

# Configuraciones de pareja casos habituales

## Idea principal

Las configuraciones de pareja sirven para orientar la indagación, no para dictar una verdad: al observar posiciones, distancias y miradas, el coaching sistémico devuelve la atención al consultante, distingue percepción de hecho y abre acciones responsables sin juicio.

## Recorrido de la clase

### 00:00:00 · Mirar sin interpretar

La clase comienza diferenciando el coaching sistémico de una constelación. En el trabajo con parejas se pueden usar configuraciones sencillas para observar posiciones, tamaños, distancias y miradas, tanto si consulta una sola persona como si acuden los dos miembros. La imagen no se presenta como una sentencia: la persona que consulta debe decir qué ve, qué le llama la atención y qué impresión le produce la relación.

La facilitadora propone avanzar con pocas figuras, hacer preguntas y conservar la primera imagen para ampliarla en sesiones posteriores. Así, la configuración funciona como un mapa de indagación y no como una explicación cerrada. El profesional puede tener una hipótesis, pero su tarea es comprobarla en conversación con el consultante y mantener abierta la posibilidad de que la escena signifique algo distinto.

### 00:12:00 · Neutralidad y foco en el consultante

Cuando la pareja aparece alejada o sin contacto, la clase plantea varias posibilidades: un duelo por una relación anterior, la pérdida de un hijo, un aborto, la muerte de alguien querido o un asunto pendiente con los padres. Para explorar sin precipitarse, se puede añadir una figura que represente la relación de pareja y preguntar por los vínculos que rodean al consultante.

La neutralidad también implica reconocer la propia historia. Si un caso se parece a la experiencia del profesional, esa semejanza no debe ocupar la escena. La facilitadora invita a dejar la comparación fuera, sostener la imparcialidad y seguir el asunto de la persona que consulta, incluso cuando su relato despierte una reacción personal.

### 00:24:00 · Percepción no es hecho

Una afirmación como «mi pareja todavía está con su ex» expresa una percepción, pero no prueba lo que sucede en el interior de la otra persona. Por eso el método pregunta cómo lo sabe, qué ha verificado y qué parte pertenece a su propio miedo o interpretación. La configuración muestra una imagen interna: puede acercarse a la realidad, pero sigue siendo la manera en que el consultante organiza su experiencia.

La intervención vuelve una y otra vez al círculo de influencia: qué está sintiendo la persona, cómo responde cuando aparece esa emoción, qué responsabilidad tiene y qué puede hacer distinto. La ayuda sistémica procura incluir a quienes están ausentes y mirar el campo más amplio, sin convertir automáticamente al consultante en víctima ni tomar partido por su discurso.

#### 00:36:00 · El enojo que mira hacia atrás

La demostración introduce una escena en la que la persona está enfadada y puede mirar a su pareja o hacia atrás. La dirección no resuelve el caso, pero orienta las preguntas: tal vez el enojo se proyecta sobre la relación actual y tiene relación con una herida familiar, una necesidad infantil no atendida o la manera en que se vivió a la madre o al padre.

La clase reúne tres pistas básicas: una pareja desequilibrada puede invitar a explorar qué se da y qué se recibe; una pareja sin contacto puede llevar a buscar un duelo o un vínculo excluido; y una emoción dirigida hacia atrás puede señalar algo que la persona todavía no está mirando. En todos los casos, la configuración abre una hipótesis, no sustituye la verificación con el consultante.

#### 00:48:00 · Cuando el hijo ocupa el lugar de la pareja

Otra escena habitual coloca al hijo en el lugar de la pareja. Puede aparecer una dependencia simbiótica, una sobreprotección que no permite crecer, una alianza contra el otro progenitor o la representación de una relación anterior que todavía no se ha cerrado. El hijo queda entonces dentro de una historia de adultos y le cuesta construir su propia vida afectiva.

La respuesta no consiste en contarle al hijo la intimidad de sus padres. Los adultos pueden trabajar internamente el cierre de la relación anterior y devolverle un mensaje claro: es mi hijo, yo soy su madre o su padre, y los asuntos de pareja corresponden a los mayores. Ordenar ese lugar ayuda a que el niño no tenga que cuidar, defender ni sustituir a nadie.

#### 01:00:00 · Triangulación y excluido

La figura de la suegra entre la consultante y su pareja permite trabajar la triangulación. La persona puede atribuirle toda la angustia a ese tercero, mientras la escena invita a preguntar por qué no ocupa su lugar y qué conflicto queda fuera de la mirada. La suegra puede estar siendo utilizada como pantalla para una relación pendiente con la madre, el padre, una ex pareja u otro vínculo significativo.

La facilitadora propone representar por separado el bloqueo o aquello que se siente por la suegra. De ese modo se deja de pelear con un personaje y se empieza a observar el asunto que está ocupando ese lugar. La operación mantiene la responsabilidad en el consultante y permite explorar la figura excluida sin declarar culpable a la tercera persona.

#### 01:12:00 · Infidelidad y parentalización

En una relación de amante, la clase observa si existe un vínculo de igual a igual y otro que funciona como relación paterno-filial. La persona puede estar intentando resolver fuera una relación interna con el padre o la madre, o puede repetir una dinámica de disponibilidad desigual. La configuración no explica por sí sola una infidelidad: permite preguntar por los vínculos no cerrados y por aquello que cada figura está representando.

Las figuras elegidas también aportan información sobre la percepción: una pareja puede aparecer como monstruo, niño, autoridad o personaje enmascarado. Esas elecciones pueden señalar miedo, idealización o una experiencia de abuso que merece cuidado. El trabajo consiste en escuchar lo que la imagen despierta y ampliar la mirada, no en etiquetar a la persona ni a su pareja desde el exterior.

#### 01:24:00 · Padres idealizados y elecciones de pareja

El cierre aborda la rivalidad entre madre e hija y la búsqueda insistente de una pareja perfecta. Un padre o una madre idealizados pueden convertirse en el patrón con el que se comparan todas las relaciones: el picaflor busca una madre idealizada en cada mujer, y quien no encuentra al hombre adecuado puede estar buscando a un padre que quedó fijado en un recuerdo infantil.

La invitación es revisar cuánto se ha podido tomar a los propios padres como son, ocupar el lugar adulto y dejar de pedir a la pareja que sustituya una figura familiar. Al mirar estas configuraciones con responsabilidad y sin juicio, el acompañamiento puede ayudar a elegir y vincularse desde el presente, en lugar de repetir una expectativa imposible.