura al cambio*. Las parejas expertas resaltan la importancia de sostener una *actitud de lealtad y respeto*, que se manifiesta en *tratarse con cariño* y con *respeto hacia la familia del otro* y que implica *priorizar la propia familia por sobre las familias de origen*. La actitud para enfrentar el problema implica *asumirlo*, *poder ver más allá del conflicto*, *no temer la confrontación*, lo que permite la *aceptación de cada uno*, favoreciendo la posibilidad de *empatizar con el otro*, *conocer sus expectativas*, a la vez que *conocerse a sí mismo*, lo cual permite *aprender del otro* y *aceptarse mutuamente*, posibilitándoles ser *fieles al proyecto común*. c) *Acción*. Además las parejas puntualizan la *precaución en involucrar un tercero*, ya que la idea es *proteger el espacio de pareja*. Esto implica *independizarse de la familia de origen*, a través de *hablar con ellos para buscar nuevas alternativas*, lo cual permite a la pareja libertad para *decidir respecto de los encuentros con ellos*. También puntualizan la necesidad de ponerse de *acuerdo en la crianza*, buscando un *punto medio*, adoptando una *postura común*. Por otro lado, requiere de tomar ciertas medidas como *no dejar pasar el tiempo para resolver los problemas*, con una *actitud proactiva hacia mejorar la relación*, *flexibilizando roles* y *tomando las decisiones en conjunto*. Mencionan como esencial para *proteger el espacio de pareja*, *cultivar el amor*. Plantean que es necesario *luchar diariamente por mantener la relación*, *mantener espacios de intimidad* en pareja, *explicitando el amor*, por medio de *demonstraciones de cariño*. Sugieren tener una vida

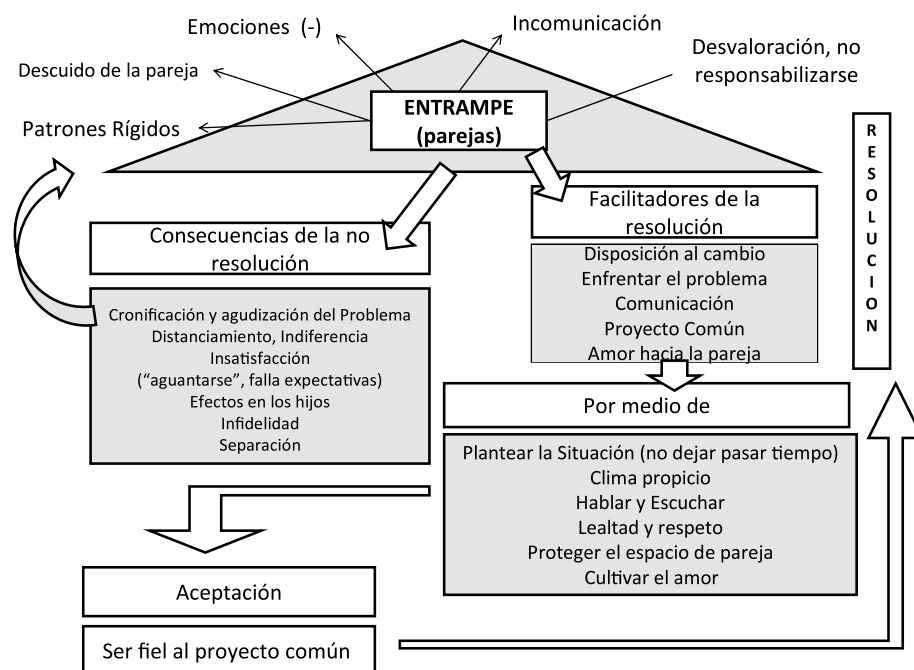
*de pareja entretenida*, *salir de la rutina* para generar cambios. d) *Significados y creencias*. Tomar medidas para favorecer la resolución, promueve entender la situación como un *problema de los dos*. Además *no dar por seguro el bienestar de la relación* y permite *tomar acciones a tiempo*. e) *Emociones*. De acuerdo a las parejas expertas se favorece la resolución de los entrapes al *demostrar interés por mantener la relación*, junto con *manifestar amor hacia la pareja*, *mostrándose fieles al proyecto común*.

