



# Terapia en infidelidad: puente para transitar de la devastación a la re-creación de sí y de la relación<sup>1</sup>

Infidelity therapy: a bridge to  
transition from the devastation to  
the renovation of oneself and of the  
relationship

Diana Muñoz Santrich\*, Natalia Salazar Franco\*\*, María Victoria Builes Correa\*\*\*

*Universidad de Antioquia*

Recibido: 13 de mayo de 2021–Aceptado: 24 de agosto de 2024–Publicado: 4 de julio de 2023

## Forma de citar este artículo en APA:

Muñoz Santrich, D., Salazar Franco, N., & Builes Correa, M. C. (2023). Terapia de infidelidad: puente para transitar de la devastación a la re-creación de sí y de la relación. *Revista Colombiana de Ciencias Sociales*, 14(2), 558-578. <https://doi.org/10.21501/22161201.3951>

## Resumen

**Objetivo:** reconocer las vivencias que tuvieron los consultantes en el proceso terapéutico y que favorecieron mantener la relación de pareja luego de una infidelidad. **Metodología:** estudio cualitativo, fenomenológico-hermenéutico. Se realizaron dos entrevistas semiestructuradas, a tres parejas y una participante; triangulación de la información con un grupo de discusión con terapeutas. **Resultados:** las reflexiones suscitadas en

<sup>1</sup> El presente artículo de investigación es el producto del trabajo de grado "Terapia en infidelidad: puente de tránsito de la devastación al florecimiento" para optar al título de magíster en Terapia Familiar y de Pareja de la Facultad de Medicina, Universidad de Antioquia (Colombia).

\* Médica. Universidad de Antioquia, Mg. En Terapia Familiar y de Pareja. Medellín-Colombia. Contacto: dianam.munoz@udea.edu.co. ORCID: orcid.org/0000-0002-7157-9086

\*\* Médica, Especialista en Sexología Clínica. Mg. En Terapia Familiar y de Pareja. Universidad de Antioquia. Medellín-Colombia. Contacto: natalia.salazarf1@udea.edu.co ORCID: 0000-0002-4856-5145

\*\*\* Médica, Especialista en Terapia Familiar, Mg. en Educación y Desarrollo Humano, docente titular de la Universidad de Antioquia. Medellín-Colombia. Perteneció al grupo de investigación en Psiquiatría (GIPS) Medellín-Colombia. Contacto: maria.builes@udea.edu.co. ORCID: 0000-0002-7802-8615

el espacio terapéutico llevan a una mirada de sí y de la pareja en términos más compasivos, lo que permite que emerjan transformaciones individuales y relacionales que se denominaron: la renovación de la langosta y la transformación del cristal en oro, respectivamente. Los cambios en el pensamiento, acciones y maneras de relacionarse se constituyeron como prácticas de cuidado de sí y de la pareja. **Conclusión:** la terapia actúa como un “puente” para la recuperación de las parejas, facilita dejar atrás los efectos devastadores de la infidelidad y florecer en un panorama más estético y esperanzador.

## Palabras clave

Infidelidad; Terapia de pareja; Cuidado de sí; Cuidado del otro; Recuperación; Transformación; Permanencia del vínculo.

## Abstract

**Objective:** to recognize the experiences that the consultants had in the therapeutic process that favored maintaining the couple's relationship after an infidelity. **Methodology:** qualitative study, hermeneutical phenomenological. Two semi-structured interviews were conducted with three couples and one participant; triangulation of information with a discussion group with therapists. **Results:** the reflections raised in the therapeutic space, lead to a look at oneself and the couple in more compassionate terms, which allows individual and relational transformations to emerge that were called: the renewal of the lobster and the transformation from crystal to gold, respectively. The changes in thinking, actions and ways of relating to each other were constituted as self-care and partner-care practices. **Conclusion:** therapy acts as a “bridge” for the recovery of couples, it makes it easier to leave behind the devastating effects of infidelity and flourish in a more aesthetic and hopeful outlook.

## Keywords

Infidelity; Couples therapy; Caring for oneself; Caring for the other; Recovery; Transformation; Couple bond.

## Introducción

La infidelidad, descrita por Camacho (2004) como el quiebre del acuerdo de exclusividad sexual o afectiva en las parejas, esta conlleva múltiples emociones a saber: rabia, dolor, ira, entre otras, que se han encontrado también en el síndrome de estrés postraumático (Ventura, 2018; Roos et al., 2019; Warach & Josephs, 2019). A pesar de lo complejo que resulta enfrentar una infidelidad, en ocasiones para algunas parejas, una posible alternativa es la terapia, esta puede ayudar a dar nuevas comprensiones del evento, permitiendo a la pareja reconstruir la relación a partir del suceso doloroso (Alfonso & Hernández, 2020).

Gordon et al. (2005) encontraron que la terapia en infidelidad es difícil de abordar posiblemente por la naturaleza traumática de esta (Verdesoto et al., 2019; Ramos, 2013; Whisman et al., 1997; Atkins et al., 2010). La infidelidad es difícil de resolver, dado el dolor que imprime (Garcíandía & Samper, 2012). Sin embargo, Luyens y Vansteenwegen (2001) dan cuenta de que una tercera parte de sus consultantes van por motivos de consulta relacionados con infidelidad, esto da cuenta que, a pesar del dolor, algunos sujetos consideran la posibilidad de salir adelante del evento.

Los estudios han evidenciado entre los aspectos favorecedores de la terapia:

- ▶ El perdón, dado que genera mejoría en la salud física y emocional, favorece mantener la relación de pareja, y es benéfico para quienes eligen el divorcio y para quienes deciden mantenerse en la relación (Prieto et al., 2012; Fife et al., 2013; Kato, 2016).
- ▶ La contención emocional y de sentimientos como la ansiedad, la angustia, la desconfianza y la rabia, lo cual contribuye a que la pareja entienda mejor lo ocurrido y pueda implementar nuevas herramientas en la comunicación (Ramos, 2013; Atkins et al., 2005; Atkins et al., 2010).
- ▶ Ofrecer una conversación contenedora, donde se pueda hablar con respeto y dar la tranquilidad para hablar y procurar resolver la situación trascendiendo el maltrato y generando confianza (Molina, 2015), que ayude a captar la fragilidad de lo humano que incluye el error (Scuka, 2015).
- ▶ Respecto al terapeuta, el hecho de respetar a cada persona de la pareja (Gordon et al., 2005), la contención en la expresión de emociones (Luyens & Vansteenwegen, 2001), las formas de aproximarse al mundo de significados a partir de preguntas, la escucha respetuosa de las historias (Garcíandía & Samper, 2012); todo ello ayuda en la construcción de nuevos sentidos comunes (Paz, 2013).

