

# NEGOCIAR LUCHAS DE PODER ABIERTAS Y TÁCITAS EN LA TERAPIA DE PAREJA: UN EJEMPLO DE CASO

## NEGOTIATING OPEN AND HIDDEN POWER STRUGGLES IN COUPLE COUNSELING: A CASE EXAMPLE

**Yvonne Schürer**

Psicoterapeuta y analista didáctico

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Schürer, Y. (2015). Negociar luchas de poder abiertas y tácitas en la terapia de pareja: Un ejemplo de caso. *Revista de Psicoterapia*, 26(102), 49-59.

### Resumen

*Encontrar la manera de involucrar a la pareja en hacerse más receptiva a las necesidades del otro puede ser un gran reto en la terapia de pareja, al igual que en aprender estrategias más eficaces de resolución de conflictos. Mediante un estudio de caso, se ilustra una forma estructurada y a la vez flexible de conducir el diálogo con los pacientes, y cómo el terapeuta puede dar sentido al caos aparente y, a continuación, facilitar y promover el entendimiento mutuo y la receptividad de la pareja en conflicto. La base teórica de este enfoque para la resolución de conflictos es la Psicología Individual de Alfred Adler. Conceptos como el arraigo social y la necesidad de pertenencia, sentimientos de inferioridad, y los esfuerzos para compensar los sentimientos de inferioridad se abordan desde la perspectiva de la relación de pareja. El enfoque descrito proporciona una técnica para el descubrimiento y la negociación de las luchas de poder intrínsecas a los conflictos de la pareja, y muestra cómo los cónyuges pueden encontrar el valor para relacionarse de una manera que concilia las necesidades personales con las del otro y las de la relación.*

**Palabras clave:** Resolución de conflictos, terapia de pareja, luchas de poder

### Abstract

*In couples counseling it can be challenging to find ways to engage partners in being more receptive to each other's needs, and in helping them learn more efficient ways of conflict resolution. Through use of a case study, a structured, and yet flexible way of leading client dialogue will be demonstrated, showing how the counselor can make sense of the chaos to then facilitate and promote mutual understanding and receptiveness between partners in conflict. The theoretical basis of this approach to conflict resolution is described, one grounded in the Individual Psychology of Alfred Adler. Concepts such as social embeddedness and the need to feel belonging, inferiority feelings, and the individual's psychological movement away from feelings of inferiority are addressed from the perspective of couples relationships. The approach described provides a technique for uncovering and negotiating the power struggles intrinsic to couple's conflicts, and shows how partners can find the courage to relate to the other in a way that meets their personal needs, the needs of the other, and the needs of the relationship.*

**Keywords:** Conflict resolution, couples counseling, understanding and negotiating power struggles

Fecha de recepción: 3 de septiembre de 2015. Fecha de aceptación: 7 de octubre de 2015.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: schuerer.yh@bluewin.ch

Dirección postal: Im Hang 31. CH-8903 Birmensdorf/Zurich. Switzerland

© 2015 Revista de Psicoterapia



## Introducción

Después de trabajar con parejas con conflictos durante más de 35 años, me he convertido en un experto en luchas de poder. No soy muy diferente de uno de esos perros de los aeropuertos que husmean buscando drogas entre el equipaje de los pasajeros. Es decir, creo que puedo detectar luchas de poder en cualquier aspecto de la vida diaria de una pareja, y poseo algunas herramientas útiles para gestionar este fenómeno. Voy a presentar una de esas herramientas aplicada a un caso, un método para ayudar a desvelar las estrategias abiertas y tácitas que utilizan los miembros de una pareja en conflicto.

La terapia de pareja, como sabemos, no es una tarea fácil por muchas razones. Quizás el mayor obstáculo que se nos presenta es el hecho de que nuestros pacientes persiguen objetivos en cierto modo ambivalentes: por un lado quieren mejorar la relación con su pareja, pero por otro quieren ganar su lucha contra ella. Han llegado al punto en el que creen que su pareja ya no los entiende y que su vida en común ha perdido gran parte de la calidad inicial. Tenían ideas diferentes de cómo debería ser el matrimonio o la vida en pareja. Se sienten heridos, engañados, se sienten “hundidos”. Por lo tanto, cuando una pareja acude a terapia, tenemos que tratar con dos luchadores, que en principio tenían intención de compartir su vida. Sin embargo, con el paso de los años se han ido viendo involucrados en problemas que han ido creciendo y para cuando llegan a nuestra consulta se sienten completamente perdidos, sin saber hacia dónde ir.

