

ANUARIO DE PSICOLOGIA
NÚM. 21 - 1979 (2)

EL LABORATORIO DE COMUNICACIÓN
MATRIMONIAL: UN SERVICIO
PREVENTIVO DE LOS PROBLEMAS
DE LA PAREJA

ALBAM BRENES CHACON

Profesor asociado de la
Universidad de Costa Rica

El presente trabajo es un resumen de la tesis presentada por el autor ante la Facultad de Filosofía y Ciencias de la Educación (Sección de Psicología), de la Universidad de Barcelona, para optar por el grado de Doctor en Psicología.

1. INTRODUCCIÓN

El matrimonio, desde un punto de vista sociocultural, es una institución o conjunto de medios institucionales, de naturaleza muy dinámica. Esto hace que se requieran métodos de investigación y de asistencia que sean lo suficientemente flexibles y amplios como para adaptarse a ese dinamismo que caracteriza a la institución matrimonial. Así como es difícil definir qué es el matrimonio en la actualidad, también lo es el preveer su evolución futura. Lo que sí parece cierto es que el «matrimonio tradicional» del que muchas personas hablan, o por el que muchas otras abogan, tiende a ser una entidad ya casi «inexistente».

Decir que el «matrimonio tradicional» es aquel compuesto por una pareja monógama, que se ha unido con arreglo a determinadas leyes civiles o religiosas, también podría considerarse una afirmación incorrecta, o por lo menos incompleta. Lo que ha hecho que el matrimonio tradicional «desaparezca» no es la reaparición de formas de unión que se alejan de la norma monogámica, tales como el «swinging», los matrimonios abiertos, o las comunas con libertad sexual. Son más bien los cambios operados en otras características del matrimonio, los que justifican la afirmación de que el matrimonio tradicional está perdiendo su razón de ser.

En especial son importantes los cambios operados a nivel de las actitudes de las personas que se casan, los cuales les llevan a dar a sus matrimonios una organización estructuralmente distinta a la que los matrimonios han tenido durante años. Las actitudes con respecto a la asignación de los roles en el hogar, la distribución de derechos y deberes, el papel de los hijos, la relación con otras personas amigas y parientes, la vida sexual, las actividades de recreo, etcétera, son todos ejemplos de factores que han cambiado y contribuyen a esa nueva organización estructural de los matrimonios actuales.

Por supuesto que en todo esto han tenido una honda repercusión los cambios operados en la estructura del sistema social como un todo. Para citar solo un caso, la flexibilización de las leyes sobre divorcios en la mayor parte de los países, han contribuido a dar a la «monogamia serial» (matrimonios sucesivos de duración indefinida cada uno de ellos) una gran popularidad. Se podría afirmar, inclusive con poco riesgo de equivocación, que esta es la alternativa al «matrimonio tradicional» que goza de mayor difusión y aceptación hoy en día, considerablemente más que la que tienen los matrimonios poligámicos temporales, las comunas de matrimonios en grupos, u otras alternativas similares. Tanto es así que existe poderosas razones para creer que

Esta será la característica principal de la mayoría de los matrimonios del futuro.¹

La aceptación de la «monogamia serial» como un hecho cada vez más corriente en las sociedades humanas, hace pensar en lo que el matrimonio significa desde una perspectiva psicológica, hoy en día. Antes el matrimonio parecía ser casi sólo un medio para poder tener relaciones sexuales con determinada persona, y para poder tener hijos reconocidos que confirmaran socialmente la capacidad de procreación y engrosaran la fuerza de producción de bienes. Ahora el matrimonio está dejando, o ha dejado de ser un *medio*, para convertirse en un *fin* en sí mismo.

En este momento el matrimonio realmente implica una forma de relación de dos adultos que han elegido comprometerse de alguna manera, a lo que conlleva la convivencia diaria del uno con el otro. Este compromiso, además, se hace por un tiempo indefinido que igual puede ser breve, largo, o de toda la vida, sin que la duración sea algo que preocupe de manera especial a la pareja, que en lugar de decirse «hasta que la muerte nos separe», se dice algo así como «por tanto tiempo como podamos sostener la vitalidad de la relación».

A nivel psicológico el cambio es inmenso: la vida del matrimonio deja de depender sólo de factores externos a ella, y pasa a depender también de factores inherentes a quienes constituyen la pareja. Es en virtud de este cambio aparentemente tan sutil que se da el excepcional nivel de intimidad física o interpersonal al que parece que se obligan muchas parejas actuales, y que caracteriza su relación.

2. ANTECEDENTES GENERALES TEÓRICO-PRACTICOS

El matrimonio sobrelleva un proceso de desarrollo por etapas, similar al que se da en los individuos. Cada una de esas etapas trae consigo conflictos básicos en las parejas, y representa situaciones vitales distintas. Es diferente la situación del matrimonio que se inicia a la del matrimonio que ha convivido durante un largo tiempo. Los problemas específicos que enfrentan pueden ser similares en algunos casos, pero la forma de percibirlos y abordarlos varía en función de la etapa del ciclo vital matrimonial en que se encuentren. Por esta razón, cuando se diseñan las estrategias correspondientes a alguna modalidad de prevención o tratamiento de los problemas matrimoniales, se debe tomar muy en cuenta la identificación de la etapa en que se encuentra el matrimonio. Si el servicio asistencial se ofrece a una pareja sola, la consideración de las características de la etapa del desarrollo en que se encuentra

1. Al respecto se recomienda la lectura de Bernard (1976), Berman y Lief (1975), Rogers (1972), Toffler (1972), entre otros.

esa pareja, puede tener importancia capital porque ayuda a clarificar el diagnóstico de los problemas, y a establecer con mayor precisión los objetivos de la actividad. Si el servicio se ofrece a un grupo de parejas, además de las funciones anteriores, la determinación de la etapa de desarrollo puede también servir como importante criterio de selección de las parejas que integrarán un grupo.

Los problemas específicos de una pareja están estrechamente relacionados con el conflicto básico de la etapa de desarrollo en que se encuentran.² Esto es así en el sentido de que el conflicto básico contribuye a aumentar la prevalencia de determinados problemas específicos, y a reducir la de otros, a la vez que puede hacer que se destaque la importancia de un cierto problema que en otra época y contexto tal vez se consideraría trivial.

Al principio del matrimonio, por ejemplo, el *conflicto básico* puede consistir en una lucha entre los lazos con la familia original y los lazos con la nueva familia que se está creando. Este conflicto básico puede hacer que se aumente la frecuencia de *problemas específicos* por tópicos como: cantidad y calidad de contactos con los parientes de uno y otro miembro de la pareja, influencia de parientes en la vida de la pareja, dificultades de adaptación a nuevos usos y costumbres en el hogar, etc. Estos mismos tópicos, a su vez perderán importancia en otras etapas del ciclo vital, en que el conflicto básico sea otro (por ejemplo, divergencias en cuanto a las formas de alcanzar la productividad, obligaciones de la paternidad, diferencias en las tasas de crecimiento personal, etc.).

Los problemas que se les presentan a las parejas en el matrimonio pueden ser altamente idiosincráticas en sus características específicas, pero la naturaleza común de muchos de ellos hace que se puedan agrupar en unas pocas categorías.³ Por un lado están aquellos problemas en que el tema central es la *lucha por el poder*. Aquí el problema lo causa el decidir quién está a cargo de qué y quién ejerce mayor control sobre quién. Las luchas por el poder se pueden presentar tanto ante los hechos más fundamentales como ante los más triviales: a quién corresponde el mantenimiento del hogar, o a quién le corresponde dar de comer al canario; quién decide cuando tener hijos, o quién decide la película que se verá.

En segundo lugar están los problemas con la *intimidación* como tema principal. En este caso los roces entre la pareja son causados por asuntos como: qué tanta cercanía emocional se permiten uno a otro, cómo se expresa o manifiesta el interés sexual, cómo se respetan los deseos de soledad y distanciamiento de uno de los miembros de la pareja, qué tantos «secretos» guarda el uno con el otro, etc. De especial importancia son los conflictos provocados por la necesidad de cercanía y el temor simultáneo a la misma.