Si bien la infidelidad tiene un importante impacto en la vida de la pareja en tanto evento que irrumpe en sus vidas y rompe la trayectoria vital que tenían, es decir, es un acontecimiento, muchas parejas logran con y sin terapia recuperarse. En el trabajo clínico con parejas, es muy frecuente este motivo de consulta. El presente estudio surge ante el desafío que conlleva acompañar a parejas que atraviesan por esta situación, además de que en la bibliografía revisada son pocos los estudios a nivel local y nacional que se enfoquen en la recuperación y que incluyan la voz de los terapeutas; esta situación imprimió el deseo de conocer más sobre esta situación y su impacto en la recuperación, siendo esta la carta de navegación del presente estudio.

## METODOLOGÍA

Esta investigación tuvo un enfoque cualitativo, dado que su objetivo fue profundizar en las vivencias y mundos de significados de los participantes en lo referente a la infidelidad y cómo la terapia les ayudó en la recuperación, lo cual se vincula con el comprender subjetivamente su experiencia propuesto por Hernández et al. (2010). El método utilizado fue la fenomenología hermenéutica, su elección obedeció a la necesidad de conocer en primera persona la lectura que tenían las parejas de su vivencia particular; la fenomenología hermenéutica tiene como propósito el acercarse al significado en la vivencia personal, y visibilizar lo que no se había visto para acceder a una profunda comprensión de la subjetividad humana (Barbera & Inciarte, 2012; Ayala, 2008).

A través de la selección por conveniencia y bola de nieve, se constituyó la población, participaron tres parejas y una persona; se recolectó la información mediante dos entrevistas semiestructuradas que versaron sobre la vivencia que tuvieron del evento y cómo consideraban que la terapia ayudó en la recuperación. Las entrevistas fueron en vivo con cada pareja o miembro participante, después de que firmaron el consentimiento informado. El promedio por entrevista fue de 90 minutos y se llevaron a cabo entre agosto y diciembre del 2019. Los criterios para participar contemplaron el que los informantes fueran personas mayores de edad, que recurrieran a terapia de pareja por el acontecimiento de la infidelidad y que la consideraran beneficiosa en la recuperación de su relación; las parejas fueron referidas por colegas.

Para triangular la información se entrevistaron cuatro terapeutas en forma grupal, estos trabajaban desde el enfoque sistémico, tenían experiencia mínima de cinco años en acompañar a parejas en situaciones de infidelidad y no habían sido los terapeutas de las parejas participantes. Esta conversación se llevó a cabo en mayo de 2020 a través de una plataforma virtual, dada la contingencia por covid-19.

Todas las entrevistas fueron grabadas y transcritas de acuerdo con el consentimiento informado avalado por el Comité de Ética de la Facultad de Medicina de la Universidad de Antioquia. A partir de los hallazgos, se realizó un análisis de las entrevistas que inició con la lectura y codificación en el programa Atlas.ti. Posteriormente se agruparon los códigos en las categorías vinculadas al objetivo del estudio, estas se nutrieron con los relatos de los participantes y el acontecimiento de recuperación y se renombraron. A partir de las asociaciones encontradas se extrajeron los fragmentos que se referían a estas.

**Tabla 1**

*Datos sociodemográficos participantes*

Pareja	Participante	Sexo	Rol	Edad	Hijos	Orientación sexual
1	Girasol	Mujer	Infidelizada	39	1	Heterosexual
	Clavel	Hombre	Infiel	39		
2	Violeta	Mujer	Infiel	35	0	Heterosexual
	Tulipán	Hombre	Infidelizado	37		
3	Iris	Mujer	Infidelizada	45	1	Heterosexual
	Lirio	Hombre	Infiel	47		
4	Azalea	Mujer	Infiel	32 (ambas)	0	Homosexual femenina

*Nota.* Los nombres de las parejas fueron cambiados por confidencialidad.

## RESULTADOS

Los resultados muestran el proceso de reflexividad dado en la terapia (Mirarse a sí mismo y a la pareja), del cual se propiciaron transformaciones a nivel individual (La renovación de la langosta) y relacional (La transformación del cristal en oro), que favorecieron el mantenimiento de la relación y que suscitaron en las parejas prácticas de cuidado de sí y del otro. Todo lo anterior confluyó en que la terapia fue un espacio para mirarse y mirar la relación, ayudó en la recuperación y cumplió las veces de puente para transitar de la devastación al florecimiento propio y de la relación.

Los fragmentos presentados son las voces del sujeto infiel e infidelizada (pareja de la persona que es infiel).

## Mirarse a sí mismo y a la pareja

“Entonces la terapia sí ayudó a cuestionarme mucho, a ubicarlo a uno, inclusive para el sí o para el no, si continuó o no continuó ... el espacio le servía a uno para hacerse autocrítica” (Clavel). El espacio terapéutico le hizo posible a este participante el que, luego de haber cometido actos de infidelidad, pudiera tornar la mirada a su interior para lograr saber más de sí y, en esa medida, se definiera frente a su pareja.

“No puede pensarse que las personas no cometen errores. La terapia individual te permite ver tus propios errores y te ayuda a enfrentarlos para poder mejorarlos” (Iris). Para esta participante, cuya pareja fue infiel, la terapia fue el espacio que hizo posible, luego de mirar el acontecimiento de la infidelidad, reconocer la fragilidad de su pareja, en tanto esta puede cometer errores, pero también fue el dispositivo que le permitió mirarse a ella misma para descubrir que compartía una condición idéntica. Ante esta certeza, la de saberse frágil y limitada, la salida que ella encontró fue hacerle frente, mirarla y empeñarse en mejorarla. Esta mirada de la fragilidad propia y de la pareja quizá le ayudó a ser más compasiva con sí misma y con su pareja y a ver, en medio del dolor de este acontecimiento, también el poder, la voluntad, la potencia de procurar ser mejor y la posibilidad de que su pareja pudiera navegar en las mismas aguas. Lo anterior está en concordancia con lo relatado en el grupo de discusión:

*Pensaría yo que en ese caso la infidelidad ya no entraría únicamente en ese campo del daño que me genera el otro... sino también como el reconocimiento de la fragilidad y de la necesidad del otro también de contar con apoyo y ayuda. (Terapeuta 4)*

Asimismo, el cambio que produjo el conversar, ayudó a pensar sobre lo sucedido, pero además sobre otros aspectos de la pareja, notando así que requerían hablar y resolver muchos asuntos no solo presentes sino también pasados:

“A medida que avanzamos en el proceso ... uno va descubriendo ciertas cosas, se va cuestionando, porque también sí hay de alguna manera una responsabilidad de uno” (Tulipán). “La terapia te permite aceptar en primer lugar que sí se comete un error y que ... otras dificultades o desacuerdos no son una excusa o un medio para justificar una infidelidad” (Lirio). Para las personas de diferentes parejas, estas conversaciones ayudaron a ver que era claro que habían dificultades en otros aspectos diferentes a la infidelidad. En los infidelizados, les ayudó a no verse solo como víctimas y a captar otras dificultades. Para los infieles, a saber que eran ellos los que habían elegido esta ruta, sin justificarla por problemáticas pasadas o presente de la relación. Este hallazgo también se vio en el grupo de discusión.