## 2. Consecuencias de la no resolución

Las consecuencias de la no resolución pueden llevar a la *cronificación de las peleas*, junto con la *agudización del problema*, lo cual puede producir *problemas con los hijos*. Y en algunos casos puede facilitar la *infidelidad*. De acuerdo a las parejas expertas, sostener el entrapo podría llevar al *distanciamiento* e *indiferencia de la pareja*. Además provocaría *vivencias de aislamiento* y de *expectativas insatisfechas*. También podrían *compartir menos aspectos en común*. Lo cual podría llevarlos a *seguir juntos "aguantándose"* y en algunos casos los llevaría a la *separación*.

En la figura 3 se observa un esquema del modelo funcional de resolución de entrapes según las parejas expertas.

Figura 2. Esquema funcional de la resolución de entrapmes según parejas expertas



## Discusión

Los resultados sobre la resolución de entrapmes de terapeutas y parejas expertas, tienen relevancia en el ámbito de la clínica y prevención de conflictos en las parejas. El análisis de ambas perspectivas permite tener una mirada integradora, una, la de los terapeutas centrada en su experiencia clínica y la otra, la de las parejas, centrada en su experiencia de relación.

Los terapeutas conciben la resolución de los entrapmes y sus factores protectores y consecuencias, amparados en sus reflexiones clínicas y sus categorías provienen de lineamientos teóricos de distintos ámbitos de la psicología y específicamente de modelos en terapia familiar y de parejas. Las grandes categorías de los factores facilitadores combinan elementos actitudinales y procesales tales como *la disposición al cambio, enfrentar el problema, comunicación y cambio en la pauta*. Estas categorías

en un modelo relacional de la información confluyen fundamentalmente hacia aspectos relacionados con las *emociones* y el *clima emocional de la relación*, lo que está al servicio de la *autoconciencia emocional* de los cónyuges respecto de lo que les pasa. Dicha autoconciencia emocional tiene como destino final la *construcción de una intimidad emocional*, entendida esta como una *develación de la identidad del sí mismo en un espacio de seguridad con otro*. Cada una de estas variables converge en un objetivo central, a juicio de los terapeutas, que es el *reencuentro de la pareja en otro estado emocional, conductual y cognitivo*. Estos resultados apuntan a destacar que en la terapia de pareja es importante desarrollar intervenciones destinadas a la *regulación de las emociones* y la *autoconciencia de sí mismo y del otro*.

La importancia de la regulación de las *emociones* y de la *autoconciencia emocional* en la Terapia de Pareja está ampliamente documentada. Los trabajos del grupo de Seattle en Estados Unidos, liderado por John

Gottman (1999) han acumulado evidencia en más de siete estudios sobre pronóstico en más de medio millar de parejas. Este grupo centra sus conclusiones, por un lado, en la importancia de la regulación de la negatividad emocional y la promoción de la positividad emocional durante los conflictos y, por otro, en la importancia de los intentos y aceptación mutua de la reparación emocional post conflicto. Esta última variable es la que tiene más peso pronóstico en el destino futuro de la pareja.

El enfrentamiento desde las emociones de los conflictos de pareja, ha sido el constructo central de la así llamada Terapia de Pareja Centrada en las Emociones (Emotional Focused Therapy, EFT). Este modelo desarrollado por Susan Johnson y Leslie Greenberg (Johnson y Lebow, 2000), ha tenido un importante apoyo empírico en resultados de terapias de pareja, y estudios de metanálisis y randomizados apoyan fuertemente la utilidad de este modelo en el tratamiento de las parejas. Un aspecto central de este procedimiento es conectar a los cónyuges con sus necesidades de apego y cuidado, para lo cual es necesario el conocimiento de las emociones propias y del cónyuge. En este conocimiento la exploración de las emociones tras la rabia es fundamental para redefinir los entrapamientos en una perspectiva de las necesidades de cuidado más que en disputas por el poder o la razón.