De manera que, en la mayoría de los casos, nuestra primera tarea será poner orden e intentar aclarar el caos.

Según Rudolf Dreikurs (1972), lo más importante en la resolución de conflictos es “ser capaz de ver el objetivo más allá del conflicto”. Por esta razón, en las sesiones de terapia, procuro que mis pacientes tengan una visión de conjunto que pueda ayudarlos a ver sus peleas con perspectiva, como si tomaran la posición de un observador ajeno. El primer paso para ellos sería aprender a **observar** lo que está ocurriendo. Sin duda nuestros pacientes ya han estado observando la situación y ambos están más que dispuestos a informar al terapeuta. Rudolf Dreikurs, en uno de sus talleres, comparó la información que recibimos de ambos miembros de la pareja con el guion de una obra de teatro: cada paciente solo puede contarnos la mitad del guion porque no recuerda su propio papel, aunque sí recuerda muy bien lo que el otro dijo y lo que el otro hizo.

Este artículo pretende ilustrar, mediante un estudio de caso, una estrategia adleriana para la resolución de conflictos en la terapia de pareja.

## El caso de Estelle y Ron

Mis pacientes, Estelle (36) y Ron (40) llevaban casados 12 años cuando se dieron cuenta de que necesitaban terapia. Me contaron que durante los primeros años de relación habían tenido periodos largos de paz y armonía, con periodos cortos ocasionales de insatisfacción mutua. Pero siempre se reconciliaban. Sin

embargo, con el paso de los años, lo que ocurrió fue que las épocas de discordancia se impusieron hasta que, después de 12 años, ambos estaban convencidos de que su relación había cambiado a peor.

No voy a describir todo el proceso terapéutico, que obviamente implicó destacar las diferencias entre sus objetivos vitales y aclarar cómo concebían sus roles de género. Me gustaría centrarme aquí en la lucha de poder arraigada y la manera en que trabajamos sobre ella durante las sesiones de terapia.

Tras un viaje reciente muy desagradable, Estelle contaba un incidente previo que había tenido lugar en casa de su madre:

*De repente Ron entró furioso en la cocina gritando: “¿Podrías dejar de hablar con tu madre y preparar tus cosas?”*

*Intenté ignorar el tono agresivo pero siguió: “Te lo advierto: si no estás lista a tiempo, te quedas aquí. Yo me voy en 30 minutos.”*

Entonces Ron dio su versión de la historia:

*Llevaba muchísimo tiempo esperando. No pretendía interrumpir porque mi mujer estaba teniendo una conversación íntima con mi suegra. Pero es que tenía que recordarle que teníamos que coger el vuelo. Me ignoró completamente. Me trató como si no existiera. Suspiró, sacudió la cabeza y siguió hablando con su madre en voz baja. Salí y esperé otros 10 minutos. Al final, ya no podía aguantar más y le di un segundo aviso. Me dijo fríamente: “Estaré lista a tiempo. Métete en tus asuntos. ¿No ves que estoy hablando con mi madre?”*

¿Cómo podemos ver los hechos de la situación, cuando nuestros pacientes tienen, como diría Adler (1929; 1931; 1938), tal “apercepción sesgada”? Ambos afirman ser víctimas de la conducta agresiva de su pareja y ambos están convencidos de haberse comportado de manera apropiada. Podríamos concluir que intentan confundirnos, engañarnos, y que debemos intentar obtener una visión más objetiva, quizás en un punto medio entre las dos narraciones.

Pero esto sería un gran error. Tenemos que observar lo que está ocurriendo, sí. Pero también tenemos que considerar las dos historias por separado sin comparar una con la otra. La dinámica intrapsíquica, el mecanismo más íntimo de la psique de una persona, es quien nos está relatando el incidente y debería ser nuestro foco de atención. Por lo tanto, aunque la mujer nos dijera que su marido le había pegado, incluso en ese caso, deberíamos olvidarnos de los hechos. Son irrelevantes. Debemos concentrarnos en entender la experiencia de una víctima, en cómo se sintió, y en cómo se enfrentó a los hechos, y tenemos que hacer esto desde ambos lados.