*El infiel empieza a hacerse cargo de lo ocurrido ... pueden aparecer otros asuntos que tuvieron que ver con las problemáticas que llevaron a la infidelidad, entonces desarrollan una relación distinta, también el infidelizado empieza a darse cuenta de esas debilidades de la relación que se deben trabajar. (Terapeuta 2)*

## La renovación de la langosta. De cómo se transformaron individualmente

Durante su trayectoria de vida, la langosta muda de caparazón varias veces solo así puede crecer. Esta analogía se relaciona con la transformación que vivieron las parejas. La infidelidad llegó a sus vidas y generó comprensiones, pero paulatinamente, acompañados en el espacio terapéutico, se renovaron a sí mismos a la relación para mantenerse.

Las meditaciones personales suscitadas en la terapia facilitaron deshacerse de caparazones rígidos y elaborar unos más flexibles, que facilitarían la recuperación. Luego ellos continuaron tejiendo conversacionalmente para fortalecer sus cimientos y salir con más soltura de la lesión ocasionada por la infidelidad. En estos procesos, se fueron dando configuraciones de sí y del vínculo más estéticas.

Una de estas formas se refería a captar falencias en la comunicación, en lo que tenía que ver con la escucha y la capacidad de contar: “En mí afloró más la capacidad de contar y hablar sin tapujos mis sentimientos” (Clavel). “Yo lo dejaba hablar, aprendí a cederle el espacio” (Girasol). “Yo sentía que mi pareja hablaba ... y yo creo que yo no la estaba escuchando ... uno comienza como en automático ... cuando uno habla las cosas se facilitan ... la terapia fue un facilitador” (Azalea). Posiblemente, conversar y escuchar en otro espacio con una tercera persona, acerca de sí, de las emociones, los significados y la vivencia, ayudó a reconocer la falta de diálogo sobre eventos significativos, que a veces no se escuchaban. En tanto iban creando estas nuevas maneras, iban captando que podían comprender más del propio mundo y del mundo de la pareja.

Estas nuevas comprensiones fortalecieron poco a poco la comunicación de las parejas, lo cual les facilitó no solo la conversación sobre el evento presente, sino también de otras experiencias de las cuales no se hablaba por temor al conflicto o torpeza personal y relacional.

Los orificios y aperturas que se desplegaron en las conversaciones terapéuticas resaltaron la necesidad de pulir y embellecer la propia singularidad: “Uno crece en fortalecerse como individuo y eso le permite estar fortalecido frente a una relación, porque eso es lo que hace la terapia ... *él no tiene que estar acá para yo disfrutar mi existencia*” (Girasol). Mirarse a sí misma a través de su narración con la terapeuta le ayudó a recuperar su lugar como mujer, como persona separada de su pareja. Pareciera que antes ella se hubiera borrado un poco en el nosotros. Captar esta diferencia, volver sobre ella, fortalecerse en el disfrute de sí, es una forma de recrearse, de reconfigurarse. Esta forma más justa de mirarse y mirar la relación para ir y volver nutrida, fortalecida en su mismidad, revitalizó lo individual y lo relacional.

Otra de las formas personales logradas en el proceso terapéutico se refiere a la manera como, en sus propias palabras, “yo he aprendido a soltarme y a disfrutar ... me ha permitido entender que no se puede cargar con las “culpas” de todas las personas ... ni con los problemas de na-

die” (Iris). “Libérate de cargas ... de esa manera, cuando uno mira, ve el panorama más amplio ... está entendiendo que el cambio es suyo. Ahí nos cuestionó mucho el tema económico, de autoexigencia, de las metas, de cómo hablar de los sentimientos” (Clavel). Ellos empezaron a captar, a partir de la conversación, que transitaban con cargas que minaban el disfrute personal y relacional. Estas cargas eran impuestas desde fuera, venían de discursos morales y neoliberales que legislaban sobre la culpa, los otros, el propio desempeño y los bienes materiales. Fruto de la reflexión, surgieron formas de resistencia frente a las cargas: soltar y disfrutar, alivianarse de dispositivos de poder que los sujetaban y les restaban tiempo para la vida.

Luego de la infidelidad, la confianza propia y hacia la pareja quedó muy lesionada: “La terapia te ayuda a tener más confianza hacia el otro ... pero, más importante aún, recuperar la confianza en uno mismo ... te ayuda a entender que tienes cosas muy valiosas” (Iris). “A entenderme yo desde otro punto de vista, a valorarme, a sentirme importante en otras cosas ... aprendí a ser más fuerte, más tranquila ... a controlar ... he logrado revivir” (Girasol). Pese a ello, a estas mujeres la terapia les posibilitó un espacio para reconstruir la confianza en la pareja, pero, más importante aún, en ellas mismas, dado que la infidelidad trajo cuestionamientos sobre la propia persona, como lo referencia ella: “tú quedas aporreada” por el golpe que propina a la autoestima. En la conversación terapéutica ellas logran reconocerse como personas capaces, con atributos, de tal manera que la terapia se vuelve una suerte de espejo donde pueden reflejarse virtudes que podían estar invisibilizadas o en lugares oscuros, que con la narración y renarración salen a la luz. La luz arrojada sobre sí mismas necesariamente las tranquilizó, las libró paulatinamente del deseo de controlar, del miedo de perder a la pareja, porque este profundo dolor las ayudó a saberse fuertes, capaces de hacerle frente a la adversidad.