La gran similitud de las conclusiones de los terapeutas con la evidencia empírica actual habla probablemente de la influencia de estos modelos en los terapeutas participantes en el grupo de resolución de entrapamientos. En los factores protectores consideraron *el vínculo afectivo, la ética de la relación (no violencia) y el hacer vida de pareja* como los aspectos más importantes. Existe evidencia de que el resultado de la Terapia de Pareja depende de la confianza de los cónyuges en el afecto del otro, definido este afecto como intención de cuidar (Sexton, Alexander y Leigh, 2004). En la vida de la pareja contemporánea sobrecargada de trabajo, con largos tiempos de desplazamiento en las ciudades y crianza de hijos, tener tiempo de calidad puede ser una tarea difícil. Así las necesidades más básicas, esto es, tener ratos a solas sin cansancio, muchas veces no pueden ser cumplidas comprometiendo la intimidad emocional y el deseo sexual. La *legitimidad del otro, el cuidado y la ausencia de violencia física y psíquica es central en la protección del vínculo*. Las consecuencias de la no resolución son *la separación, infidelidad y cronificación del problema*.

Respecto a la perspectiva de las parejas expertas surgen diferencias en las categorías. Así, mientras los terapeutas basaban sus categorías en elementos referidos a *modelos teóricos*; en las parejas, éstas se centraban en la *experiencia*. Sobre los elementos

comunes: en la categoría de comunicación, terapeutas y parejas comparten la necesidad de contar con un *ambiente propicio para las conversaciones* y la importancia en la *indagación sobre los aspectos emocionales y cognitivos* de cada uno de los miembros de la pareja y lo relevante de la *búsqueda de acuerdos*. En la actitud, la *disposición al cambio y el enfrentamiento del problema* son opiniones comunes a ambos grupos. Las diferencias se constituyen en los lugares hacia donde confluye el modelo. Los terapeutas hablan escasamente o nada del amor, en la pareja *cultivar el amor* es una función relevante. En los estudios ya mencionados de John Gottman (1999) sobre los gestos de cercanía amorosa cotidianos, se ha visto que pueden ser usados como recursos en los momentos del conflicto, lo que disminuye la negatividad de las interacciones y favorecen los intentos de reparación. En un estudio de parejas en su ambiente natural sobre el uso de los afectos cariñosos y el humor en interacciones cotidianas de parejas, éste predijo el uso de estos afectos en la disminución de la negatividad durante el conflicto (Driver & Gottman, 2004).

Las parejas consideran como fundamental la *aceptación del otro*, lo que implica *empatía, conocimiento propio y del otro y aprender del otro*. La aceptación como modo relacional tiene apoyo empírico en los citados trabajos de Gottman (op. cit.). Cerca del 70 % de los problemas de las parejas que estaban felizmente estables, no se resolvían durante el matrimonio y se mantenían como problemas perpetuos. Lo que determina el pronóstico es la aceptación de lo insoluble y focalizarse en lo posible. Un aspecto central para las parejas y que prácticamente no fue mencionado por los terapeutas fue la *fidelidad al proyecto común*. Esta fidelidad está relacionada con el sentido y la pregunta sobre el nosotros, se refiere al "espíritu de la relación". En el devenir del ciclo de vida de una pareja, ésta está sometida a numerosos eventos de la más diversa índole, como son el desarrollo de las propias biografías, la crianza de hijos y las relaciones con los ciclos de la familia de origen (duelos y enfermedades). Estos eventos y el desarrollo y evolución personal de los cónyuges, pueden modificar los sentidos iniciales. Estas parejas expertas apelan a la constante *fidelidad al anhelo compartido*, a la *responsabilidad con el compromiso afectivo*, a las *declaraciones de amar al otro* y a las *conversaciones permanentes sobre el tipo de nosotros* que quieren construir. El aporte de estas parejas es que apelar al sentido del proyecto compartido puede ser una instancia que permita modificar el clima emocional durante los conflictos y lograr una actitud diferente ante el entrapamiento.

Sobre las consecuencias de la no resolución las parejas mencionaron los mismos escenarios que los

terapeutas, y agregaron las *consecuencias en los hijos*.

