



o

Aproximació relacional a una parella swinger: Satisfacció, estils comunicatius i gestió de conflictes.

Treball de Fi de Grau

Blanca Torras i Vilches

PROFESSORA COL·LABORADORA: Lourdes Artigas i Miralles

PROFESSOR RESPONSABLE: Adrián Montesano del Campo

ÀREA: Treball de recerca en Teràpia de Parella i Sexualitat

AULA: 6

SEMESTRE: 2n semestre 2017/2018

Universitat Oberta de Catalunya, Barcelona

Una pareja swinger lo comparte todo. Está en esto porque disfruta viendo a su pareja disfrutar, porque desea sentir esa complicidad en las relaciones, porque lo que desea por encima de todo es mejorar la sexualidad con su pareja

Blanca Blanxart (Koshka), 2010

Agraïments

Aquest treball que teniu entre les mans és fruit d'un intens esforç en aquesta última etapa del grau, però sobretot és el resultat de l'esforç de diversos anys d'estudi i perseverança de la meua part que no haguessin estat possibles sense l'ajuda inestimable en forma de paciència i suport del meu marit Ramon, i els meus fills Bernat i Cesc, i també del Roger que ha nascut durant aquesta etapa de la meua vida.

Tampoc seria just acabar el grau sense donar les gràcies al meu tutor, l'Enric, que sempre m'ha animat i m'ha tornat l'energia quan la necessitava, orientant-me en els meus moments de incertesa. Així com a tots aquells consultors i consultores que viuen la seva feina i que ens transmeten la seva il·lusió. Una d'especialment destacable és la Lourdes, la meua tutora en aquest treball, que no seria com és sense la seva ajuda i suport, les correccions, els ànims i la celeritat i professionalitat que posa en cada paraula. Però sobretot el meu agraïment a la Lourdes sorgeix perquè va permetre'm obrir la porta a allò que tenia guardat a dins, a aquells qüestionaments sobre una temàtica que em sembla fascinant i que a mi em feia por abordar, i gràcies a això he pogut fer un treball que respon a les meves primeres inquietuds, aquelles que em van fer embrancar-me en un camí d'aprenentatge a través de la psicologia.

Moltes gràcies a tots per fer possible no només aquest treball, sinó la consecució del meu somni de ser psicòloga.

ÍNDEX

ÍNDEX	4
RESUM	5
INTRODUCCIÓ	6
OBJECTIUS	15
MÈTODE	16
DISSENY	16
PARTICIPANTS	16
INSTRUMENTS.....	17
PROCEDIMENT	18
RESULTATS	20
DISCUSSIÓ	28
BIBLIOGRAFIA	34
ANNEX	38
ANNEX A. CONSENTIMENT INFORMAT	38
ANNEX B: PROTOCOL D'ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA PER A PARELLES SWINGER (ADAPTADA DE MONTESANO, IZU I CAMPO, 2008).	39
ANNEX C: ANÀLISI TEMÀTIC. PRIMER CRIBATGE.....	40
ANNEX D: FRAGMENTES DE LA SESSIÓ EXEMPLIFICADORS DELS CONCEPTES SORGITS DE L'ANÀLISI TEMÀTIC...43	

RESUM

El món swinger té una atracció cap a un bon nombre de parelles en l'actualitat, el fet de poder tenir relacions sexuals amb més persones que la pròpia parella és quelcom que podia entrar en el marc de la fantasia però alguns la porten a la realitat. El propòsit d'aquest estudi és explorar els patrons de comunicació, els estils en la resolució de conflictes i la satisfacció en una parella swinger. Es realitza un estudi de cas per analitzar especialment com percep una parella la seva satisfacció, comunicació i els conflictes més importants que han sorgit i com els han resolt per a poder tenir una visió d'aquells aspectes més importants en el manteniment d'una parella. L'Escala d'Ajustament Diàdic (EAD) és utilitzada per avaluar la satisfacció de la parella i el Qüestionari de Patrons de Comunicació (CPQ) per a conèixer l'estil de resolució de conflictes. Es realitza també l'anàlisi temàtic de l'entrevista semiestructurada duta a terme per a explorar la seva història de parella. S'observa que la parella té una comunicació col·laborativa i està satisfeta amb la seva relació, sent el conflicte més important que han travessat l'aparició de sentiments per a tercers, fet de risc en aquestes relacions, però que alhora han pogut superar gràcies a les eines que els ha aportat el fet de ser swingers a la relació de parella. Es discuteixen les implicacions clíniques derivades dels resultats obtinguts en aquest estudi.