Paulatinamente, en el proceso ellas van percibiendo que devienen otras, ya no son las mismas. Luego de este acontecimiento que irrumpe y rompe, se dan nacimientos en varias dimensiones vitales: “Cambias tú, tu forma de ver la vida, tu percepción de cómo sentir, de cómo afrontar situaciones, de si callar o hablar en determinado momento, cómo decir las cosas, dónde se puede ser exigente y dónde no” (Girasol). “La terapia me ayudó también a entender el “no” como una respuesta positiva, y a dejar muy en claro en la relación de pareja lo que no se negocia ni se va a negociar sin sentir culpa” (Iris). Las conversaciones terapéuticas suscitaron en ellas la capacidad de poner límites, saber y hacer saber a la pareja qué se podía negociar y qué no. La firmeza y la claridad de las participantes dejó en evidencia su proceso de transformación para ver y vivir la vida de otras maneras.

## La transformación del cristal en oro. De cómo se transformó la relación

Una de las participantes narro cómo la relación comenzó como un cristal, frágil, y, luego del acontecimiento de la infidelidad, se transformó en oro, más duro y valioso. El dolor, la terapia, la labor que se fue gestando en cada uno, los endureció, los responsabilizó, los comprometió con la propia vida y con la vida de la relación, en esto ayudó el diálogo y la escucha, ellos fueron puente para desnudar falencias de la relación e ir suscitando equipamiento para hacerle frente, para interactuar con mayor sensatez, en los tiempos adecuados, con formas más estéticas de decir, de hacer. Lentamente, solos y juntos fueron blindándose del estrago producido por la infidelidad. Este proceso conllevó ejercicios continuos:

*Escuchar al otro, porque cuando uno está en el momento de la pelea, vos como que te cegás de eso y necesitás un espacio donde vos podás hablar tus cosas ... uno ahí se da cuenta de detalles pequeños, de detalles bacanos cuando el otro habla ... creo que eso es básico, es escuchar al otro. (Lirio). Hablar es fundamental. Entonces, esa conversación y comunicación tiene que ser mantenida. Así haya dolor, así haya desespero, desconfianza; hay que tener esos espacios de comunicación. (Tulipán)*

En el relato de estos hombres se visibilizaron tres aspectos que potenciaron la conversación, a partir de su participación en la terapia:

- ▶ El valor de escuchar.
- ▶ Captar diferencias a partir de la escucha, detalles mínimos que pueden pasar desapercibidos.
- ▶ El imperativo de mantener la comunicación a pesar del malestar.

Lo primero se dio dada la labor de las parejas de escuchar lentamente para capturar la historia, los significados, las formas de vida de la otra persona, concluyendo que son diferentes y que estas diferencias se pueden comprender en la conversación. En relación con lo segundo, la escucha ayudó también a saber que la pareja no lo puede todo, que tiene limitaciones, de ahí que era una opción mirar si lo que se desea lo puede la pareja o no y si se puede aceptar esa limitación seguir o si no se puede aceptar no seguir. Esta realidad facilita la comprensión y compasión con las solicitudes que se hagan a la otra persona. Lo que no era igual entre ambos y de lo cual no se había hablado, empezó a notarse como valioso, y en ese sentido se facilitó la confrontación. En cuanto al último aspecto, la conversación se empezó a configurar como un dispositivo útil para juntos reconstruir y restablecer la relación, eso no negaba que a veces existieran conversaciones difíciles, el foco ahora no era el dolor sino procurar hablar para aprender a vivir con ese dolor y conservar la relación.

La terapia se convirtió en un espacio donde la pareja era acompañada por el terapeuta, en ella podía contar cada persona con la posibilidad de hablar y ser escuchada con respeto, de en caso de ser necesario ser contenida por el terapeuta para evitar agresiones. Esta forma de conversar

y escuchar hacía posible integrar la propia voz, la de la pareja, la del terapeuta y la del entorno social. Estas formas fueron reconfigurando el dolor, las pasiones del rencor, el enojo, y fueron suscitando círculos virtuosos y estéticos de la vivencia de la infidelidad. Lo anterior tiene profunda cercanía con lo expresado por los terapeutas del grupo entrevistado donde se mencionó que la conversación iba serenando: “En medio de esa conversación, y de esa reflexión, se va ganando serenidad ... Se gana un poco más de tranquilidad ... como que es posible ya hablar con menos dolor” (Terapeuta 1).

Por otro lado, las conversaciones actuaron como una bola de nieve que iba creciendo en tanto se movía, se formaba e impactaba en las sesiones, y después de estas crecía aún más, a través de las reflexiones que la pareja recreaba y amplificaba con lo narrado en dicho espacio: “En terapia era una conversación y luego cuando hablábamos de lo que pasó en terapia, eso era muy importante” (Azalea). El espacio terapéutico se volvió lentamente, a fuerza de conversar, de narrar y renarrar historias, en una comunidad que favoreció la transformación de los sujetos que participaron de ella, los consultantes a su vez sacaron la conversación del mundo privado del consultorio al mundo público de sus vidas diarias.

Estas transformaciones se iban notando en las formas de hablar dentro y fuera del espacio terapéutico, produjeron transformaciones a nivel relacional que embellecían y resignificaban la relación; en los siguientes párrafos, se dará cuenta de cuatro aspectos que estetizaron la vida en común:

## El perdón como un acto reparador

“Se enmarcó lo que era perdón, que también era comprensión ... esa palabra de perdón se transfiguró ... nosotros la volvimos, más respeto, más comprensión; la volvimos confianza” (Clavel). En el proceso, el perdón se dimensionó no como olvido de la ofensa, sino como capacidad de saber sobre la limitación de sí y de la pareja, lo cual conlleva que la otra persona no tiene que sentirse culpable todo el tiempo o vivir doblegada como un súbdito por el error cometido, más bien es saber que pueden equivocarse porque los seres humanos son falibles pero que pueden también reparar el error para seguir la vida y caminar juntos.

Estas conversaciones fueron tierra abonada para que las parejas pudieran vivir con este dolor y perdonar, así lo relataron también los terapeutas participantes: “El perdón no como quien le hace un favor al otro, sino como también un acto de liberación, de yo comprender algo, ver al otro como realmente es” (Terapeuta 4).

## La relación de pareja como prioridad que hay que cuidar

“Ahora a mí más que importarme que me sea infiel o fiel, siento que lo más importante es lo que construimos, lo que disfrutamos juntos ... lo que disfrutamos como él, yo y la familia” (Girasol). Para esta participante, luego de la infidelidad y de la conversación terapéutica, lo más importante no fue la fidelidad, sino la posibilidad de construir juntos, de disfrutar el espacio de pareja y de familia. En este énfasis emergió la temporalidad del presente y del futuro como lo más importante y la relación como centro de la vida. Una posible lectura de esta apuesta tiene que ver con descentrarse de la prioridad de la fidelidad, debido a que es una elección personal; en su lugar, enfocarse en todo aquello que como pareja pueden construir en ese horizonte relacional inclusivo.

