

## ENTREVISTA

# Virginia Valdominos

Psicóloga y psicoanalista

¿Tiene el amor fecha de caducidad? ¿Se puede superar una infidelidad gracias a la terapia? Virginia Valdominos responde a estas y otras cuestiones.

## Cuánto dura el amor? ¿Tiene fecha de caducidad?

- Depende de cada sujeto, el amor puede durar toda la vida. El enamoramiento es lo que suele durar menos, porque en el amor se ama a la otra persona, pero en el enamoramiento el amante invade el yo del sujeto, por eso dura poco, es como una enfermedad transitoria.

## - ¿Cuál es el problema más extendido entre las parejas que trata?

- Celos, infidelidad, desenamoramiento, dificultades en la convivencia, problemas con los hijos, desacuerdos con respecto a la educación de los hijos, separación y divorcio, falta de comunicación, rivalidades familiares, amor posesivo, aburrimiento, cuidado exagerado, impotencia, eyaculación precoz, ausencia de relaciones sexuales, falta de apetito sexual, adicciones, infertilidad, en fin, multitud de demandas porque siempre que un paciente llega a consulta demanda algo, aunque no siempre sabe lo que es. Se verá en el análisis o en la terapia de pareja, la demanda de cada paciente, qué necesita cada paciente.

## - ¿Cómo se puede abordar desde la terapia los problemas de pareja?

- En pareja e individualmente. Se toman algunas sesiones en pareja y se compaginan con las sesiones individuales de cada uno de los miembros de la pareja, en las que el paciente asocia libremente sobre lo que le pasa bajo la escucha psicoanalítica. En cualquier caso se trata de conversar con un profesional sobre lo que le pasa.

## - ¿Es posible superar una infidelidad gracias a la terapia?

- Sí.

## - ¿Y el miedo al compromiso?

- El miedo al compromiso puede ser con una pareja o el miedo a comprometerse con un trabajo o el miedo a echar raíces. Siempre, en ese caso hay un temor por algo irreal que hay que psicoanalizar. Comprometerse con las personas y las cosas, establecer pactos con los otros, es lo único que nos une a los otros y nos mantiene en el mundo, entonces siempre hay compromisos. Si no tengo compromisos en lo social, es que estoy comprometido con la enfermedad. Si el miedo al compromiso es el miedo a iniciar un psicoanálisis, es porque se piensa que la salud conlleva más trabajo que la enfermedad, pero no es así, el trabajo de la enfermedad es muy grande y tiene

# “Ante una ruptura la actitud más conveniente es psicoanalizarse”



VIRGINIA VALDOMINOS

Licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid y Master en Dirección de Recursos Humanos, realizó sus investigaciones doctorales bajo el patrocinio del Programa Nacional de Formación de Profesorado Universitario. Más información en [www.virginiavaldominos.com](http://www.virginiavaldominos.com) y en el teléfono 911 257 747

para el paciente consecuencias muy graves. Llevarse bien con la pareja conlleva un trabajo, pero llevarse mal con la pareja también conlleva un trabajo, no es que actúo libremente. Sólo psicoanalizándome puedo darme cuenta de lo que me pasa. Y quizás sea más bien establecer nuevos compromisos lo que llega persiguiendo al paciente.

## - ¿Cuál es la actitud más conveniente ante una ruptura?

- Ante una ruptura la actitud más conveniente es psicoanalizarse. La capacidad de desplazar nuestra libido de un objeto amado a otro es un indicador de salud. Ante síntomas como desinterés por el mundo en general, falta de atención a todo aquello que no le recuerde a la persona amada, auto culparse de la pérdida, infringirse un autocastigo por la pérdida, apatía, abulia, continuos reproches, etc. son signos e indicadores de que se necesita conversar con un psicoanalista. Después, los síntomas contrarios, por ejemplo, críticas y ataques a la expareja, encontrarse en una continua rivalidad puede ser necesario para el proceso, pues hay personas que

## LA PREGUNTA

### - ¿Qué recomendación le haría a las personas que están pasando por una crisis de pareja?

- Comenzar su psicoanálisis cuanto antes. A veces las parejas buscando soluciones fáciles, tardan mucho en llegar al análisis.

no se pueden separar del objeto amado si no es de esa manera, pero esto lo decimos desde el contexto del análisis sobre una persona que está en análisis, porque hay que tener en cuenta que el psicoanálisis le ayudará a elaborar de una manera mejor, más inteligente, la situación de conflicto. Bien diferentes pueden ser las consecuencias de esa misma situación conflictiva en una persona que no se psicoanaliza. Por último, una euforia excesiva consecuente con la ruptura indica una liberación con respecto al objeto amado, al que se ha encontrado sometido. La manía es un opuesto a la depresión propia de la identificación con el objeto y puede ser consecuente de una fase de melancolía, por lo que también se recomienda psicoanalizarse. En cualquier caso, en psicoanálisis, todas son variables que pasan a formar parte del proceso analítico de ese paciente que tiene que ver con sus deseos inconscientes que el psicoanalista interpretará en el curso de su tratamiento.