CUANDO AMAR NO BASTA: PATRONES RELACIONALES QUE MANTIENEN EL CONFLICTO DE PAREJA DESDE IBCT

Autora:

Adriana Carolina Medina Cañas Mg. Ps., Chile, psadrianamedina@gmail.com

1 Autora de correspondencia: Adriana Carolina Medina Cañas Mg. Ps., psadrianamedina@gmail.com ,Ponencia académica de revisión clínica.

Eje 2: Intervención Clínica y Dinámicas Vinculares

Resumen

Introducción:

Las dinámicas de conflicto en las relaciones de pareja han sido abordadas históricamente desde perspectivas centradas en déficits comunicacionales o dificultades en la resolución de problemas. Sin embargo, modelos contemporáneos como la Terapia Integral de Pareja (Integrative Behavioral Couple Therapy, IBCT) proponen una comprensión más amplia del malestar relacional, enfatizando el papel de los procesos de polarización, la regulación emocional interpersonal y los patrones de interacción que se sostienen en el tiempo. Desde esta perspectiva, el conflicto no se comprende únicamente a partir del contenido explícito de las discusiones, sino desde la función que dichas interacciones cumplen dentro de la organización relacional de la pareja.

Objetivo: Analizar el fenómeno de la polarización relacional desde el modelo de Terapia Integral de Pareja (IBCT), destacando sus implicancias clínicas en la comprensión del conflicto vincular y en la formulación de intervenciones terapéuticas orientadas a procesos.

Metodología: Se realizó una revisión conceptual y clínica fundamentada en los principales postulados teóricos y aplicados de la Terapia Integral de Pareja (IBCT), integrando literatura especializada, formulación funcional de casos y análisis de dinámicas relacionales frecuentemente observadas en el contexto de la práctica clínica con parejas adultas.

Resultados: El análisis permitió identificar que diversos conflictos de pareja se mantienen no solo por diferencias de contenido, sino por patrones de interacción caracterizados por dinámicas de persecución-retirada, activación de sensibilidades temáticas y procesos progresivos de polarización. Asimismo, se evidenció que las estrategias defensivas utilizadas por cada miembro de la pareja tienden a reforzar los temores relacionales del otro,

configurando ciclos de interacción rígidos que deterioran la conexión emocional y dificultan la regulación interpersonal. En este contexto, IBCT propone una intervención centrada en la comprensión funcional del patrón, el desarrollo de aceptación emocional y la introducción de cambios conductuales contextualizados.

Conclusión: La comprensión del conflicto de pareja desde una perspectiva contextual y procesual permite ampliar la mirada clínica más allá de modelos centrados exclusivamente en habilidades comunicacionales o resolución de problemas. El enfoque propuesto por IBCT facilita una comprensión más compleja de los procesos que sostienen el malestar vincular y aporta herramientas clínicas relevantes para el abordaje terapéutico de dinámicas relacionales caracterizadas por polarización, evitación emocional y rigidez interpersonal.

Palabras clave: Terapia Integral de Pareja; IBCT; polarización relacional; conflicto de pareja; dinámicas vinculares.

Referencias

Christensen, A., & Jacobson, N. S. (2000). Reconceptualizing couple distress. Clinical Psychology: Science and Practice, 7(4), 449–463. https://doi.org/10.1093/clipsy.7.4.449

Christensen, A., Atkins, D. C., Baucom, B., & Yi, J. (2010). Marital status and satisfaction five years following a randomized clinical trial comparing traditional versus integrative behavioral couple therapy. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 78(2), 225–235. https://doi.org/10.1037/a0018132

Christensen, A., Doss, B. D., & Jacobson, N. S. (2020). Reconcilable differences (2nd ed.). Guilford Press.

Jacobson, N. S., & Christensen, A. (1996). Integrative couple therapy: Promoting acceptance and change. W. W. Norton & Company.

Jacobson, N. S., & Margolin, G. (1979). Marital therapy: Strategies based on social learning and behavior exchange principles. Brunner/Mazel.