2. Ver Berman y Lief (1975).

3. Al respecto, ver Berman y Lief (1975 y Haley (1963).

En tercer y último lugar se encuentran los problemas en que lo que se debate son las «*fronteras*» matrimoniales; es decir, quiénes se verán excluidos dentro del sistema de la pareja y a quiénes se les permitirá entrar al mismo. Por ejemplo, qué tanto se permite a los hijos entrar y salir libremente del sistema formado por sus padres; cuáles quejas hay por haber permitido la entrada de terceras personas no deseadas (parientes, amigos o hasta amantes), etcétera.

En cualquiera de estas tres categorías de problemas se hace evidente que el matrimonio se caracteriza por ser un proceso de establecimiento de reglas, y de búsqueda de acuerdos con respecto a las mismas. En el momento en que este proceso falla, o se ve obstaculizado, la pareja se ve en la necesidad de cuestionarse la validez de su «contrato matrimonial» vigente, pues algunas cláusulas podrían requerir ser eliminadas, añadidas o reformuladas.

La preocupación por las revisiones periódicas del contrato matrimonial es característica de las parejas «ajustadas». Pero para llegar a un buen grado de ajuste conyugal se requiere la presencia de una serie de factores. Es conveniente, por ejemplo, que entre los dos miembros de la pareja existan formas de comportarse, en unos casos similares, y en otros complementarias. Las actitudes y valores deben ser también bastante similares. Cada uno debe ser capaz de velar no sólo por la satisfacción de sus propias necesidades, sino también por las del otro. Siempre que sea posible, cada uno debería intentar posponer sus necesidades para así ayudar al otro. La comunicación entre los miembros de la pareja no sólo debe ser abundante; más importante que esto es que cada uno trate de percatarse de los efectos de sus mensajes sobre el otro. Antes que preocuparse por cambiar lo que se considera negativo en uno y otros miembros, se debe tratar de reforzar lo que se considera positivo. Entre los dos miembros de la pareja debe existir un adecuado nivel de dependencia mutua, que les permita percatarse todo el tiempo de la necesidad que tienen el uno del otro, pero sin llegar a creer que alguno de los dos es imprescindible para el otro. Tanto en éste como en los demás factores mencionados, será determinante el grado de madurez emocional que ostente cada uno de los miembros de la pareja. Como es de suponer, ninguno de estos factores por sí solo representa esa condición que se llama «ajuste matrimonial», pero la interacción de todos ellos sí puede ayudar a alcanzarlo.

Los programas de asistencia psicológica a las parejas deben tomar en consideración las categorías de problemas que se han descrito, para mejor ubicar a las parejas que reciben los servicios. A la vez, deben tomar en cuenta cuáles son los factores que contribuyen al ajuste matrimonial, para así incluirlos en sus objetivos de trabajo. Para efectos del diagnóstico de los problemas, podría ser útil basarse en alguna de las «tipologías matrimoniales» existentes,

4. Ver, por ejemplo, las tipologías presentadas por Ackerman (1965), Berman y Lief (1975), Martin (1976) y Sager (1976), entre otros.

aunque esto no es estrictamente necesario.⁴ No obstante, si se insiste en usar «tipologías», se deberían preferir aquellas que presentan descripciones de tipo interaccional, y que son lo suficientemente amplias como para incluir gran cantidad de casos concretos.

Cuando los programas de asistencia son de tipo preventivo, y están dirigidos a parejas que planean casarse, se debe hacer énfasis en trabajar con todos aquellos factores que han probado ser predictores del éxito o fracaso matrimonial, y no sólo con unos pocos de éstos. Así por ejemplo, no basta con aumentar la cantidad de información sexual previa de los futuros cónyuges, o con hablar a favor o en contra de las relaciones con los familiares de ambos.

Muchos otros factores son también determinantes del éxito o fracaso de la relación. El noviazgo debe tener una duración y una calidad tal que permita a ambos miembros de la pareja formarse una idea clara y realista de quién es el otro. El sexo no debe ser el único motivo para casarse: puede ser mejor el sexo prematrimonial controlado, que los matrimonios prematuros y los embarazos no deseados. Por prematuros se deben entender aquellos matrimonios que se dan cuando uno o ambos miembros de la pareja no se encuentran preparados para casarse, sea por su edad cronológica o por su desarrollo emocional. En estos casos, conviene que exista un lapso de tiempo bastante amplio entre el matrimonio y el nacimiento del primer hijo para permitir el acomodo de la relación conyugal con el mínimo de interferencias. Igualmente importante es el insistir en el valor que tiene para la pareja el hecho de que cada miembro se tenga sumo respeto a sí mismo y al otro miembro.

Cualquier investigación, o cualquier programa de asistencia a la pareja, debe partir de conocimientos y experiencias como los descritos en las páginas anteriores. Pero también debe partir de premisas teóricas que se ubiquen dentro de un paradigma científico determinado.⁵ Los paradigmas que hasta ahora han regido los estudios sobre la conducta humana, en general han probado ser ineficaces tanto en lo que se refiere a su poder explicativo, como en lo que concierne a sus aplicaciones prácticas. La ciencia actual se encuentra interesada por el estudio de las relaciones entre las cosas, y mucho menos por las causas de esas cosas. La gran pregunta de «por qué» ha cedido su lugar al «para qué», dando pie a una concepción del universo como un gran sistema compuesto por muchos subsistemas de elementos interrelacionados entre sí. Se ha creado entonces el paradigma «sistémico», que ha convertido casi en obsoletos a los paradigmas anteriores, y en virtud del cual el interés reside en analizar las relaciones entre los elementos que componen los diferentes sistemas animados e inanimados.

La psicología no ha sido ajena a este cambio en el pensamiento científico, y en distintos campos de la misma se ha notado la preocupación por revisar

5. Sobre el tema de los cambios en el pensamiento científico, se recomienda la lectura de Batesen (1972), Buckley (1977), Kuhn (1977), Levenson (1974) y Watzlawick y col. (1974), entre otros.

las bases epistemológicas. Más que nunca antes, se ha comenzado a prestar atención al hecho de que la conducta del individuo modifica, en mayor o menor grado, la estructura de los sistemas de los que forma parte, y a la vez es modificada por las variaciones de estos sistemas. Por esta razón, el interés clínico y teórico se ha desplazado del individuo a las familias, o a las comunidades sociales más grandes.

Así como la comunidad dentro de la que vive el individuo, o la familia a la cual pertenece, pueden conceptualizarse como sistemas, igual se puede hacer con la pareja de la cual forma parte. En otras palabras, se puede decir que *el matrimonio es un sistema de tipo abierto* que posee las mismas propiedades que, según la Teoría de Sistemas Generales, se encuentran en cualquier otro sistema: totalidad, no sumatividad, retroalimentación y homeóstasis, y equifinalidad. A la pregunta de qué clase de sistema constituye el matrimonio, se pueden dar dos respuestas: en un sentido amplio y general, representa un ecosistema similar a cualquier ecosistema biológico; en un sentido más específico, constituye un sistema interaccional-comunicacional. Esta segunda respuesta, la de que el matrimonio es un sistema comunicacional, tiene la ventaja de sugerir, de manera implícita, que el análisis de la comunicación y la modificación de la estructura de la misma, pueden ser uno de los objetivos principales de un servicio asistencial para parejas. Por esta razón, la «Teoría de la Comunicación Humana»⁶ proporcionaría parte del marco teórico que oriente dichas actividades.

La conceptualización del matrimonio como un «sistema» y el interés por la modificación de la estructura comunicacional de ese sistema, son dos hechos que representan una posición teórica congruente con el paradigma científico actual, y que a la vez tienen implicaciones prácticas importantes. El primero de estos hechos trae consigo la idea de que cualquier servicio asistencial que se ofrezca a la pareja, debe tomar en consideración la atención a ambos miembros de la misma. Además, en todos los casos se debe preferir la atención simultánea a los dos miembros. En circunstancias especiales en que esto no fuera posible, las actividades que se realicen deben orientarse a modificar la estructura de la relación entre los miembros de la pareja, antes que dirigirse a la resolución de los conflictos individuales de la persona que ha pedido ayuda en sus problemas matrimoniales. El segundo hecho, por su parte, tiene la implicación práctica importante de que sirve para delimitar el campo de trabajo y las características generales de las actividades preventivas o terapéuticas con las parejas.