Solo hay una forma de crear una base firme para el entendimiento mutuo: tenemos que dejar espacio a cada uno para que pueda contar su historia sin miedo a ser interrumpido. Por muy sesgada, por muy diferente de los llamados “hechos” que sea, el otro no puede interferir verbalmente o de ningún otro modo.

Y es aquí donde aparece la parte difícil del proceso de terapia: tenemos que

hacer que cada miembro de la pareja escuche con atención la historia que está contando el otro. Esto significa que tienen que escuchar la representación del otro de su propia conducta inadecuada. Y también tienen que “escuchar” los sentimientos que el narrador ha experimentado durante la pelea. Tengo que admitir que es complicado, no es una tarea fácil, y a veces no lo conseguimos.

Pero cuando conseguimos que lo hagan, cuando de repente se atreven a ponerse en la situación de su pareja, cuando comienzan, según Adler (1928/1982), a ver a través de los ojos del otro, a oír con los oídos del otro, a sentir con el corazón del otro, es decir, cuando su *Gemeinschaftsgefühl*, su interés social, su amor, finalmente se reactiva, entonces, y solo entonces, podemos proceder a la siguiente fase de la resolución de conflictos, que es comprender qué está ocurriendo: nuestros pacientes deben ser capaces de ver su objetivo más allá del conflicto, que según Dreikurs, es el segundo paso en la resolución de problemas.

Es aquí donde el terapeuta puede ser de gran ayuda para la pareja: tiene la ventaja del conocimiento. Gracias a los modelos psicológicos, el modelo adleriano por ejemplo (Pew y Pew, 1997; Carlson, Watts y Maniaci 2007), puede crear una hipótesis profesional sobre las dinámicas desalentadoras que están en funcionamiento en la relación de pareja.

### **El efecto ping-pong**

¿Y cómo puede el terapeuta transmitir su forma de ver las cosas, sus suposiciones, a los pacientes? Aplicar la metáfora de un partido de ping-pong a la situación, a la lucha de poder de una pareja, podría ser un primer paso importante hacia una perspectiva más objetiva. Para que los pacientes puedan entenderlo, podemos utilizar la metáfora del efecto ping-pong entregándoles el esquema en papel.

La visualización les resulta de gran ayuda a la hora de entender los altibajos de sus peleas diarias. La idea subyacente es el modelo de Adler de la lucha individual por la superioridad. (Véase Figura 1)

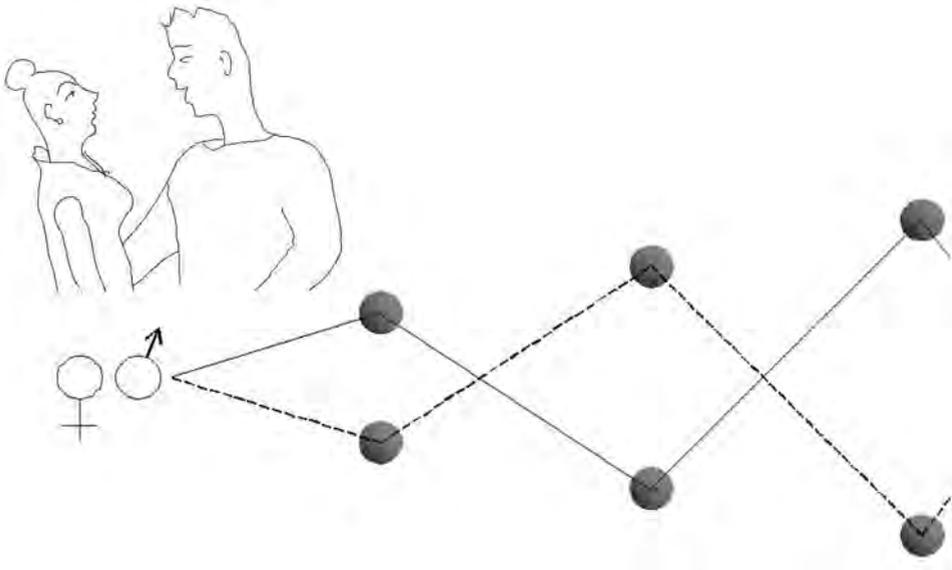
Para ayudar a los pacientes a entender la lucha de poder, podemos decirles lo siguiente:

