

Los estilos más perjudiciales de relaciones de pareja

Dr. Franco Lotito Catino
Conferencista, escritor e investigador (PUC)

Cuando uno observa a ciertas parejas que están discutiendo por: (a) los mismos problemas de siempre, (b) aceptando agresiones, abusos y descalificaciones, (c) infidelidades, o que están (d) sumergidas en un tipo de dinámica en que la dependencia emocional se hace evidente, muchos piensan que “cómo es posible que puedan continuar estando juntos”, cuando se advierte a simple vista que se están haciendo daño mutuamente. Pues bien, una de las explicaciones, es que estas parejas se atraen, precisamente, porque se conectan por sus aspectos menos sanos, o por los más oscuros y tóxicos, si se quiere.

Uno de los estilos más perjudiciales de relaciones de pareja responde al de los “sujetos dependientes”, donde –por lo menos en apariencia– uno de ellos es más dependiente que el otro, pero, en realidad, son ambos, quienes no pueden dejar la relación. Aunque la conducta de uno de ellos sea agresiva, o el afecto sea escaso y de mala calidad, prefieren quedarse juntos, por cuanto, el hecho de estar solos es peor para ellos que estar en una mala relación y, aunque ambos se quejan, no son capaces de dejarse. En este caso, la base de la patología se relaciona con quién de los dos tiene el poder, quién

domina al otro y lo somete. Es así, por ejemplo, que la pareja se pelea por el manejo del dinero, por quién decide dónde van a pasar la Navidad y Año Nuevo, por quién demuestra más afecto o quién se lleva mejor con los hijos.

Un segundo tipo de relación perjudicial está representado por aquella pareja en la cual “uno de los miembros es un individuo narcisista que requiere de la constante admiración del otro”. Son individuos que suelen relacionarse con personas que se sienten menos que ellos y que los idolatran. Quienes hacen de “admiradores(as)” son capaces de hacer cualquier cosa por su pareja, jamás dudan de su palabra y aunque reciban un pésimo trato, continúan admirando y queriendo a la pareja. Dado el hecho que, generalmente, es el hombre el narcisista, hay mujeres que toleran esta situación porque sus parejas (o maridos) son exitosos, en tanto que hay hombres que toleran este trato, porque creen que “sus mujeres son la envidia de cualquier varón”. En ambos casos, toleran abusos y ofensas, sin dejar de admirar a su pareja.

Un tercer tipo de relación tóxica se caracteriza por el hecho que “uno de los miembros está p e r m a n e n t e m e n t e generando inseguridad en



el otro”, haciéndolo sentir celos y narrándole historias de amores pasados que hacen creer a la pareja que la relación está a punto de terminar por culpa de un amante. Se producen juegos de triángulos en los que las parejas pueden sumergirse durante mucho tiempo, es decir, ambos se enganchan con la situación y, para efectos de mantener la dinámica, pueden pasar de las palabras a la infidelidad concreta, generalmente, con personas del círculo cercano, donde el engaño, muy pronto sale a la luz, con el objetivo de atacar a la pareja.

En este sentido, las personas que están en una relación de pareja, deben tener muy presente que existe aquello que se denomina “perfil de una pareja nociva”, cuyas principales características son las siguientes:

(a) Uso de descalificaciones, tanto en privado como así también en público, (b) abuso del control y vigilancia sobre su pareja, (c) imposición de límites y prohibiciones, buscando aislar a la pareja y dejarla con pocas redes sociales de contacto, entre otras.