En este sentido, un servicio asistencial que se fundamente en este marco teórico, tiene características muy peculiares que lo distinguen de otros métodos de trabajo con parejas:

6. Con este nombre se quiere dar a entender la «teoría de la pragmática de la comunicación humana», presentada por el conocido grupo de Palo Alto, California. Al respecto, ver Watzlawick y col. (1974).

a) Se presenta un interés especial por el nivel pragmático de la comunicación, es decir, por el análisis de los efectos *en* la conducta de los mensajes que se intercambian los miembros de la pareja.

b) Se busca entender *la forma* en que se transmite la información y las cualidades de la retroalimentación.

c) Se concede importancia a las redundancias de los mensajes, ya que esto permite comprender las leyes inherentes a la frecuencia de utilización de símbolos, hechos, palabras, gestos, etc.; es decir, permite comprender los «procesos estocásticos», los cuales dan una idea del significado de un contexto, a partir de sólo una observación parcial de dicho contexto.

d) Se enfatiza la importancia de la «metacomunicación» (comunicación acerca de la comunicación) entre los miembros de la pareja.

e) Se concede importancia sólo secundaria a las explicaciones de la conducta de los miembros de la pareja en términos de: hipótesis intrapsíquicas, fuerzas inconscientes, relaciones lineales de causa-efecto, o conceptos tradicionales de «normalidad» o «anormalidad».⁷

Por otra parte, las técnicas específicas que se utilicen en un servicio psicológico de esta índole, buscarán influenciar las variables correctivas del sistema, a fin de que éste sobrelleve los cambios por sí solo. Con este propósito, tales técnicas tendrán como uno de sus principales objetivos, el facilitar que los miembros de la pareja entiendan los principios básicos que rigen sus intercambios de mensajes, lo mismo que los efectos conductuales de esos intercambios. En otras palabras, buscan hacer que conozcan la naturaleza de la piedra con la que han tropezado, para que no vuelvan a tropezar con ella.

Siguiendo la idea anterior, se buscará que comprendan el problema de la «imposibilidad de no comunicarse», y las posibles conductas que se producen como resultado de ese problema: aceptación, rechazo, descalificación, y fingimiento de síntomas.

Se hará ver que todo mensaje tiene un aspecto de contenido y otro relacional, y que el hecho de que esto sea así, conduce a «pseudodesacuerdos» y a eventuales paradojas comunicacionales. Además que el aspecto relacional que hay en todo mensaje de un miembro, puede ser confirmado, rechazado, o desconfirmado por el otro miembro.

Se destacará también que existe una «puntuación» en los mensajes que se intercambian los miembros de la pareja, y que el no considerar tal puntuación puede llevar a crear «profecías autocumplidoras».

Se hará énfasis en que los dos tipos de lenguaje existentes, digital y analógico, tienen sus virtudes y defectos, y que muchos problemas cotidianos de la pareja son consecuencia de errores de «traducción» de uno de esos lenguajes al otro.

7. Al respecto, ver Watzlawick y col. (1974).

Finalmente, se buscará que los miembros de la pareja comprendan las características de los dos tipos de relación que se pueden dar entre ellos: simétricas y complementarias; lo mismo que las variantes de estas relaciones como son la «metacomplementariedad» y la «pseudosimetría».⁸

Muchos de los principios formulados en los últimos párrafos anteriores ya han sido tomados en consideración, en su práctica clínica, por algunos de quienes se dedican al tratamiento de los problemas matrimoniales, y en términos generales los resultados obtenidos han sido bastante satisfactorios.⁹ Pero no parece haber habido el mismo interés en usarlos en el campo de la prevención de los problemas matrimoniales. Concretamente, en el campo de la prevención primaria se han dedicado esfuerzos mucho menores que los dedicados a la prevención secundaria o terciaria (formas que implican un «tratamiento» de los problemas ya existentes), lo cual ciertamente es un problema común de muchas áreas de la salud pública.¹⁰

Los pocos esfuerzos que se han hecho en la prevención primaria, por lo demás, en unos casos se ha circunscrito casi sólo a incrementar la cantidad de información que los cónyuges o los futuros contrayentes, deben tener sobre el matrimonio. Dicho de otra manera, se ha concedido importancia primordial a modificar la esfera cognoscitiva de los miembros de las parejas. En otros casos, los esfuerzos preventivos han abandonado la esfera cognoscitiva para acercarse un poco a la esfera emocional. Se ha intentado entonces modificar la relación de los miembros de la pareja entre sí, insistiéndoles en la necesidad de hablar más el uno con el otro, y enseñándoles procedimientos para hacer que sus conversaciones sean emocionalmente significativas.

Estos esfuerzos que se han hecho en el campo preventivo merecen ser reconocidos en todo lo que valen, pero se quedan cortos en cuanto a sus alcances, en gran parte debido a conceptualizaciones poco elaboradas acerca del matrimonio, y de los factores que determinan la estructura y funcionamiento del sistema matrimonial. En un caso se ha partido de la idea de que «a mayores conocimientos sobre el matrimonio sobre el matrimonio y sus vicisitudes, mejor relación conyugal». En el otro caso se ha supuesto que «a mayor cantidad de comunicación significativa y empática entre los miembros de la pareja, mejor relación conyugal».

Sin embargo, se sabe que en un macrosistema como es la sociedad global, el aumento de conocimientos (en términos de más y mejor educación), y la mayor comunicación (en términos de más y mejores aparatos de transmisión y recepción), han sido incapaces de arreglar los problemas humanos esenciales. Así las cosas, y dado que todos los sistemas, independientemente de su tamaño, tienen las mismas leyes y propiedades, es difícil suponer que lo que

8. Ver Watzlawick y col. (1974).

9. Ver, por ejemplo, Halcy (1963) y Balte (1975).

10. Sobre los conceptos de prevención primaria, secundaria y terciaria, ver Caplan y Grunebaum (1970).

no ha servido para cambiar la estructura del macrosistema social, sí pueda servir para modificar la de un microsistema como es el matrimonio.

No obstante lo anterior, tampoco se puede negar categóricamente que es importante dar mayores conocimientos y procurar que exista una óptima comunicación entre los miembros de la pareja. Pero ésto por sí solo es insuficiente. Una pareja puede aprenderse todo el contenido de varios libros sobre la vida matrimonial, y a pesar de eso tener un matrimonio conflictivo y desdichado. Otra pareja puede pasarse el día conversando sobre hechos intrascendentes, o periféricos a sus verdaderos problemas.

Para evitar la aparición de ciertas conductas problemáticas en la pareja, o para efectuar cambios en las ya existentes, se debe modificar la relación implícita en esas conductas problemáticas. Ciertamente, uno de los medios para lograr esta modificación en la relación podría ser enseñándoles ciertos principios o hechos sobre la vida matrimonial. Por ejemplo, una pareja que tiene problemas porque sus contactos sexuales se ven afectados sólo por el temor a un embarazo no deseado, puede eliminar sus problemas con mayor información sobre medios anticonceptivos.

También se podrían lograr cambios estimulando en la pareja la habilidad para escucharse empáticamente uno al otro y para identificar los sentimientos contenidos en los mensajes que reciben.¹¹ Pero éstos son sólo unos de los medios posibles. Mayor efectividad se puede lograr si se combinan estos medios con actividades orientadas a lograr que la pareja se «metacomunique», es decir, que se comunique acerca de sus comunicaciones. Esto les puede permitir evaluar los *efectos* de los mensajes del uno sobre el otro, y por lo tanto comprender la configuración y funcionamiento de un sistema comunicacional como el que ellos forman.

En otras palabras, no basta con conocer hechos educativos, o con comunicarse de manera efectiva y empática; también hay que conocer las reglas que rigen la relación. La estructura de esta relación entre los miembros de la pareja, se manifiesta a través de la organización y características de los mensajes que se intercambian entre sí. Por lo tanto, si se invierte el proceso y se logra cambiar esa organización y características de los mensajes, *indirectamente* se estará cambiando la estructura de la relación. Esto es lo que en párrafos anteriores se quiso decir al afirmar que se debe tratar de influenciar las variables correctivas del sistema, a fin de que éste sobrelleve los cambios por sí solo.