*Mi pareja me decía: siento tanto tu amor, pues es en serio, porque ve la pijama dobladita, bajo de la almohada, como yo consintiéndola, como yo haciéndole el almuerzo, o sea, ese trabajo de que el otro te sienta, porque a veces uno da por hecho y creo que fue uno de los cambios que hicimos. (Azalea)*

El cuidar en los pequeños detalles fue un elemento que para esta participante y su pareja se transformaron en el proceso; los pequeños detalles, dijo ella, se dan por sentados, se ignoran quizá por simples, pero para ellas estos gestos eran lenguaje del amor.

La importancia del cuidado también emerge como elemento fundante del vínculo de pareja, así lo mencionan los terapeutas entrevistados: “Al aparecer unos asuntos de cuidado, los convocan a volver a conectar como pareja” (Terapeuta 2).

## La empatía

“Pensar antes de hablar, entender la necesidad del otro antes que la mía. Ponerse en los zapatos del otro es muy importante ... muy importante lo que tú pienses y tú necesites, pero aquí no eres solo, eres dos” (Girasol). La empatía que se activó durante la terapia permitió la inclusión de la pareja, el salir de sí, para dar espacio y aprender del otro, conocerle. Incluir a la pareja y ser incluido modifica y embellece la relación, la conecta más, asegura un mejor contexto para conversar. Saber que la pareja sufre en este proceso, aunque de forma diferente, reconocer y respetar sus emociones, hizo posible el florecimiento, esto también lo mencionan los terapeutas invitados:

*A pesar de que obviamente esto no es esperado ... se siguen sintiendo dolidos ... por la infidelidad, hay como una capacidad mayor de comprender las circunstancias en que esto pudo ocurrir y como que cuentan con mayores recursos para pasar a la siguiente etapa de la relación. (Terapeuta 4)*

## Cultivar proyectos y sueños

“Entonces yo creo que ahí he sentido como que se ha recuperado y en el punto en que ya hemos hablado como de un futuro” (Violeta). No anclarse en el pasado, viajar también al presente y luego hablar de planes para el mañana, evidencia la mejoría, el mañana se puede intervenir por separado y juntos, el pasado no tiene marcha atrás. A diferencia de la infidelidad que excluye a la pareja, los proyectos de futuro la incluyen, la implican. Lo anterior es confirmado por el grupo de discusión: “Sueños, todo ese futuro que tienen ... todo lo que viene, de los proyectos, incluso se construyen en terapia ... qué se imaginan que va ser más adelante la vida” (Terapeuta 2).

De acuerdo con las narraciones de las parejas participantes del estudio, su experiencia de la terapia puede semejarse a un puente que ayudó a que cada uno y juntos pudieran pasar de esta experiencia dolorosa que devastó inicialmente a la otra orilla, donde cada persona se va soltando y sanando para recuperar la vida propia y la vida en pareja. Este tránsito que fue proceso tejido a partir del diálogo se realizó en forma colaborativo en la relación consultantes-terapeuta y a medida que se avanzó en la construcción surgieron cuestionamientos del propio yo, que los llevaron a darse nuevas formas, más estéticas y livianas. Asimismo, surgieron nuevas comprensiones sobre la vida en pareja, tales como mirarse a sí mismo, mirar los propios deseos y emociones. Ver con nuevos ojos la historia de la infidelidad generó la responsabilización de cada uno y la construcción de la relación a través de humanizar las expectativas propias y de la pareja.

Estas reflexiones que surgieron en la terapia las denominamos en el presente estudio prácticas de cuidado de sí:

- ▶ La búsqueda de la satisfacción personal, más que el centrarse solo en la pareja y olvidarse o borrarse.
- ▶ En el infiel, el decir verdadero a su pareja.
- ▶ En el infidelizado, volver la mirada sobre sí para reconocerse y validarse.

Tanto la persona infiel como la persona infidelizada, emergen más bellas de las conversaciones, esta belleza se refleja en la necesidad de mirarse más antes de mirar a la otra persona, lo cual evidencia una práctica de cuidado de sí, este embellecimiento que es proceso se lleva a la relación y en bucle suscita el deseo de cuidar de la pareja y del lugar que comparten: la relación. Esta labor se evidenció en tanto,

- ▶ Un cuidado que implicaba la vida en pareja, el disfrute y el cultivo de la relación, más que la preocupación por la fidelidad.

- ▶ Empatía por la pareja, por su humanidad frágil y sentido de comunidad de amor y cuidado que precisan en lo pequeño de cada día.
- ▶ Elaborar o reafirmar acuerdos, tener claro qué se negocia y qué no.
- ▶ Obrar en el presente y en el futuro, tener planes, no olvidar la ofensa, pero seguir adelante procurando repararla.
- ▶ No desconocer la fragilidad propia y la de la pareja.

## Discusión

El presente estudio evidenció que la terapia facilitó la recuperación luego de un acontecimiento como la infidelidad a partir de tres procesos o etapas: mirarse a sí mismo y a la pareja, la renovación de la langosta y la transformación del cristal en oro. Estas etapas o procesos ponen en evidencia que este espacio conversacional fue un puente que tuvo como corolario el cuidado de sí y de la pareja.

El primer proceso: Mirarse a sí mismo y a la pareja les ayudó a hacerse cargo de lo propio y reflexionar si seguir juntos o terminar la relación, como lo mencionado por Giraldo et al. (2018), las parejas de esta investigación optaron por luchar unidas por la relación. Ayudó a que la persona infiel reconociera su error que inicialmente suscitó mucha culpa para culminar en la responsabilidad de sus elecciones y emprendiera un camino más tranquilo centrado en reparar el dolor causado como forma de mantenerse en la relación. Este hallazgo está en consonancia con lo enunciado por Scheinkman (2005), quien afirma que reflexionar sobre otros asuntos que pudieron desencadenar la infidelidad y concentrarse en la resolución puede ser benéfico.