Respecto a posibles dificultades metodológicas, los terapeutas tienen formación sistémica, lo cual constituye un sesgo en la creación de las viñetas y en el enfoque predominante del grupo investigador. Esto implica un sesgo en cuanto al tipo de entrampes detectados y a la conceptualización de las estrategias de enfrentamiento detectadas frente a ellos. El resultado entregado sólo da cuenta de los aspectos comunes observados tanto en terapeutas como en las parejas en base a viñetas en las que se representa un conflicto bien perfilado, representado por actores en base a las definiciones dadas por terapeutas de pareja. Queda la duda de si los resultados obtenidos se aplican a procesos terapéuticos reales que pueden incluir otros elementos que intervienen tanto en la generación como en el mantenimiento y resolución del entrampe. La realización de estudios posteriores que verifiquen la aplicación de los modelos de descripción y análisis de entrampe propuestos en parejas reales es recomendable.

Por otra parte, la asignación de la importancia relativa de las dimensiones detectadas depende básicamente del juicio clínico del equipo investigador. Puesto que el tamaño muestral es demasiado pequeño como para tomar decisiones estadísticas, se vuelve recomendable también el desarrollo de estudios cuantitativos que permitan evaluar el comportamiento del modelo y asignar los pesos correspondientes a cada dimensión analizando una muestra representativa tanto de parejas consultantes como no consultantes a terapia. En esta misma línea, el trabajo con una muestra intencionada de parejas de alta satisfacción, sin una contraparte de niveles de satisfacción normal o baja no nos permite determinar si las dimensiones identificadas son parte de la visión general de parejas o particular de parejas de alta satisfacción (no sabemos si parejas con menos experiencia hubieran respondido algo distinto). Se puede suponer que dado el alto nivel de selección las respuestas dadas apuntan a elementos que desde la experiencia de las parejas son más relevantes, pero no da cuenta necesariamente de que otros elementos pueden ser considerados por parejas menos exitosas y que marcarían un criterio discriminador de cuáles son los aspectos que se potencian en parejas de alta satisfacción. La posterior indagación de este punto también sería recomendable.

Finalmente, el sistema muestral privilegió la inclusión de parejas de nivel socioeconómico medio-alto, como una forma de controlar posibles factores psicosociales asociados a supervivencia que pueden tensar a la pareja. Futuras investigaciones que incluyan los distintos niveles socioeconómicos son recomendados.

Posibles lineamientos clínicos futuros consistirán en la operacionalización de las estrategias planteadas con el fin de desarrollarlas en contextos clínicos y preventivos, con el fin de contribuir a la resolución de los entrampes de las parejas en conflicto. En dichos contextos el sistema cambiará de diádico a triádico al incluir al terapeuta. En el sistema terapéutico estos entrampes diádicos de las parejas interactuarán con los quiebres e impasses de la terapia, lo que implica la necesidad de complejizar el modelo, incorporando la persona del terapeuta en las interacciones.

## BIBLIOGRAFÍA

- Beck, U. & Beck- Gernsheim, E. (2001). *El normal caos del amor. Las nuevas formas de la relación amorosa*. Barcelona: Paidós.
- Driver, J. & Gottman, J. (2004). Daily Marital Interactions and Positive Affect During Marital Conflict Among Newlywed Couples. *Family Process*, 43: 3, 301-14.
- Flick, U. (2004). *Introducción a la Investigación Cualitativa*. Madrid: Morata y Fundación Paideia Galisa.
- Furstenberg, F. & Teitler, J. (1994). Reconsidering the Effects of Marital Disruption. *Journal of Family Issues*, Vol. 15:2, 173-190.
- Gottman, J. (1999). *The Marriage Clinic. A Scientifically based marital therapy*. New York, NY: W. W Norton & Company Ltd.
- Glasser, B. & Strauss, A. (1967). *The discovery of grounded Theory: Strategies for Qualitative research*. Chicago: Aldine.
- Jonhson, S & Lebow, J. (2000). The coming of age of couple therapy. A decade review. *Journal of Marital and Family Therapy*, 261, 23-38.
- Judge, T. A., Scott, B. A. & Ilies, R. (2006). Hostility, Job Attitudes, and Workplace Deviance: Test of a Multi-level Model. *Journal of Applied Psychology*, Vol. 91(1), 126-138.
- Krause, M. (1995). La Investigación Cualitativa: Un Campo de Posibilidades y Desafíos. *Revista Temas de Educación*, 7, 19-40.
- Krause, M. (1998). Construcción y transformación de Teorías subjetivas a través de la Psicoterapia. *Terapia Psicológica*, 7, 29-43.