11. Ver, por ejemplo, trabajos como los de Ely, Guerney y Stover (1973), Rappaport y Hawell (1972), etc.

3. ASPECTOS FORMALES Y ORGANIZATIVOS DEL LABORATORIO DE COMUNICACIÓN MATRIMONIAL

El Laboratorio de Comunicación Matrimonial, que en adelante se seguirá denominando «LCM», es una modalidad de servicio psicológico preventivo para grupos de parejas, diseñada y propuesta por el autor de este trabajo para intentar responder a las inquietudes planteadas en la sección anterior. De acuerdo con esto, su objetivo último es tratar de provocar modificaciones en la estructura del sistema comunicacional que las parejas constituyen, para indirectamente provocar cambios en la estructura de su relación interpersonal.

Siguiendo una clasificación propia de servicios asistenciales para parejas, el LCM se puede ubicar dentro de los que serían denominados «grupos de entrenamiento con orientación teórica mixta».¹² Esto es así porque sus fundamentos teóricos los proporcionan la Teoría de Sistemas Generales y la Pragmática de la Comunicación Humana, complementadas con ideas del Análisis Transaccional, el enfoque «no directivo» de Rogers, la Dinámica de grupos y algunos postulados de las Teorías del Aprendizaje Social. La afirmación de que el LCM tiene una «orientación teórica mixta» sólo se debe tomar en un sentido relativo, ya que la «Teoría de Sistemas» y la de la «comunicación humana» constituyen el eje central y enfoque principal en la conceptualización que se sigue sobre el matrimonio y la forma de tratarlo. Las demás perspectivas teóricas mencionadas, básicamente lo que hacen es «prestarle» algunas de las técnicas que han desarrollado.

El LCM fue ideado para funcionar como un servicio asistencial a nivel de prevención primaria. Esto quiere decir que se busca evitar la aparición de determinados problemas en la pareja, y dar «armas» para luchar contra aquellos que inevitablemente aparecen. Por esta razón, se supone que las parejas participantes ya tienen una relación relativamente aceptable, y lo que desean es mejorarla más, hacerla óptima. No obstante lo anterior se podría esperar que alguna pareja «problemática» que participe en el laboratorio, obtenga beneficios terapéuticos del mismo. En este caso el LCM puede funcionar, ya sea como agente terapéutico, o como puerta de acceso a servicios terapéuticos propiamente dichos. Investigaciones ulteriores deberán determinar si el LCM puede funcionar directamente a niveles de prevención secundaria o terciaria; es decir, deberá evaluar los resultados de su realización con grupos de parejas que de antemano se han clasificado como «desajustadas» o «problemáticas».

El LCM se puso en práctica por primera vez en mayo de 1977, como un servicio ofrecido por la Vicerrectoría de Acción Social de la Universidad de

12. Ejemplos de estos «grupos de entrenamiento» se pueden ver en trabajos como los de Epstein y Jackson (1978) Hinkle y Moore (1971) y Porter y col. (1976) entre otros.

Costa Rica, a través de la Oficina de Salud y del Instituto de Investigaciones Psicológicas de esta Institución. Se ofreció simultáneamente a través de esos dos organismos para dar a entender que se trataba de un servicio asistencial, que a la vez era sometido a investigación. Para hacer el ofrecimiento se recurrió a un anuncio publicado en el periódico oficial universitario, y en el periódico de mayor difusión en el país, aclarándose que podían participar profesores, empleados administrativos y estudiantes de la Universidad de Costa Rica. En este anuncio se hablaba de «Laboratorios de relaciones humanas y comunicación matrimonial» (forma que en ese momento se consideró útil para definir el LCM ante el público), dirigidos a parejas casadas o comprometidas a casarse, pues para esa primera experiencia se pensó que era conveniente excluir a las parejas en unión libre, para limitar la investigación sólo a los grupos mayoritarios. Este mismo interés por delimitar el área de estudio inicial llevó a especificar, en el caso de las parejas casadas, que su unión legal no debía tener más de 10 años de iniciada y en el caso de las parejas de novios, que debían tener una decisión formal de contraer matrimonio en un plazo no mayor de un año a partir del inicio del laboratorio.

La experiencia inicial del LCM fue diseñada para ser llevada a cabo en ocho sesiones de una hora y media de duración cada una. Se decidió probar dos «ritmos» de trabajo: uno que se denominó «normal» y que consistía en una frecuencia de dos sesiones por semana; y otro que se denominó «intensivo», con una sesión diaria. En ambos casos sólo se trabajó en días hábiles, preparándose de antemano un calendario de sesiones que le fue entregado a cada pareja, en el cual se indicaban los cambios de «día de sesión» debidos a festividades. Se programaron horarios vespertinos y nocturnos, para tratar así de que el LCM no interfiriera con actividades laborales o domésticas inaplazables.

Un total de 16 parejas recibieron el laboratorio, divididas en 4 grupos de 4 parejas cada uno. La mitad de ese total estaba constituido por parejas casadas, mientras que las 8 restantes tenían una decisión formal de casarse en una fecha muy próxima (menos de 8 meses). Se partió de la premisa de que se haría una entrevista previa con cada una de las parejas interesadas en participar en el LCM, para hacer una selección idónea. Con esto se buscaba eliminar a aquellas parejas que en ese momento se encontraran en una situación conflictiva abierta, que amenazara con romper su relación. Sin embargo, no fue necesario eliminar a ninguna de las parejas por este motivo. Las 16 parejas que por fin participaron en el LCM fueron aquellas que simplemente reunían los requisitos especificados en el anuncio periodístico, y que además estaban anuentes a ajustarse a uno de los varios horarios posibles que se ofrecieron.

La imposibilidad de ofrecer el LCM en horarios convenientes para todas las parejas interesadas, motivó que muchos se quedaran sin participar, pasando a formar «lista de espera» para otra ocasión. Este mismo hecho in-

fluyó también de forma decisiva para la asignación de las parejas a los distintos grupos. Inicialmente se pensaba trabajar sólo con grupos homogéneos en cuanto a estado civil, es decir, grupos de casados y grupos de novios. Pero en vista de que en ciertos casos parejas casadas y parejas de novios se interesaban por un mismo horario, se tomó la decisión de ampliar el campo de la investigación, formándose entonces dos grupos homogéneos (sólo casados y sólo novios), y dos grupos heterogéneos o «mixtos» (dos parejas de casados y dos de novios en cada uno).

En todos los casos se enfatizó la necesidad de que ambos miembros de la pareja asistieran *juntos a todas* las sesiones. Esto se hizo en la entrevista inicial previa al LCM, donde además se les explicó en qué consistía la experiencia, y se les administró un cuestionario con el que se pretendía recoger información general sobre aspectos sociodemográficos, y sobre diversas características de la pareja.¹³ Se trató también en ese momento de aclarar todas las dudas que la pareja tuviera sobre el LCM, y de destacar la naturaleza preventiva del servicio. No hubo problemas en que los grupos se mantuvieran «cerrados», ya que no se incluyeron parejas en ninguno de ellos, una vez iniciado el LCM.

Todos los grupos fueron conducidos por el autor de este trabajo, quien por su especialidad en Psicología Clínica, tiene entrenamiento formal en diversos tipos de psicoterapia. No obstante, ya en la práctica se confirmó que este entrenamiento no era estrictamente necesario. Por otra parte, en ningún momento se trabajó con «co-conductores», ni se introdujeron observadores en el grupo. Las sesiones se desarrollaron en un salón del mencionado Instituto de Investigaciones Psicológicas, el cual fue especialmente acondicionado para el efecto. En este salón se dispusieron las sillas en círculo, para así permitir que cada persona abarcara con la vista al resto del grupo. Sin necesidad de solicitarlo explícitamente, en todos los casos los dos miembros de cada pareja se sentaban el uno junto al otro.

4. ESTRUCTURA DEL LCM

Como ya se dijo antes, el LCM consta de ocho sesiones de aproximadamente una hora y media de duración cada una. Se ha preparado un «esquema general de trabajo» en el que se detalla, para todas las sesiones: su tema básico (o contenido), sus objetivos generales, y las actividades a realizar en la sesión.

Estas actividades a realizar son de cuatro clases: (a) Charla breve del

13. Se diseñaron dos cuestionarios, uno para parejas casadas y otros para parejas de novios.

conductor del LCM a los participantes; (b) ejercicios preparados de antemano; (c) discusión del grupo, y (d) «tarea» a realizar en sus casas. El «esquema» mencionado describe minuciosamente todas estas actividades, inclusive los tópicos básicos que debe tocar el conductor en su charla a los participantes.