Todos nos sentimos bien cuando estamos convencidos de que pertenecemos a algo y de que somos respetados como seres humanos. Mientras se cumpla esta condición, el individuo será amable y cooperará. Pero en cuanto la persona tenga la impresión de estar en una posición inferior, se sentirá cohibida y se volverá egocéntrica. La convicción arraigada de ser inferior se manifiesta mediante una explosión de fuertes emociones negativas: odio, vergüenza, miedo o soledad. Estos sentimientos funcionan como avisos. Como los seres humanos son de naturaleza social (el concepto adleriano del arraigo social), no pueden soportar quedarse aislados. Necesitan pertenecer a algo, a su entorno social.

En cuanto se pone en peligro su necesidad de pertenencia, salta una alarma interna, que envía el mensaje “¡te has quedado fuera!” Inmediatamente los senti-

Figura 1. El Efecto Ping Pong

© Yvonne Schürer, Zurich



mientos de inferioridad lo empujan a compensar su situación desfavorable. Entonces se activa el mecanismo responsable de luchar por recuperar una buena posición y esos sentimientos empiezan a empujar para superar al sentimiento de inferioridad y volver al lugar donde puedan recuperar el sentido perdido de pertenencia y dignidad. Lamentablemente, rara vez consiguen su objetivo de recobrar el sentimiento de pertenencia, de arraigo. Como reacción al miedo a sentirse aislados, tienden a luchar por la superioridad de forma exagerada.

### El problema empieza con los sentimientos de inferioridad

En el contexto de una pareja, esto se aplica a ambas partes: mientras ambos se sientan iguales, no hay necesidad de terapia de pareja. En cuanto uno de ellos comienza a sentirse inferior, comienzan los problemas: puede sentirse abandonado, rechazado, herido... Realmente no importa. Ni siquiera importa si el sentimiento se puede identificar o si la experiencia negativa está basada en pura ficción (una percepción subjetiva). Lo que cuenta son las emociones. Estas emociones lo impulsan a vengarse para recuperar la posición superior. Y desde ese momento, la relación amistosa ya no es posible; se ha roto la armonía.

### Oprimir a la pareja

Generalmente este es el momento en que una persona de la relación comienza a utilizar su poder como arma contra su pareja. La manera más fácil de sentirse superior es oprimir a la pareja. No importa de qué manera hagan sentir su poder al otro; ya sea con comentarios hirientes, violencia, silencio, negándose a cooperar o mediante el rechazo sexual, el resultado siempre será el mismo: ahora será su pareja

quien se sienta incomprendido, herido, avergonzado... Entonces la pareja también experimentará sentimientos de inferioridad y usará toda su energía para superarlos. Es como un partido de ping-pong: cada golpe provoca otro que devuelve la pelota. Este nivel de agresión va aumentando constantemente. Y ahí están los dos, en medio de una lucha de poder que puede continuar prolongadamente.

Hasta aquí, esta es la explicación de la dinámica de la lucha de poder que normalmente les doy a mis pacientes.

### Analizar el incidente

Volvamos ahora al caso de la pareja que comenzó una pelea antes de ir al aeropuerto. En las sesiones de pareja analizamos este corto incidente. En este caso, comencé con la historia de la mujer porque, en esta sesión, fue ella la que sacó este tema.

A partir de ahora trabajamos con el esquema del efecto ping-pong. Completaré la transcripción indicando los sentimientos de superioridad e inferioridad que transmite el paciente en cada parte mientras habla.

Estelle dijo:

*De repente Ron entró furioso en la cocina gritando:*

*“¿Podrías dejar de hablar con tu madre y preparar tus cosas?”*

Ahora le pregunto cómo se sintió en ese momento y dice:

*“Estaba molesta y enfadada. Para mí era muy importante transmitir a mi madre este sentimiento de intimidación y unión antes de irme. Y mi marido se estaba comportando como un cerdo salvaje, por lo que también estaba avergonzada. Su forma de hablar no encaja con los modales refinados a los que está acostumbrada mi madre.”*

(sentimiento de inferioridad)

La segunda declaración de Estelle:

*Intenté ignorar el tono agresivo pero siguió:*

*“Te lo advierto: si no estás lista a tiempo, te quedas aquí.*

*Yo me voy en 30 minutos.”*

*En este momento sentía rabia y tuve que usar todo mi autocontrol para no decir nada. También me sentía indefensa porque dependía de él. Él tenía las llaves del coche, tenía el billete, tenía mi pasaporte... yo tenía las manos vacías.*

(sentimiento de máxima inferioridad)

Cuando escuchamos a esta mujer, parece que siempre haya estado en la posición inferior y que su marido había mantenido constantemente el poder.