La persona infidelizada, logró mudar el significado de la infidelidad que inicialmente era asociado a desamor y captarla luego como error que da cuenta de la limitación que en este ámbito sexual tiene su pareja. Esta nueva significación ayudó a ser más comprensivo, asimismo, la terapia fue disolviendo la categoría de víctima que inicialmente tenía, así como la idealización de la otra persona, de igual forma ayudó a captarse más a ella misma y descentrarse un poco de su pareja para no perderse y desdibujarse todo el tiempo.

De este centrar la mirada en sí inicialmente y en la pareja posteriormente, emergen una suerte de transformaciones tanto en la persona infiel como infidelizada que se van tejiendo conversacionalmente, a dichas mutaciones es a lo que se denomina la renovación de la langosta, y lo segundo, la transformación del cristal en oro.

Como lo nombran Heintzelman et al. (2014), las parejas lograron mantener la relación y también crecer en lo individual, a pesar de la devastación que se vivenció con el descubrimiento de la infidelidad (Sodani, Gholammohammadi et al., 2019; Sodani, Abbasi et al., 2019; Azhar et al., 2018). Manifestaron mejoría en cuatro aspectos de la esfera personal: fortalecimiento individual, soltar cargas ajenas, ganar confianza en sí mismo y, finalmente, devenir en otro más satisfactorio para sí.

Las parejas participantes relatan que el cualificar aspectos personales se fue evidenciando en la capacidad de autogobierno que fueron legitimando, esta legitimación en sí mismos, los llevo a mirar atrás y mirar como ejercer soberanía sobre errores previos como no deleitarse en la esfera íntima entonces empezaron a buscar disfrute en lo que podían hacer solos, estas mutaciones les fueron suscitando confianza en ellos mismo y esto a su vez fue tejiendo una vida personal más estética. Esta legitimación concuerda con la capacidad de “auto-agencia” que Anderson (1999) refiere como la posibilidad de decisión y acción del sujeto.

La transformación del cristal en oro que es el segundo proceso, este se va tejiendo conversacionalmente en tanto la escucha lenta y respetuosa favorece el captar las formas propias de la pareja, comprender su trayectoria de vida, los límites que ésta ha ido dando a sus actos. De esta urdimbre se van evidenciando las diferencias entre ambos, lo que hace posible captar mejor a la pareja y saber que puede y que no puede ofrecer, ello va suscitando una exigencia compasiva en la cotidianidad. Como lugar común en este proceso de saber más de la pareja emerge la conversación, es a través de sus hilos como se va enredando el cristal para volverlo oro, lentamente la pareja va aprendiendo a tejer pacientemente la conversación para decir lo que no se puede seguir ocultando o para dejar pasar lo que no necesita decirse.

De tal manera, la terapia resulta ser continente emocional que favorece la expresión emocional, esto concuerda con los hallazgos de Luyens y Vansteenwegen (2001) y Molina (2015), que subrayan el valor de la terapia como espacio que favorece el conversar respetuoso.

Las parejas también dejaron ver en sus narraciones como el hecho de que tanto infiel como infidelizado pudieran hablar con claridad, contar la verdad en un ambiente contenedor, iba haciendo posible el proceso de recuperación. Este resultado se compadece con la labor parresíastica de los filósofos estoicos del mundo grecorromano (Foucault, 2002) en tanto decir la verdad es una práctica de cuidado de sí.

El perdón fue un ingrediente importante en la recuperación. Las personas participantes lo mencionan como aquel aprendizaje de convivir con la contingencia y la fragilidad propia y de la pareja. Esto concuerda con lo descrito por Fife et al. (2013) y Chi et al. (2019): cuando las parejas gestionan la crisis inicial, comienza a emerger una escucha empática y una comunicación constructiva que fomenta el perdón.

La relación también se hace más fuerte en tanto luego de priorizarse a sí mismos, logran priorizar la vida en pareja, ellos lo hacen evidente velando por el presente y el futuro y desenredando conversacionalmente el agravio del pasado. Este cuidado del otro aparece como lo refiere Brown (2019), como una práctica que ofrece salidas al conflicto.

Pensar juntos en acciones futuras para desanclarse del pasado, fue otra labor tejida conversacionalmente, este resultado también lo encuentran Fife et al. (2013). De igual forma, se reconoce la empatía como otro aspecto de recuperación, la conversación terapéutica favoreció el salirse de sí para dar espacio, aprender de la otra persona y así enriquecerse del otro, lo que conllevó a incrementar la intimidad y mejorar el clima emocional de la relación.

La labor artesanal que llevan a cabo estas parejas para ir hablando contenidamente sobre el dolor de la infidelidad va haciendo posible que ellos mismos y la relación se mude, se transforme y se deshaga de pieles endurecidas y toscas que no la dejaban crecer, igual que la langosta tienen que transformarse para seguir. El poder decir la verdad, el mirarse a sí mismos y mirar a la otra persona, el tomar gobierno sobre sí y saberse y saber frágil a la pareja se teje en el presente estudio como formas de cuidado de sí y del otro que van reconfigurando bellamente la relación, les va favoreciendo el tránsito del dolor (Sodani, Abbasi et al., 2019; Guevara et al., 2011) a la recuperación y la terapia como espacio conversacional se configura como puente para este tránsito.

El espacio terapéutico en tanto favorecedor de dichas prácticas se vuelve comunidad política que hace acontecer acción, creación de nuevas formas de sí que trascienden la propia existencia y se vuelven prácticas de libertad, formas de resistencia frente a la limitación humana. Lo anterior está en sintonía con lo planteado por Raffin (2018) y Carmona (2019).

En relación con el cuidado de sí, cada miembro de la pareja exaltó la importancia de satisfacer los espacios y tiempos personales, porque se comprende que ninguno debe renunciar al bienestar propio para la “satisfacción” del otro, lo cual está en relación con las prácticas de sí de las escuelas grecorromanas recreadas por Foucault (2002): “el cuidado de sí es éticamente primero, en la medida [en] que la relación consigo mismo es ontológicamente primera” (p. 264). Los participantes comprendieron que enriquecer la visión de sí mismos es fundamental para llevar a la relación lo mejor de cada uno, además de llevar a cabo acciones encaminadas al bienestar propio, cultivarse, reconocer el valor y límite propios; en consonancia con Builes (2012), estas decisiones permiten una existencia más estética, con mayor goce de sí, a partir de saber lo que se es y lo que no.