A continuación se presenta la lista de temas o tópicos que debe abordar el conductor en la charla de la última sesión (octava), ya que da una buena idea de lo que es el contenido del LCM como un todo.

1. »Con esta sesión vamos a terminar el Laboratorio, y es conveniente que repasemos de una manera muy general algunos de los principales aspectos que hemos cubierto.

2. »Antes que todo, debemos enfocar su objetivo fundamental. Este laboratorio se llama Laboratorio de Comunicación Matrimonial, pero ha quedado claro que no hemos tratado de que haya *mayor cantidad* de comunicación entre los miembros de la pareja. Tampoco sería enteramente correcto decir que hemos buscado *mayor calidad* de la comunicación. Simplemente hemos tratado de que haya una comunicación *distinta* de la que existe en este momento en la pareja.

3. »En este sentido, hemos asumido que la forma en que los miembros se comunican, es un reflejo o manifestación de la relación que tienen entre sí. Por lo tanto, si logramos cambiar su forma de comunicarse, cambiará también la relación. Evidentemente, esto no tiene que ver con la cantidad de comunicación, ya que ésta puede ser mucha pero muy perniciosa. En su lugar, nos hemos preocupado por tratar de comprender el proceso de comunicación tal como existe en las parejas, para ser capaces de evaluar sus efectos sobre la relación de los dos miembros que la componen.

4. »Siguiendo este interés por comprender el proceso de comunicación, hemos visto que dicho proceso se rige por algunas reglas básicas muy importantes. Una de ellas es la de que es imposible no comunicarse, en tanto las personas estén conscientes la una de la presencia de la otra. Por este motivo, en nuestros eventuales esfuerzos por no comunicarnos, a veces recurrimos a «salirnos por la tangente» con lo que se nos dice: cambiamos el tema de forma imprevista, interrumpimos excesivamente, hacemos chistes de lo que se nos dice en serio, etc.; y todo esto puede resultar muy duro para nuestro interlocutor.

5. »Otra de estas «reglas» es la de que todo mensaje tiene dos diferentes facetas que deben ser tomadas en consideración. La *primera* se refiere al contenido del mensaje como tal, es decir, la cuestión que se desea comunicar. La *segunda* se refiere a la forma en que la persona que emite el mensaje se ve a sí misma, y la forma en que ve a su interlocutor. Por ejemplo, la persona que grita «todos a callar», se ve a sí misma como alguien que puede dar órdenes, y ve a los otros como personas que las deben recibir. Todo esto lleva a que a veces hayan conflictos, como cuando un miembro de la pareja pide algo al otro, y éste se muestra de acuerdo con lo que le pidió (primera faceta), pero no cómo se lo pidió (segunda faceta), y por lo tanto no lo hace.

Además, este principio lleva a recordar que, dado que la segunda faceta indica la forma en que la persona se ve a sí misma, cuando no escuchamos, o pretendemos no escuchar a la persona que nos habla, es como si le dijésemos: "Usted no existe para mí", lo cual también es muy duro.

6. »En otro momento hemos visto cómo las personas adoptan diferentes estilos comunicacionales (acusador, aplacador, distractor, etc.), en sus interacciones, y cómo estos estilos se expresan tanto de forma verbal como no-verbal. Esto lleva a tomar en consideración los problemas que se presentan cuando una persona se «acostumbra» demasiado a uno de esos estilos comunicacionales, lo mismo que las confusiones que se crean cuando los gestos contradicen las palabras.

7. »También hemos hablado de algunos "juegos que las parejas juegan", en los cuales se ponen de manifiesto los usos inadecuados de los diferentes estilos comunicacionales, las relaciones "desiguales" o de "igual a igual" entre los miembros de la pareja, y la adopción de papeles de padre, adulto o niño, de una forma igualmente inadecuada. Relacionado con estos "juegos" hemos discutido lo difícil que es determinar quién empezó con el juego, pues cada miembro de la pareja puede argumentar que su conducta es una respuesta a la conducta del otro. Algunas veces, inclusive, el miembro que empezó la secuencia ni siquiera se percató de que lo estaba haciendo, como el caso que citamos de la esposa que pensaba que su esposo ya no la quería, y comenzó a comportarse de forma dura y regañona, con lo que logró que en realidad él se sintiera a disgusto con ella.

8. »Todos los temas anteriores fueron discutidos a lo largo de las primeras cinco sesiones, y para que quedaran más claros, se realizaron ejercicios que los ilustraran. En estos ejercicios se dramatizaban situaciones ficticias, con personajes que no necesariamente correspondían a la verdadera forma de ser de cada uno de nosotros. Sin embargo, el representar estos personajes ficticios, irreales o excesivos, ciertamente ayuda, por contraste, a valorar mejor las conductas usuales de cada uno. No hace falta ser adivino para saber que muchas veces flotaban en el ambiente preguntas como: "¿Qué tanto tengo yo de este o ese personaje?", o "¿cuántas veces habré actuado de esa manera sin darme cuenta?"

9. »Pero a partir de la sexta sesión dejamos a un lado los personajes ficticios, y comenzamos a representarnos a nosotros mismos. Dejamos de hablar del proceso de comunicación de una forma un tanto abstracta, y pasamos al campo de la "comunicación efectiva". En ese momento se trataba de buscar la forma de poner en práctica el estilo comunicacional nivelador del que habíamos hablado en sesiones anteriores. Es decir, de ese estilo en que se usan de manera flexible los otros tipos comunicacionales; o en que se adoptan los papeles de padre, adulto o niño, según lo requieran las circunstancias. En suma, esa habilidad para comunicarse acerca de la forma en que se han realizado nuestras comunicaciones, y por lo tanto, para prever y tratar de controlar los efectos de nuestros respectivos mensajes.

10. »Con este fin, primero discutimos los factores que entorpecen la comunicación efectiva, destacando las formas en que se obstaculiza el ponernos atención unos a otros. A este respecto, vimos cómo se distorsionan los mensajes al pasar de una persona a otra, como consecuencia, entre otras cosas, de la falta de atención. Con el fin de mejorar un poco esta habilidad, hicimos el ejercicio de repetirnos uno a otro nuestros mensajes, como si fuéramos "grabadoras".

11. »Finalmente, pasamos a la comunicación efectiva como tal, destacando los dos diferentes papeles que deben adoptar quienes deseen tener esa clase de comunicación; el de la "persona que habla" y el de la "persona que escucha". En ambos casos, el interés y preocupación de esas personas debe ser algo más que el contenido de sus palabras. Específicamente, ese interés debe ser por la relación misma que existe entre ellos, y de manera muy especial, por los sentimientos involucrados en lo que dicen.

12. »Con este punto alcanzamos la culminación del Laboratorio. Si en un principio nos dedicamos primordialmente a conocer el proceso de comunicación, en ese momento comenzamos a practicar otras formas más adecuadas de comunicación. En otras palabras, primero destruir y luego construir.

13. »Ahora bien, es de suponer que esto que hemos llamado "comunicación efectiva", puede ser muy útil sobre todo en esos momentos en que la pareja se encuentra con algún conflicto. Pero también lo puede ser en cualquier tema que por una u otra razón sea importante para la pareja, tenga o no carácter conflictivo. La idea básica es que cuenten con un instrumento que les permita ayudarse uno a otro sin tener que recurrir a terceras personas, más que en casos muy especiales, y con personas muy calificadas.»

5. DIFERENCIAS DEL LCM CON OTRAS MODALIDADES DE SERVICIOS PREVENTIVOS PARA PAREJAS

Como ya se dijo antes, el LCM se puede clasificar dentro de esos servicios asistenciales que se conocen con el nombre de «grupos de entrenamiento» en habilidades interpersonales, y que se fundamenta en un marco teórico mixto. Sin embargo, presenta características novedosas y peculiares que lo distinguen de esos otros servicios, y de las cuales se pueden citar:

a) La fundamentación teórica básica, que proviene de la Teoría de Sistemas Generales y de la Teoría de la Pragmática de la Comunicación Humana, aunque en ciertos casos también recurra a conceptos emanados del modelo conductista, la orientación no-directiva Rogeriana, el Análisis Transaccional, o la Dinámica de Grupos. Esta fundamentación teórica básica lo convierte en un método acorde con el paradigma científico actual, pero que no desestima las aportaciones teóricas de otros métodos.

b) El uso muy particular de diferentes ejercicios destinados a hacer que los participantes en un LCM conozcan la estructura de su relación, para que después introduzcan cambios dentro de la misma. Tales ejercicios consisten en la operacionalización o en la puesta en práctica de técnicas específicas de intervención como las siguientes: liberación y control de afecto; contratos; reestructuración; confrontación retroalimentación; asignación de tareas; reversión de conductas y prescripción de síntomas; refuerzos positivos; negociación; asesoramiento técnico; modelado; narración de historias, analogías o parábolas; dramatizaciones; apertura de sentimientos; utilización de humor o ingenio; detención o interrupción; etc.¹⁴

Estos ejercicios, que en su mayor parte fueron diseñados para el efecto, unidos a las explicaciones sencillas e ilustradas con muchos ejemplos por medio de las cuales se presentan diferentes conceptos relacionados con el proceso de comunicación, constituyen una importante característica que distingue al LCM de otros servicios.