- Lemaire, J. (1986). *La pareja humana: su vida, su muerte y su estructura*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Muñoz, A. (2008, 5 de enero). Divorcios tramitados aumentaron un 54% entre 2006 y el año pasado. *La Tercera*, pp. 22. extraído el 9 de mayo de 2008 desde Internet: [http://www.glamorama.cl/medio/articulo/0,0,3255\\_5666\\_324193623,00.html](http://www.glamorama.cl/medio/articulo/0,0,3255_5666_324193623,00.html).
- Nichols, M. & Schwartz, R. (2001). *Family Therapy Concepts and Methods*. Instructor manual's and test bank. Ch., 11, 84-93 Boston: Allyn and Bacon.
- Novak, J. D. & Cañas, A. J. (2006). The Origins of the Concept Mapping Tool and the Continuing Evolution of the Tool (higher resolution for printing). *Information Visualization Journal* 5, 175-184.
- Olson, D. (1993). Five Types of Marriage: An Empirical Typology Based on ENRICH. *The Family Journal*, 1:3, 196-207.
- PNUD (2002). Desarrollo Humano en Chile. Programa de las Naciones Unidas para el desarrollo.
- Real Academia Española (2001). Conflicto. *Diccionario de la Lengua Española (XXIIº Ed.)*. Extraído el 17 de diciembre de 2006 desde [http://buscon.rae.es/drae/SrvltConsulta?TIPO\\_BUS=3&LEMA=conflicto](http://buscon.rae.es/drae/SrvltConsulta?TIPO_BUS=3&LEMA=conflicto).
- Saluter, A. F. & Lugaila, T. A. (1998). *Marital Status and living arrangement: March 1996*. Current Population Reports. Washington DC: U.S. Bureau of the Census.
- Schnarch, D.M. (1991). A clinical model of intimacy. En: *Constructing the sexual crucible. An integration of sexual and marital therapy*. Ch. 5, 120-144. New York: W.W. Norton & Company, Inc.
- Sexton T., Alexander, J., & Leigh, A. (2004). *Levels of evidence for the models and mechanisms of therapeutic change in family and couple therapy*. En Lambert M. Handbook of Psychotherapy and Behavior Change. New York: John Wiley & Sons.
- Spanier, G. (1976). The Dyadic Adjustment Scale. *Journal of Marriage and the Family*, 48,739-741.
- Strauss, A. & Corbin, J. (1990). *Basics of Qualitative research: Grounded Theory procedures and techniques*. London: Sage Publications.
- Tapia, L. (2008). La evaluación del Ajuste marital (AM). *Series de Investigación Clínica en Terapia de Pareja N°1*. Santiago de Chile, Ed. Facultad de Psicología. Universidad del Desarrollo. (En prensa)
- Taylor, S. (2002). *Lazos Vitales*. Madrid: Santillana ediciones.
- Taylor, S. & Bogdan, R. (1998). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Buenos Aires: Paidós.
- Vieytes, R. (2004). La recolección de los datos en la investigación cualitativa. *Metodología de la investigación en organizaciones, mercado y sociedad: Epistemología y técnicas*. (pp. 655- 667). Buenos Aires: De las Ciencias.

**Abstract:** The objective of this study is to define the concept of couples' gridlock, to identify its different types and possible gridlocks resolutions strategies from the perspective of expert couples therapists and high adjusted marital couples. We have developed an exploratory, comparative, descriptive and analytic design based on the qualitative grounded theory methodology. There are two therapists groups in this study, the first one is constituted by 3 couples therapists and their task was to define and classify gridlocks and to design four couples' clinical vignettes. These vignettes were transformed into four video sequences (seven minutes each) and then, were presented to the second couple therapists' group (4) and high adjusted marital couples (8). Here, we discuss the gridlock definition and classification and the differences and resemblances in the resolution and prevention of gridlocks observed in each group.