



**AMERICAN
PSYCHOLOGICAL
ASSOCIATION**

MAESTRIA EN PSICOLOGIA Y CONSJERIA CRISTIANA

ALUMNO: LUZ MARIA GUTIERREZ AGUILAR

MATERIA 10

TEMA: LA INFIDELIDAD Y SU TRATAMIENTO.

La infidelidad.

Desde el punto de vista de la Psicología, la infidelidad es una forma problemática de intentar suplir una necesidad a nivel de la pareja, en este sentido, constituye un comportamiento sintomático, indicador de que algo va mal pudiendo ser a nivel de la relación de pareja o como una necesidad individual.

La infidelidad conlleva que una persona, con una relación de pareja estable, esté implicada en un contacto intenso de duración variable con otra persona. La infidelidad no implica necesariamente relaciones sexuales. Desde el Punto de vista cristiano/bíblico la infidelidad es un pecado.



Señales que pueden indicar en su conjunto una infidelidad:

- Distanciamiento sexual y afectivo.
- Preocupación por las apariencias.
- Mentiras y contradicciones.
- Se critica lo que antes se admiraba.
- Mas viajes de lo habitual, sin el otro cónyuge.
- Uso diferente de internet y móvil (llamadas y SMS).
- Cambios inesperados de rutinas.
- Ausencias injustificadas.
- Surgen intereses nuevos.

¿Cuántos tipos de infidelidad existen?

Según Frank Pittman existen cuatro tipos de infidelidades:

Infidelidades aisladas, aquellas que ocurren de manera puntual o única.

Infidelidades habituales que tienen un carácter más recurrente, suelen ser múltiples, espaciadas o no en el tiempo, y están relacionadas con actitudes de conquista por parte de la persona infiel (Don Juan).

infidelidades estructurales presentes en parejas con un estilo de interacción disfuncional y con gran dificultad en resolver conflictos.

infidelidades románticas que se caracterizan por la necesidad de sentirse enamorado continuamente, teniendo una duración prolongada en el tiempo.

Una señal de que la relación no va bien. Una infidelidad constituye un comportamiento sintomático; es indicadora de que la pareja como conjunto necesita algo más o algo diferente en su interacción, y en su vida en general; y por tanto necesita cambiar.



Lucha entre el amor y el deseo. Como parte de la condición humana, el amor y el deseo son variables que se pueden dar juntas o por separado. Puede haber amor y deseo, deseo sin amor, amor sin deseo.

La infidelidad está más estrechamente vinculada al deseo que al sexo, si bien las relaciones extraconyugales involucran casi siempre lo sexual, aunque no necesariamente. Se puede iniciar una aventura atraídos por el deseo sexual, pero también por deseo de mayor intimidad, conocimiento, novedad, etc.



Aspecto a tener en cuenta en la terapia cristiana de pareja.

Confiar en el poder de Dios para resolver esta situación.

Despojarse de un modelo rígido, moralista o acusatorio.

Trabajar con los prejuicios o estereotipos propios frente a la infidelidad.

Escuchar las propias resonancias vinculadas a posibles conflictos previos familiares o individuales al tema.

Evaluar los diferentes tipos de infidelidad y su dinámica particular.

Emplear estrategias adecuadas de intervención sistémicas para cada uno de los tipos.

Escuchar a ambos miembros por igual.

No convocar al amante a pesar de las peticiones de uno de los miembros de la pareja.

Ayudar a resolver los problemas de la pareja y sino ayudar a iniciar el proceso de separación y divorcio.

Ver la infidelidad como un síntoma de disfunción del sistema de la pareja en muchos casos.

Buscar el perdón y la aceptación por ambos miembros de la pareja.

Tratamiento de la infidelidad.

Se puede afirmar que la reconciliación que se busca en la pareja después de la infidelidad tiene que pasar por un proceso de pedir perdón y perdonar.

Los procesos que el Terapeuta cristiano debe llevar a cabo para la reconstrucción de la pareja son:

- + Orar y pedir la guía del Espíritu Santo durante la Terapia.
- + Evaluación de la pareja y de la infidelidad.
- + La desactivación de las reacciones emocionales iniciales.
- + El proceso de perdón, que puede ser unilateral o bilateral. Durante este proceso se toma la decisión de separarse o de luchar por la pareja y reconstruirla. En este último caso, se pasa a la fase siguiente.
- + La reconciliación y reconstrucción de la pareja. Con la reescritura del contrato base y el establecimiento de los métodos de control para su cumplimiento y el reestablecimiento del vínculo y el amor en la pareja.

El proceso de pedir perdón

- *Reconocer que lo que hizo causó daño u ofendió al otro
- *Sentir de verdad el dolor del otro
- *Analizar su propia conducta
- *Definir un plan de acción para que no vuelva a ocurrir
- *Comprometerse con reconstruir la pareja.
- *Pedir perdón explícitamente al otro.
- *Restituir el daño causado.



El proceso de perdonar

- *Análisis y reconocimiento del daño sufrido.
- *Elegir la opción de perdonar.
- *Aceptación del sufrimiento y de la rabia.
- *Establecer estrategias para autoprotegerse.
- *Una expresión explícita de perdón.



La recuperación de la pareja después de la infidelidad.

En el camino de la reconciliación que se da en estas parejas destacan como elementos importantes la continuidad de la comunicación, encontrar ayuda fuera de la pareja, tener mucha paciencia y ofrecer el perdón. Existe una primera etapa de desactivación del impacto emocional que ha sufrido el traicionado. En ella se incluye la evaluación y la planificación del tratamiento. Una segunda etapa que enfatiza en los procesos cognitivos que permiten el reencuadre de lo ocurrido. Finalmente, una tercera etapa de perdón y reconciliación.



El Terapeuta cristiano debe en todo momento proponerles seguir juntos, pero así como dice la Biblia «por la dureza del corazón, Dios les ha permitido dar carta de divorcio», eso significa que a veces hay personas que endurece su corazón y ya no quiere volver a vivir juntos.



Cuando perdonar

Si el daño que se ha recibido trasciende el hecho emocional de sentirse injustamente tratado y lo único que se va a conseguir del otro es una compensación emocional, el perdón está plenamente indicado.