Adicional a lo anterior, especial mención se puede hacer del hecho de que algunos de esos ejercicios hayan sido diseñados a partir del trabajo de otros autores, que no necesariamente planteaban esa posibilidad práctica. Como ejemplo de esto se pueden citar los «tipos comunicacionales» de Satir (1972), y los «juegos transaccionales» de Mozdierz y Lottman (1973). De cualquier forma, hay que recalcar que en su conjunto, todas las actividades que se realizan en las sesiones pretenden forzar la adopción de patrones comunicacionales distintos de los que traen los participantes, para así intentar modificaciones en la estructura de la comunicación, y por ende, en la estructura de la relación.

c) La forma en que se van presentando los diferentes temas a tratar, que busca un aprendizaje escalonado de lo más simple a lo más complejo, desde el punto de vista del esfuerzo emocional e interpersonal. Así, en las primeras sesiones se enfatiza el estudio del proceso de comunicación en términos más bien generales, con poca involucración personal. En las últimas sesiones, por el contrario, se programan actividades que requieren mayor esfuerzo emocional, al tratar los participantes de comunicarse de forma tal que se tengan presentes los efectos de sus mensajes.

d) Sus aspectos formales y organizativos. Con relación a este punto se deben mencionar, entre otros, los siguientes aspectos: la división de las sesiones en cuatro partes básicas, relacionadas la una con la otra (charla, ejercicios, discusión de grupo y tareas); el papel sumamente directivo de la persona a cargo del LCM, que justifica el que se le llame «Conductor»; la posibilidad de que en cada grupo haya parejas con diferentes estados civiles; y la existencia de una guía o «esquema general de trabajo» donde se detalla con

14. Con respecto a éstas y otras técnicas específicas de intervención se recomienda el artículo de Friedman (1974) citado en la bibliografía.

minuciosidad todo el contenido de las sesiones, lo cual permite homogeneizar la realización del LCM con bastante independencia de las características personales del Conductor, o de otros factores similares.

6. LA EVALUACIÓN DEL LCM: UNA INVESTIGACIÓN EXPLORATORIA

Sabido es que la investigación en general, es una actividad sumamente difícil y compleja, sobre todo cuando lo que se busca es el evaluar una intervención dirigida a modificar determinados patrones de comportamiento de las personas. Ésta es la situación en que se encuentran los estudios que se diseñen para evaluar el LCM, la cual es similar a la de investigaciones evaluativas de otras modalidades preventivas o terapéuticas en general. En tales casos son muchos y muy variados los problemas con que puede topar el investigador.

El primer gran problema que debe resolver el investigador que pretenda evaluar un servicio de asistencia psicológica, es el referente a lo que considerará una investigación «adecuada». La respuesta a esta importante pregunta dependerá de su propia posición teórica, y de la naturaleza del servicio que se propone evaluar.

Puede escoger entonces entre las que se podrían denominar «investigación empírica» e «investigación clínica». Por supuesto que esta división representa una forma muy esquemática y arbitraria de ver este problema, ya que en la práctica casi todos los investigadores «empíricos» se valen de algunos criterios de tipo «clínico», y viceversa. Pero dicha división cumple muy bien una función descriptiva general, y sirve para destacar dos maneras de realizar una investigación, que dependiendo de diversas circunstancias pueden ser igualmente válidas e importantes. Por lo demás, conviene tener presente que en última instancia, cada modalidad de intervención sugiere —o debería sugerir— implícita o explícitamente, los métodos más apropiados o adecuados para evaluarla.

En el caso del LCM, su naturaleza y sus características formales, de antemano sugieren la conveniencia de evaluarlo *primordialmente* por medio de investigaciones de tipo «empírico». En efecto, dado que se trata de un servicio de carácter preventivo en el que participan parejas que no necesariamente tienen problemas de relación, el uso de un método *puramente* «clínico» puede resultar muy dificultoso, además de incompleto. En vista de lo anterior, parece lógico pensar que el método clínico sólo debiera usarse como un complemento del empírico, al menos en lo que respecta al estudio evaluativo del LCM.

Pero el método «empírico», al igual que el «clínico», tiene sus propias dificultades, cuya superación representa el segundo gran problema que debe resolver quien pretenda utilizarlo para evaluar un servicio como el LCM.

Estas dificultades están relacionadas principalmente con aspectos como: la selección de determinada clase de estudio (técnico, de sondeo, aplicado o crítico); la selección de las variables más apropiadas a investigar; la operacionalización y consecuente medición de dichas variables; o la influencia que pueden tener sobre los resultados de la investigación, ciertos hechos conocidos en la práctica clínica, como es el caso de la llamada remisión espontánea.

El estudio que se diseñó para evaluar el LCM, como es lógico, en mayor o menor grado tuvo que afrontar esos problemas que se han citado, y muchos otros más. Por tal razón, se pensó que el estudio debería cumplir la doble función de «evaluar el LCM» y «evaluar el método de evaluación del LCM».

Así, siguiendo la clasificación de Edwards y Cronbach (1966), el estudio diseñado constituye una «investigación técnica», en la medida que trata de desarrollar y probar determinados instrumentos. Pero es también una «investigación de sondeo», en el sentido de que trata de explorar cuáles son variables importantes a tomar en consideración en estudios posteriores, lo mismo que las posibles relaciones entre estas variables. Además de lo anterior, y a otro nivel, se puede asimismo considerar como una «investigación aplicada», por cuanto busca una respuesta, aunque sea tentativa, a una pregunta de tipo práctico, es decir, «¿hasta qué punto el LCM tiene efectos positivos?».

Esta multiplicidad de propósitos de la investigación fue la que motivó que se escogiera la expresión de *investigación exploratoria* para designarla.

De acuerdo con todo lo anterior, se decidió diseñar un «estudio experimental de campo», en el que el LCM representaría la variable independiente o experimental. Se trabajaría con dos variables dependientes: los cambios en la percepción de diferentes aspectos de la vida matrimonial, y los cambios en otras esferas de la relación de la pareja. Ambas variables dependientes serían evaluadas antes y después del LCM.

La primera de esas variables dependientes (cambios en la percepción), se operacionalizó por medio de cuestionarios adaptados o especialmente contruidos para el efecto. Al principio se contaba con 5 cuestionarios, pero los análisis preliminares hicieron ver la conveniencia de eliminar dos de ellos para efectos de la evaluación final de esta variable. Así las cosas, los cuestionarios que se mantuvieron para los análisis de resultados, son: a) una traducción y adaptación del Inventario de Comunicación Primaria, de Locke, Sabagh y Thomes (1956); b) una escala de Diferencial Semántico, construida para el estudio siguiendo la técnica de Osgood, Suci y Tanenbaum (1957); y c) una traducción y adaptación para parejas de la Escala de Ambiente Familiar, de Moos (1974).

La segunda variable dependiente (cambios en otras esferas de la relación) en realidad no fue operacionalizada, si se toma el significado estricto de este término. Esto así porque para evaluarla simplemente se recurrió a las observaciones y la valoración personal del Conductor de los LCM.

Estas formas de evaluar las variables dependientes, motivaron que se

preferiera hablar de «resultados cuantitativos», al tocar los aspectos correspondientes a la primera de ellas, ya que en ese caso los resultados provenían de cuestionarios que permiten una cuantificación de la información. Por el contrario, se usó la designación de «resultados cualitativos» para referirse a los de la segunda variable.