En referencia al cuidado del otro, esta práctica emerge como uno de los caminos transitados en la reconstrucción del vínculo. Se cuida del otro cuando se le reconoce como sujeto, y en tanto se actúa se genera en la relación el círculo virtuoso del dar y recibir; esto se vincula con el concepto de Ricoeur (2006) de reconocimiento mutuo: el primer ejemplo de este reconocimiento es el

amor. Cuidar del otro no implica blindar a la relación de contingencias futuras, sino que, luego de la vivencia de la infidelidad y el acompañamiento terapéutico, se sabe que es posible recrear la relación en clave de reconocimiento, que fue lo que se borró en tanto la exclusión de la infidelidad.

Finalmente, los elementos de la recuperación comienzan con la labor parresíastica de decir la verdad sobre la infidelidad por parte del infiel, esta verdad es la que favorece que se haga cargo de sus actos y no responsabilice a la pareja de sus decisiones, y por parte de la persona infidelizada es muy importante que vuelva la mirada sobre sí para que se legitime como sujeto que se gobierna y da formas propias, este reconocimiento ayuda a ver a la pareja como otro diferente que no se puede gobernar y se da formas también que están atravesadas por la fragilidad de lo humano, ello culmina en la no idealización del otro por parte del infidelizado y así pasan a resignificar la infidelidad y a mirarse ambos como sujetos frágiles, que pueden errar, pero que también pueden transformarse en lo personal y relacional. Es decir, que son frágiles, pero también potentes en tanto cuidan de sí y del otro.

## Conclusiones

---

La vivencia de la terapia se asemeja a un puente tejido e hilado inicialmente de forma conjunta por la pareja y el terapeuta, que luego ellos pueden continuar tejiendo solos. Esta vivencia, les ayudó a transitar desde una experiencia devastadora hacia la recreación de sí y de la relación.

El espacio terapéutico favoreció una conversación multiparcial, al escuchar las diferentes posturas sin juzgar. Además, es multifocal, no se centra solo en la infidelidad, también dirige la atención a asuntos previos y posteriores a esta, lo cual embelleció el vínculo, la manera de relacionarse y comprender al otro.

La comunidad política que se forjó en el encuentro terapéutico favoreció prácticas como la escucha, el decir verdadero, el captar los propios límites y los límites de la pareja, el volver la mirada sobre sí y sobre los propios actos. Estas prácticas confluyeron en un corpus denominado cuidado de sí, que llevó a los consultantes a darse formas novedosas en tanto se hacen responsables, se cultivan, lo cual culmina en un embellecimiento de la propia existencia para luego transitar a la transformación relacional y a la recuperación del vínculo.

---

## Agradecimientos

---

A los participantes y terapeutas por compartir de manera generosa sus vivencias y contribuir con el desarrollo de la investigación.

---

## Declaración de contribución de autoría

---

Diana Muñoz Santrich, investigadora principal, Natalia Salazar Franco, investigadora principal, María Victoria Builes Correa, coinvestigadora.

---

## Conflicto de intereses

---

Los autores declaramos la inexistencia de conflicto de interés con institución o asociación comercial de cualquier índole.

---

## Referencias

---

- Alfonso Roa, L. K., & Hernández Bejarano, J. S. (2020). Significados del amor e historias de infidelidad en parejas que inician un proceso de psicoterapia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 16(1), 79-91. <https://doi.org/10.15332/22563067.5542>
- Anderson, H. (1999). *Conversación, lenguaje y posibilidades. Un enfoque posmoderno de la terapia*. Amorrortu editores.
- Atkins, D., Baucom, D., Eldridge, K., & Christensen, A. (2005). Infidelity and behavioral couple therapy: Optimism in the face of betrayal. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(1), 144-150. <https://doi:10.1037/0022-006X.73.1.14>

- Atkins, D. C., Marín, R. A., Lo, T. T., Klann, N., & Hahlweg, K. (2010). Outcomes of couples with infidelity in a community-based sample of couple therapy. *Journal of family psychology*, 24(2), 212-216. <https://doi.org/10.1037/a0018789>
- Ayala, R. (2008). La metodología fenomenológico-hermenéutica de M. Van en el campo de la investigación educativa. Posibilidades y primeras experiencias. *Revista de Investigación Educativa*, 26(2), 409-430. <https://revistas.um.es/rie/article/view/94001/90621>
- Azhar, A., Abbas, J., Wenhong, Z., Akhtar, T., & Aqeel, M. (2018). Linking infidelity stress, anxiety and depression: evidence from Pakistan married couples and divorced individuals. *International Journal Of Human Rights In Healthcare*, 11(3), 214-228. <https://doi.10.1108/IJHRH-11-2017-0069>
- Barbera, N., & Inciarte, A. (2012). Fenomenología y hermenéutica: dos perspectivas para estudiar las ciencias sociales y humanas. *Multiciencias*, 12(2), 199-205. <https://produccion-cientificaluz.org/index.php/multiciencias/article/view/16900/16874>
- Brown, J. (2019). The potent cocktail of love, intimacy, sex, and power: an assessment pyramid for couples therapy. *Sexual and Relationship Therapy*, 36(4), 413-437. <https://doi.org/10.1080/14681994.2019.1682540>
- Builes, M. (2012). Un concepto foucaultiano: estética de la existencia. *Uni-Pluri/versidad*, 12(1), 64-72. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/unip/article/view/13279>
- Camacho, J. (2004). *Fidelidad e infidelidad en las relaciones de pareja. Nuevas respuestas a nuevos interrogantes*. Dunken. <http://www.fundacionforo.com/pdfs/archivo42.pdf>
- Carmona, D. (2019). La resignificación de la noción de cuidado desde los feminismos de los años 60 y 70. *En-claves del Pensamiento*, 13(25), 104-127. <https://www.enclavesdelpensamiento.mx/index.php/enclaves/article/view/353/349>
- Chi, P., Tang, Y., Worthington, E. L., Chan, C. L., Lam, D. O., & Lin, X. (2019). Intrapersonal and interpersonal facilitators of forgiveness following spousal infidelity: A stress and coping perspective. *Journal of Clinical Psychology*, 75(10), 1896-1915. <https://doi.org/10.1002/jclp.22825>
- Fife, S.T., Weeks, G.R., & Stellberg-Filbert, J. (2013). Facilitating forgiveness in the treatment of infidelity: An interpersonal model. *Journal of Family Therapy*, 35(4), 343-367. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6427.2011.00561.x>