Pero debemos preguntarnos: “¿Dónde quedan **sus** sentimientos de superioridad, en qué momentos se puede sentir **ella** superior a él?” ¿Cómo, de qué manera compensó sus sentimientos de inferioridad? En otras palabras, ¿cómo se defendió? ¿Cómo mantuvo su autoestima? ¿Cómo se “vengó”? Bueno, no nos lo cuenta, y probablemente no pueda. El problema es que no puede contárnoslo porque escapa

a su conciencia.

Sin embargo, podemos imaginarnos que Estelle se sentía superior a su marido. Lo llama “cerdo salvaje” y enfatiza los modales refinados que prevalecen en su familia. Gracias a esto podemos deducir que se siente moralmente muy por encima de él. Sin embargo, durante la sesión no me permitió entrar en esto. Cuando intentaba sacar este tema, ni siquiera sabía a qué me refería. Más tarde, como resultado de varias sesiones de terapia, aprendió a ver su propia actitud bajo una nueva perspectiva. En lugar de afirmar ser la víctima indefensa, se atrevía a observar su conducta de manera crítica. Entendió que su actitud era pasivo-agresiva y el poder devastador de su superioridad moral, pero necesitó cierto trabajo y mucha estimulación hasta llegar a este punto y ver los sentimientos de superioridad de su dinámica interna.

Examinemos ahora la historia del marido:

*Llevaba muchísimo tiempo esperando. No pretendía interrumpir porque mi mujer estaba teniendo una conversación íntima con mi suegra.*

Cuando le pregunté por sus sentimientos, Ron dijo:

*Me estaba poniendo nervioso y muy tenso. Me sentía tratado injustamente.*

(sentimiento de inferioridad)

*Pero es que tenía que recordarle que teníamos que coger el vuelo.*

(sentimiento de superioridad: se ve como el responsable que intenta cubrir las necesidades de la situación)

*Me ignoró completamente. Me trató como si no existiera. Suspiró, sacudió la cabeza y siguió hablando con su madre en voz baja.*

*Me sentí rechazado. Me estaba faltando al respeto. Me demostró que no soy nadie.*

(sentimiento de inferioridad)

*Salí y esperé otros 10 minutos.*

*Me fui poniendo cada vez más nervioso. Estaba muy enfadado.*

(sentimiento de inferioridad)

*Al final, ya no podía aguantar más y le di un segundo aviso.*

*Era mi deber recordárselo. Debería haber estado encantada de que me preocupara.*

(sentimiento de superioridad. Siente que tenía derecho a interrumpir porque lo hacía por una buena causa)

*Me dijo fríamente: “Estaré lista a tiempo. Métete en tus asuntos. ¿No ves que estoy hablando con mi madre?”*

*Me sentí humillado e indefenso como un niño pequeño al que la maestra estaba riñendo.*

(sentimiento de máxima inferioridad)

En este punto surge un recuerdo muy doloroso y humillante de la infancia de Ron y comienza a llorar.

Recuerdo temprano de Ron:

*Había una fiesta en el colegio. Los alumnos de primer curso íbamos a hacer una actuación. Estaba muy orgulloso porque la maestra me había asignado la representación de un papel importante. Primero, los niños de mi clase iban a jugar a un juego en el escenario y luego saldrían todos corriendo a la vez, gritando “¡está lloviendo!” Entonces yo tenía que salir a escena con un paraguas grande y cantar “Rain, rain, go away, come again another day. All the friends want to play. Rain, rain, go away!” [Lluvia, lluvia, vete de aquí y vuelve otro día. Todos mis amigos quieren jugar. ¡Lluvia, lluvia, vete de aquí!] Ese era el plan. Estaba esperando atento detrás del telón para no perder mi entrada. De repente todos mis compañeros bajaron corriendo del escenario y me empujaron a un lado, impidiéndome subir. Intenté hacerme paso entre ellos pero no pude. La maestra ya estaba tocando la introducción de mi canción y los demás seguían bloqueándome el camino. La maestra estaba tocando la introducción de mi canción por tercera vez cuando conseguí llegar al escenario. Todo el mundo se reía y no me salían las palabras. Al final la maestra cantó la canción ella sola. Me quedé de pie indefenso bajo mi paraguas, sin saber si debía quedarme allí o bajar del escenario. Estaba muy avergonzado pero también enfadado con los otros niños y con las personas que se rieron de mí.*