Participaron 24 parejas en el estudio. Como ya se dijo antes, 16 de estas parejas recibieron al LCM, y las 8 restantes formaron parte de los grupos de control. Se formaron entonces 6 grupos de 4 parejas cada uno, de la siguiente forma:

- Grupo experimental 1: Sólo parejas solteras. Frecuencia normal de sesiones.
 - Grupo experimental 2: Sólo parejas casadas. Frecuencia intensiva de sesiones.
 - Grupo experimental 3: Mixto: dos parejas solteras y dos casadas. Frecuencia normal de sesiones.
 - Grupo experimental 4: Mixto: dos parejas solteras y dos casadas. Frecuencia intensiva de sesiones.
-
- Grupo de Control 1: Sólo parejas solteras.
 - Grupo de Control 2: Sólo parejas casadas.

En términos generales, las parejas incluidas en el estudio tienden a ser formadas por gente joven, con una edad promedio de 25 años. Sus noviazgos son (en los solteros), o fueron (en los casados), de unos dos años y medio de duración. Los casados contrajeron matrimonio entre 3 y 4 años antes del estudio. La mayoría son practicantes de la religión católica, por lo que sus matrimonios serán (o fueron) de acuerdo con los ritos de esa religión, a veces conjuntamente con ceremonia civil.

Su número ideal de hijos oscila entre 3 y 4. Casi todas las parejas estudiadas controlan, o piensan controlar, la natalidad. Su educación, ocupación e ingresos, tienden a ser de nivel alto, o a lo sumo de nivel intermedio.

Los solteros en general piensan que ambos miembros de la pareja deben seguir trabajando una vez casados. Piensan vivir en casa propia o alquilada, pero solos y lejos de los familiares de ambos. Todas estas parejas de novios, menos una, tienden a mantener una relación sana y estable, con discusiones eventuales sobre amistades o sexo. Cuando salen a pasear prefieren hacerlo solos, y escogen pasatiempos que los dos miembros de la pareja pueden hacer juntos.

Casi todos los casados ya tenían hijos en el momento del estudio, y su actual matrimonio es el primero de ambos cónyuges. Tienen buenos ingresos económicos provenientes del sueldo de uno y/o el otro, que en algunos casos hasta les permite tener empleada doméstica. Viven en casas propias o alquiladas, pero solos, aunque algunos viven cerca de parientes de uno u otro.

También tienden a ser parejas bastante sanas y estables, menos dos de ellas. Sus discusiones más frecuentes son sobre todo por el sexo, o por temas hogareños. Su actividad social es similar a la de los solteros.

A un nivel muy global, se puede afirmar que hay bastante homogeneidad entre las parejas experimentales y las de control.

Los «resultados cuantitativos» de la investigación *no* muestran diferencias significativas entre los puntajes obtenidos por los grupos experimentales y los de los grupos de control, en ninguno de los tres instrumentos utilizados para la evaluación de la variable «cambios en la percepción». Tampoco se observan diferencias significativas entre los diferentes grupos experimentales.

No obstante lo anterior, si se analizan estos resultados cuantitativos en términos de *tendencias* generales de los puntajes obtenidos en los tres instrumentos, entonces *sí* es posible observar aumentos que favorecen a los grupos experimentales sobre los de control. En otras palabras, se observa que los puntajes de los grupos experimentales *tienden* a aumentar después del LCM, mientras que en el mismo período de tiempo los de los grupos de control tienden a mantenerse iguales o a disminuir. Por lo demás, esta tendencia al aumento de puntajes en los grupos experimentales es común a todos ellos, sin que ninguno se distinga de manera especial por encima de los otros.

Todo esto quiere decir que si se analizan los resultados cuantitativos en términos de tendencias, se puede afirmar que el LCM tiende a modificar positivamente la percepción de diferentes aspectos de la vida en pareja, modificación que no parece presentarse en quienes no han recibido un LCM. Asimismo, estos resultados se dan de forma independiente del tipo de grupo en que la pareja participe; es decir, grupo homogéneo o heterogéneo en cuanto estado civil, y normal o intensivo en cuanto la frecuencia de las sesiones.

Los «resultados cualitativos», por su parte, muestran cambios positivos en la relación de los miembros de casi todas las parejas. En otras palabras, las observaciones del Conductor fueron en el sentido de que hubo mejorías en la relación de casi todas las parejas participantes en el LCM. En las que no fue así, por lo menos tampoco se observó ninguna clase de desmejoramiento, o aparición de problemas nuevos y distintos de los que esas parejas ya tenían antes de su participación en el LCM.

De manera adicional a todo lo dicho, en líneas generales se observó bastante congruencia entre los resultados cuantitativos y cualitativos. Así, en una gran parte de los casos eran evidentes a nivel «clínico» los cambios que según los cuestionarios habían ocurrido en las parejas, y viceversa. En unos pocos casos no se presentó esta «congruencia» del todo, y en algunos otros más resultó frecuente que los resultados cuantitativos fueran parcos o insuficientes como para incluir ciertos cambios observados a nivel cualitativo.

De cualquier manera, el estudio fue especialmente rico en crear interrogantes para investigaciones ulteriores. Son muchas las conclusiones importantes que se pueden extraer de la investigación. Sin pretender presentarlas

en un orden de prioridad dado, algunas de estas conclusiones son las siguientes:

a) Se puede mantener el diseño de «estudios experimentales de campo» para efectos de evaluaciones posteriores del LCM. Sin embargo, es importante que se sigan usando tanto los procedimientos de evaluación sugeridos por las investigaciones de tipo «empírico», como por las de tipo «clínico». En ambos casos, y en lo que se refiere al LCM, dichos procedimientos deben mejorarse y perfeccionarse.

Por ejemplo, en lo que respecta a la parte cuantitativa («empírica») se pueden mejorar los cuestionarios incluidos en este estudio, o complementarlos y/o sustituirlos por otros que sean más sensibles para detectar los posibles cambios ocurridos en las parejas como consecuencia del LCM. Por su parte, los métodos de observación cualitativa («clínica») también deben refinarse para hacerlos más sistemáticos y agudos.

b) Se debe aumentar el tamaño de las muestras estudiadas, al igual que se deben refinar los procedimientos de selección de las parejas. Con esto, y con lo dicho en el punto anterior, se atacarían dos de las principales causas de las «no significancias» encontradas en este estudio.

c) Tal como está diseñado en este momento, el LCM parece ser un buen método para la prevención de los problemas de la pareja. Para su óptimo funcionamiento, sin embargo, se debe tratar de no incluir en un mismo grupo a parejas definidas como problemáticas con las no problemáticas.

d) Se requiere mayor experiencia y mayor investigación evaluativa del LCM. A este respecto es necesario destacar la importancia de realizar estudios de «seguimiento» de las parejas participantes, que en este caso particular todavía no se han hecho. Además, puede ser relevante «probar» el LCM con: grupos más grandes, con parejas definidas como problemáticas juntas en un solo grupo, con parejas de mayor edad matrimonial, con parejas en unión libre (convivientes), con una frecuencia de sesiones aún más intensa (maratón), etc.

7. CONSIDERACIONES FINALES

No hay duda de que el matrimonio es una forma de organización humana que cumple importantes funciones, tanto a nivel social como a nivel individual. Sin embargo, estas funciones sólo las puede cumplir apropiadamente cuando la pareja ha logrado alcanzar un buen grado de ajuste o estabilidad.

Se han hecho bastantes esfuerzos por ayudar a las parejas a que *recuperen* o adquieran la estabilidad o el ajuste perdidos. Es decir, se han diseñado una gran cantidad de modalidades de *tratamiento* de los problemas de las parejas. Pero es muy poco lo que se ha hecho en el campo de la *prevención* de dichos problemas. Desgraciadamente, además, lo poco que hay

muchas veces se deja en manos de la improvisación, o en manos de personas inexpertas.

El LCM pretende, al menos en parte, contribuir a llenar ese vacío que ha existido en el campo preventivo. Se trata de un método sencillo y funcional, en la medida en que es breve y fácil y económico de realizar. Lógicamente, estas condiciones lo hacen asequible a la mayoría de las parejas que lo deseen recibir, y a las instituciones públicas o privadas que lo quieran incluir dentro de sus programas permanentes de servicios a la comunidad.