- Foucault, M. (2000). La ética del cuidado de sí como práctica de la libertad (diálogo con H. Becker, R. Fernet-Betancourt, A. Gomez-Müller, 20 de enero de 1984). *Nombres. Revista de filosofía*, (15), 257-280. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/NOMBRES/article/view/2276/1217>
- Foucault, M. (2002). *La hermenéutica del sujeto*. Fondo de Cultura Económica.
- Garciandía, J. A., & Samper, J. (2012). Las infidelidades: aprendiendo desde dentro de las conversaciones terapéuticas. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 41(3), 496-520. [https://doi.org/10.1016/S0034-7450\(14\)60025-1](https://doi.org/10.1016/S0034-7450(14)60025-1)
- Giraldo, C., Garcés, M., & Posada, I. (2018). La infidelidad: un laberinto con salida. Reflexiones construidas en el proceso terapéutico. *Revista de Trabajo Social*, (28), 53-69. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/revistraso/article/view/343990>
- Gordon, K. C., Baucom, D. H., & Snyder, D. K. (2005). Treating Couples Recovering from Infidelity: An Integrative Approach. *Journal of Clinical Psychology*, 61(11), 1393-1405. <https://doi.org/10.1002/jclp.20189>
- Guevara, B., Zambrano de Guerrero, A., & Evies, A. (2011). Cosmovisión en el cuidar de sí y cuidar del otro. *Enfermería Global*, (21), 1-7. <https://revistas.um.es/eglobal/article/view/115281/109211>
- Heintzelman, A., Murdock, N. L., Krycak, R. C., & Seay, L. (2014). Recovery from infidelity: Differentiation of self, trauma, forgiveness, and posttraumatic growth among couples in continuing relationships. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 3(1), 13-29. <https://doi.org/10.1037/cfp0000016>
- Hernández, R., Fernández, C., & Batista, P. (2010). *Metodología de la investigación*. Mc Graw Hill.
- Kato, T. (2016). Effects of partner forgiveness on romantic break-ups in dating relationships: A longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 95, 185-189. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.02.050>
- Luyens, M., & Vansteenwegen, A. (2001). Intervenciones terapéuticas en parejas con problemas por affairs extramatrimoniales: un modelo de fases. *Revista Argentina de Sexualidad Humana*, (1), 7-16.

- Molina, D. (2015). *Factores que contribuyen a que una experiencia de infidelidad tenga resultados positivos en una pareja: perspectivas de profesionales en el área de la salud mental que trabajan con parejas* [Tesis de pregrado, Universidad San Francisco de Quito]. Repositorio. <https://repositorio.usfq.edu.ec/bitstream/23000/4651/1/120803.pdf>
- Paz, N. (2013). Atención terapéutica a la pareja: la infidelidad, una herida ética. *Familia*, 47, 65-81. <https://summa.upsa.es/high.raw?id=0000032480&name=00000001.original.pdf>
- Prieto-Ursúa, M., Carrasco Galán, M., Cagigal de Gregorio, V., Gismero Gonzáles, E., Martínez Díaz, P., & Muñoz San Roque, I. (2012). El Perdón como Herramienta Clínica en Terapia Individual y de Pareja. *Clínica Contemporánea*, 3(2), 121-134. <https://doi.org/10.5093/cc2012a8>
- Raffin, M. (2018). La noción de política en Michel Foucault. *Hermenéutica Intercultural. Revista de Filosofía*, (29), 9-59. <https://doi.org/10.29344/07196504.29.1295>
- Ramos, G. (2013). *Abordaje terapéutico en un caso de infidelidad de una pareja de adultos a partir del modelo Resolución de Problemas de Palo Alto* [Tesis de especialización, Universidad de Palermo]. <https://dspace.palermo.edu/dspace/bitstream/handle/10226/1027/Bordon%2C%20Gisselle.pdf>
- Ricoeur, P. (2006). Caminos del reconocimiento. Tres estudios (A. Neira, Trad.). Fondo de Cultura económica.
- Roos, L. G., O'Connor, V., Canevello, A., & Bennett, J. M. (2019). Post-traumatic stress and psychological health following infidelity in unmarried young adults. *Stress and Health*, 35, 1-12. <https://doi.org/10.1002/smi.2880>
- Scheinkman, M. (2005). Beyond the Traume of Betrayal: Reconsidering Affairs in Couples Therapy. *Family Process*, 44(2), 227-244. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2005.00056.x>
- Scuka, R.F. (2015). A Clinician's Guide to Helping Couples Heal from the Trauma of Infidelity. *Journal of Couple y Relationship Therapy*, 14(2), 141-168. <https://doi.org/10.1080/15332691.2014.953653>
- Sodani, M., Abbasi, M., Khojasteh, M., & Reza, G. (2019). An Investigation into The Effect of Cognitive- Existential Therapy on The Rumination of Women Affected by Male Infidelity. *NeuroQuantology*, 17(5), 1-9. [https://neuroquantology.com/open-access/An+Investigation+into+The+Effect+of+Cognitive+Existential+Therapy+on+The+Rumination+of+Wome+n+Affected+by+Male+Infidelity\\_2227/](https://neuroquantology.com/open-access/An+Investigation+into+The+Effect+of+Cognitive+Existential+Therapy+on+The+Rumination+of+Wome+n+Affected+by+Male+Infidelity_2227/)

- Sodani, M., Gholammohammadi, H., Khojastehmehr, R., & Abbaspour, Z. (2019). An investigation into the effectiveness of Robert Enright Forgiveness Inventory (EFI) on the marital quality of women affected by infidelity. *Biomedical Research*, 30(4), 563-570. <https://www.alliedacademies.org/articles/an-investigation-into-the-effectiveness-of-robert-enright-forgiveness-inventory-efi-on-the-marital-quality-of-women-affe.pdf>
- Ventura, D. (2018). Infidelidad en las relaciones de pareja: Algunas consideraciones para su abordaje en terapia. *Redes. Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, (37), 61-72. <https://redesdigital.com/index.php/redes/article/view/104/77>
- Verdesoto, J., Villacís, M., & Franco, X. (2019). Impacto emocional de la infidelidad en las relaciones de pareja. Importancia de su conocimiento para el psicólogo clínico. *Opuntia Brava*, 11(4), 349-361. <https://heinonline.org/HOL/LandingPage?handle=hein.journals/opbrv11&div=169>
- Warach, B., & Josephs, L. (2019). The aftershocks of infidelity: a review of infidelity-based attachment trauma. *Sexual and Relationship Therapy*, 36(1), 68-90. <https://doi.org/10.1080/14681994.2019.1577961>
- Whisman, M. A., Dixon, A. E., & Johnson, B. (1997). Therapists' perspectives of couple problems and treatment issues in couple therapy. *Journal of Family Psychology*, 11(3), 361-366. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.11.3.361>