En la Psicología Individual, los recuerdos tempranos se ven como metáforas que contienen todos los elementos cruciales del estilo de vida de una persona (Kopp y Craw, 1998). Nos muestran cómo el individuo percibe el mundo, nos muestran sus miedos y sus objetivos de superioridad.

Con este recuerdo, Ron nos presenta su estilo de vida en bandeja. Nos cuenta cómo le gustaría que fuera el mundo idealmente, es decir, que todo ocurriera según lo previsto. Es fácil ver que Ron quiere ser un niño bueno, una persona capaz y responsable. Le encanta tener tareas importantes e intenta completarlas perfectamente dando lo mejor de sí. Invierte todos sus esfuerzos en tenerlo todo bajo control. También nos cuenta cómo puede desmoronarse su felicidad. Ocurre cuando los demás se comportan de manera irresponsable. Su actuación resulta en una chapuza por culpa del descuido de los demás, que destruyen su felicidad, su honor y su orgullo.

Analizar el partido de ping-pong suele tener el siguiente efecto: cuando se invita a los pacientes a escudriñar sus sentimientos, ya no pueden mantener la máscara de seguridad en sí mismos; de repente muestran su debilidad, su vulnerabilidad, que suele hacer que su pareja los vea bajo una nueva perspectiva.

### **Los dos guiones siempre encajan**

Juntemos ahora los dos guiones. Encajan como piezas de un puzzle y obtenemos una visión completa de la pelea de la pareja. Si adoptamos la estrategia de visualizar las peleas de la pareja con ayuda de la metáfora del partido de ping-

pong, pueden aprender mucho:

- En primer lugar, Estelle y Ron toman conciencia del hecho de que ambos están implicados en la pelea, y que no hay un “malo de la película” ni una víctima.
- En segundo lugar, se dan cuenta de que los hechos son irrelevantes y que el objetivo que subyace la pelea es el deseo de vencer y dominar a su pareja.
- Y por último, es fácil observar que cada golpe provoca otro de vuelta. Rápidamente se dan cuenta de que están atrapados en una lucha eterna que no ganará ninguno de los dos, o más bien, que ambos van a perder inevitablemente.

### **Ganar perspectiva es estimulante**

Este método de visualización del conflicto, lejos de perpetuar la perspectiva negativa de cada uno respecto al otro y de sus interacciones, ofrece estímulo, ya que cada parte puede empezar a ver la relación y el conflicto más objetivamente. Así, el foco de atención deja de ser el deseo de cada uno de superar al otro y se hace posible ver la inutilidad de su lucha.

Ron y Estelle descubrieron rápidamente que se podían reír del juego al que estaban jugando juntos. A partir de este punto, al principio de la sesión, cuando tenían que escuchar lo que el otro quería expresar, estaban más relajados y menos tensos en comparación con las sesiones iniciales. Se tranquilizaban; sabían que llegaría su turno. Esto los ayudó a evitar recurrir al impulso instantáneo de defenderse.

¡Y les encantaba completar el esquema del ping-pong! Con frecuencia lo que ocurría era que, cuando yo iba a buscar el papel, gritaban “¡trae más! ¡hemos tenido una pelea muy larga!” Este método ayudaba a cada uno a reconocer su implicación en el conflicto. Aprendieron a ver las consecuencias negativas de la agresión de cada uno sin sentir vergüenza.

Aquí alcanzamos el punto en que se dieron algunos cambios cruciales.

Después de analizar un incidente y descifrar la dinámica de las emociones, preguntaba a cada uno:

¿De qué otra manera podrías haber actuado para poner las cosas más fáciles a tu pareja?