Investigaciones ulteriores deberán determinar otros alcances y limitaciones del LCM. Pero el estudio exploratorio que esta vez se ha realizado, no obstante sus problemas, da importantes indicios de que se trata de un método sumamente promisorio.

RESUMEN

El autor propone un método para la prevención de los problemas de las parejas, al cual denomina «Laboratorio de Comunicación Matrimonial» (LCM). Este método se fundamenta básicamente en conceptos provenientes de la Teoría de Sistemas Generales y de la Teoría de la Pragmática de la Comunicación Humana, del grupo de Palo Alto, California.

El LCM se puede realizar con grupos de parejas solteras o casadas, o con grupos mixtos, y a un ritmo de dos sesiones por semana, o de una sesión diaria. Consta de ocho sesiones de hora y media de duración cada una. En todas las sesiones se incluyen: una breve charla del Conductor de los grupos, varios ejercicios preparados de antemano, una discusión de grupo, y una tarea para realizar en sus casas. El objetivo del LCM es procurar alterar la estructura de la comunicación entre los miembros de la pareja, para así indirectamente provocar cambios en sus patrones de relación.

El trabajo presenta una descripción general de los antecedentes teóricos y prácticos del LCM, al igual que la metodología y los principales resultados de una investigación realizada para evaluar el método propuesto. Esta investigación, que es de carácter exploratorio, además de evaluar el LCM procura también «evaluar el método de evaluación del LCM». Se encuentra que el LCM provoca cambios positivos en la percepción de diferentes aspectos de la vida en pareja, lo mismo que en otras esferas de la relación. No obstante, se discuten las limitaciones del estudio y se sugieren otros métodos de evaluación.

RÉSUMÉ

L'auteur propose une méthode pour la prévention des problèmes des couples, laquelle il dénomme «Laboratoire de Communication Matrimoniale»

(LCM). Cette méthode se base essentiellement sur des concepts dérivés de la Théorie Générale de Systèmes et de la Théorie de la Pragmatique de la Communication Humaine, du groupe de Palo Alto, Californie.

Le LCM peut se réaliser avec des groupes de couples célibataires ou mariés, ou avec des groupes mixtes, à un rythme de deux séances par semaine, ou d'une séance par jour. Il se compose de huit séances chacune ayant une durée heure et demi. A toutes les séances sont inclus: une allocution donnée par le conducteur du groupe, des exercices divers préparés d'avance, une discussion de groupe et un devoir qui doit être fait à la maison. L'objectif du LCM est d'essayer de modifier la structure de la communication entre les membres du couple, pour ainsi provoquer indirectement des changements dans leurs patrons de relation.

L'article présente une description générale des antécédents théoriques et pratiques du LCM, aussi bien que de la méthodologie et des principaux résultats d'une recherche menée pour évaluer la méthode proposée. Cette recherche exploratoire, en outre d'évaluer le LCM, tente aussi «d'évaluer la méthode d'évaluation du LCM». Il se trouve que le LCM provoque des changements positifs dans la perception des différents aspects de la vie du couple, aussi bien que dans d'autres sphères de la relation. Nonobstant, les limitations de l'étude sont discutées et d'autres méthodes d'évaluation sont suggérées.

ABSTRACT

The author proposes a method for the prevention of the couple's problems, which he names «Marital Communication Workshop» (MCW). The method is based upon concepts preventient from General Systems Theory and from the theory of che Pragmatics of Human Communication, as presented by the Palo Alto (California) group.

The MCW can be given to single or married couple's groups, as well as to a mixt group. It can work with a 2 weekly sessions' rythm, or a dayly session rythm. It has 8 hour and a half sessions which include: a brief talk by the Conductor (person in charge of the group), several proviously prepared exercises, group discussions, and home work assignments. The purpose of the MCW is to try to modify the structure of the couple's communication, in order to indirectly produce changes in their relationship patterns.

The article presents a general description of the MCW's theoretical and practical background, as well as the methodology and most important results of an exploratory research designed to assess the method. Such research pretends to evaluate the MCW and at the same time to «evaluate the method of evaluation». It is reported that the MCW provoeeks positive changes in the perception of different aspects of the couple's life, and positive changes in

other spheres of their relationship. However, limitations of the study are discussed and other methods for the assessment of the MCW are suggested.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

- ACKERMAN, NATHAN W.: «The family approach to marital disorders». En: B. L. GREENE (Ed.): *The psychoterapies of marital disharmony*. The Free Press, New York, 1965, 153-168.
- BATESON, GREGORY: *Steps to an ecology of mind*. Ballantine Books, New York, 1972.
- BERMAN, ELLEN y LIEF, HAROLD: «Marital psychotherapy from a psychiatric perspective: an overview». *Amer. J. of Psychiatry*, 132:6, 1975, 583-592.
- BERNARD, JESSIE: *The future of marriage*. Penguin, London, 1976.
- BOLTE, GORDON L.: «A communications approach to marital counseling». *The Family Coordinator*, 19, 1970, 32-40.
- HUCKLEY, WALTER: *La sociología y la teoría moderna de sistemas*. Amorrortu, Buenos Aires, 1977.
- CAPLAN, G. y GRUNEBACH, M.: «Perspectives on primary prevention: a review». En P. COOK (Ed.): *Community Psychology and Community Mental Health*. Holden-Day, San Francisco, California, 1970.
- EDWARDS, A. y CRONBACH, L.: «Experimental design for research in psychotherapy». En G. STOLLAK, B. GUERNEY y M. ROTHBERG (Eds.): *Psychotherapy Research*. Rand McNally, Chicago, 1966, 55-66.
- ELY, A.; GUERNEY, B., y STOVER, L.: «Efficacy of the training phase of conyugal therapy». *Psychotherapy: theory, research and practice*, 10, 1973, 201-207.
- FELSTEIN, N. y JACKSON, E.: «An outcome study of short-term communication training with married couples». *J. of Consul. and Clinical Psychology*, 46:2, 1978, 207-212.
- FRIEDMAN, PHILIP H.: «Outline (alphabet) of 26 techniques of family & marital therapy: A through Z. *Psychotherapy: theory, research and practice*, 11:3, 1974, 259-264.
- HALEY, JAY: *Strategies of Psychotherapy*. Grune & Straton New York, 1963.
- HINKLE, J. y MOOR, M.: «A students couples program». *Family Coordinator*, 20:2, 1971, 153-158.
- KUNH, THOMAS S.: *La estructura de las revoluciones científicas*. Fondo de Cultura Económica, México, 1977.
- LEVENSON, EDGAR E.: *Requiem por el psicoanálisis*. Editorial Kairós, Barcelona, 1974.
- LOCKE, H.; SARAGH, G., y THOMES, M.: «Correlates of primary communication and empathy». *Research studies of the State College of Washington*, 24, 1956, 116-124.
- MARTIN, PETER A.: *A marital therapy manual*. Brunner/Mazel Publish., New York, 1976.
- MOOS, RUDOLF H.: *The Family Environment Scale: preliminary manual*. Social Ecology Laboratory, Dpt. of Psychiatry, Stanford University, Palo Alto, California, 1974.
- MOSBZIERZ, G. y LOTTMAN, T.: «Games married couples play: an adlerian view». *J. of Indiv. Psych.*, 29:2, 1973, 182-194.
- OSGOOD, CH.; SUCI, G., y TANAENBAUM, P.: *The measurement of meaning*. Univ. of Illinois Press, Urbana, Illinois, 1957.
- PORTER, K.; ZIEGLER, P.; CHARLES, E., y ROMAN, M.: «A couples group for medical students». *Journal of Medical Education*, 51, 1976, 418-419.
- RAPPAPORT, A. y HARRILL, J.: «A behavioral-exchange model for marital counseling». *The Family Coordinator*, 21, 1972, 203-212.
- ROGERS, CARL: *Becoming partners: marriage and its alternatives*. Delacorte Press New York, 1972.
- SAGER, CLIFFORD J.: *Marriage contracts and couple therapy*. Brunner/Mazel Publish., New York, 1976.
- SATIR, VIRGINIA: *Peoplemaking*. Science & Behavior Books, Palo Alto, California, 1972.
- LOFFLER, ALVIN: *Future Shock*. Bantam Books, New York, 1972.
- WATSLAWICK, P.; BEAVIN, J., y JACKSON, D.: *Teoría de la Comunicación Humana*. Tiempo Contemporáneo, Buenos Aires, 1974.