Al principio de la terapia ningún paciente es capaz de contestar esta pregunta. Su resistencia no lo permite. Lo digan abiertamente o simplemente lo piensen, su respuesta será: “¿Por qué debería ayudar a mi pareja? ¿Por qué debería cambiar? ¡Fue él/ella quien se portó mal!”

Pero en cuanto se dan cuenta de que su pareja también había sufrido durante la pelea, empiezan a considerar alternativas.

Al principio, cuando Ron quería demostrar lo bueno que era, sugería: “Debería haber esperado pacientemente a que Estelle terminara la conversación con su madre.” Pero llegados a este punto ya conocía su estilo de vida y sabía que es una

persona que necesita estar al mando. Entendí que se habría sentido como un mártir por no tener la seguridad de que llegarían al aeropuerto a tiempo. Por lo tanto, tuve que enseñarle a hacerse más consciente de sus propias necesidades; tenía que encontrar una solución mejor, es decir, una que respetara la situación de Estelle pero le permitiera cubrir sus necesidades también. Y tampoco quedé satisfecho cuando Estelle dijo: “Debería haber dejado de hablar con mi madre en cuanto Ron me dijo que teníamos que irnos.” Habría sentido que estaba siendo irrespetuosa con su madre por ceder ante su marido.

Otro punto importante de la resolución de conflictos, según Rudolf Dreikurs (1972), es: “No pelees. No cedas.” Ambas partes tienen que aprender a reaccionar de una manera adecuada a sus propias necesidades. Así, después de unos meses de trabajo exitoso, mis pacientes eran capaces de gestionar una situación similar del modo siguiente:

Ron llama a la puerta, la abre con cuidado y dice: “Siento interrumpir, pero deberíamos prepararnos para salir pronto.” Y Estelle contesta: “Gracias por recordármelo. No tardaré mucho.”

Esto significa que ahora ambos son capaces de gestionar la situación: están dispuestos a comunicarse y cooperar.

## Conclusión

El caso descrito en este artículo pretende ilustrar una estrategia adleriana para la terapia de pareja. Esta es mi forma de trabajar con una pareja para que sean más receptivos y aprendan formas más eficientes de resolver conflictos. Pretendo demostrar que conduciendo el diálogo de manera estructurada y al mismo tiempo flexible, el terapeuta puede facilitar y fomentar el entendimiento mutuo y la receptividad en una pareja en conflicto.

## Agradecimientos

Este método deriva del conocimiento de mis profesores, que ya no están entre nosotros: Rudolf Dreikurs (1999), Bill Pew (Pew y Pew, 1997) y Erik Blumenthal (1988), los cuales fueron terapeutas de pareja adlerianos extraordinarios. He trabajado con sus ideas toda mi carrera y finalmente he acumulado suficiente experiencia para desarrollar mi propio método, que espero que sea útil para algunos de los compañeros que trabajan con parejas.

## Referencias bibliográficas

- Adler, A. (1929) *The science of living*, New York: Garden City Publishing.  
Adler, A. (1931). *What life should mean to you*. New York: Grosset and Dunlap.  
Adler, A. (1928/1982). Kurze Bemerkung über Vernunft, Intelligenz und Schwachsinn. In A. Adler, *Psychotherapie und Erziehung* (pp.224-231). Frankfurt: Fischer.  
Adler, A. (1938) *Social Interest: A challenge to mankind*, London: Faber y Faber Ltd.

- Blumenthal, E. (1988). *Verstehen und Verstanden werden: Die neue Art des Zusammenlebens* (5<sup>th</sup> ed.). Luzern: Rex.
- Carlson, J., Watts, R. y Maniaci, M. (2006). *Adlerian Therapy: Theory and practice*. APA.
- Dreikurs, R. (1972). Technology of conflict resolution. *Journal of Individual Psychology*, 28(2), 203-206.
- Dreikurs, R. (2013). *The challenge of marriage*. New York: Taylor y Francis.
- Kopp, R. R. y Craw, M. J. (1998). Metaphoric language, metaphoric cognition, and cognitive therapy. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 35(3), 306. <http://dx.doi.org/10.1037/h0087795>
- Pew, M. L. y Pew. W. L. (1997). Adlerian Marriage Counseling. In J. Carlson y S. Slavik (Eds.). *Techniques in Adlerian Psychology* (pp. 350–361). London: Taylor y Francis.