Paraules clau: swinger, comunicació, satisfacció, conflicte, parella, relació de parella

ABSTRACT

The swinger world has an attraction towards a good number of couples today, being able to have sex with more people than the couple itself is something that could come within the framework of fantasy, but some take it to reality. The aim of this study is to explore communication patterns, conflict resolution styles and satisfaction in a swinger couple. A case study is carried out to analyze especially how a couple perceives their satisfaction, communication and the most important conflicts that have arisen and how they have resolved to be able to have a vision of those aspects that are most important in maintaining a couple. The Diadic Adjustment Scale (EAD) is used to evaluate the satisfaction of the couple and the Communication Patterns Questionnaire (CPQ) to know the conflict resolution style. A thematic analysis of the semi-structured interview is also carried out to explore its story as a couple. It is observed that the couple has a collaborative communication and is satisfied with their relation, being the most important conflict that has crossed the appearance of feelings for third parties, risked in these relations, but that at the same time have been able to overcome thanks to the tools that have contributed to being swingers in the relationship. The clinical implications derived from the results obtained in this study are discussed.

Keywords: swinger, communication, satisfaction, conflict, couple, relationship

INTRODUCCIÓ

El món actual està trencant amb molts tòpics, començant a sorgir de l'obscuritat noves formes de relació de parella que no s'ajusten als estereotips. Especialment rellevant és el trencament de la monogàmia entesa com un dels principis inalienables en la parella, així s'observa el sorgiment de relacions no monògames com els grups poliamorosos, les parelles obertes i les parelles swinger a l'esfera pública, en la societat postmoderna fruit d'una societat més líquida i crítica amb les institucions existents tal com exposen Villegas i Mallor (2017). A manca d'estudis quantitius en relació a la prevalença en l'Estat Espanyol de parelles no monògames, ens orientem a partir de treballs anglosaxons com el de Moors, Coneley, Elderstein i Chopik (2015), que indica que hi ha, al menys als Estats Units, un 4-5% de parelles que es consideren no monògames.

Dins aquest grup genèric de no monògams, existeix un subtipus concret que serà l'objecte d'aquest treball com és l'anomenat *parelles swinger*. La característica principal d'aquest tipus de parella és que, si bé hi ha relacions extraparella, aquestes són generalment observades i majoritàriament viscudes per ambdós membres de la parella a la vegada amb una altra parella (malgrat hi ha alguns casos en que es realitza amb una persona, en general es tendeix a la cerca d'altres parelles que tinguin entre sí un vincle amorós) i hi ha una monogàmia clara en l'esfera sentimental, contràriament al què passa en el cas del poliamor (Bohórquez-Gamboa, 2010). En aquest sentit, cal diferenciar com fan Finn i Malson (2008) entre monogàmia i fidelitat sexual, mantenint però la monogàmia com un concepte d'exclusivitat en el que es manté al nivell d'emocionalitat i lligam amb la parella i excloent de la equació la fidelitat sexual. En base a aquesta consideració una relació swinger seria monògama, al menys des d'un punt de vista emocional i sentimental, així com de lligams de parella tal com s'ha assenyalat.

Hi ha poca informació sobre les parelles swinger, i la major part d'aquesta prové d'estudis americans (tant de nordamèrica com alguns països de sudamèrica, especialment Colòmbia). Tanmateix les fonts d'informació existents suggereixen la existència d'una diferència significativa en l'estil comunicatiu en les parelles entre l'abans i el després de començar en aquest estil de vida així com la capacitat d'aquestes de diferenciar entre l'aspecte fisiològic del sexe i el sentimental, fet que els permet viure amb plenitud aquestes relacions sense caure en la gelosia, tot i que també hi és present (Kimberly i Hans, 2017). Això és possible també segons Sheinkman i Werneck (2010) gràcies a la concepció que tenen sobre la gelosia i altres aspectes de la sexualitat, atès que els constructes són comuns en les persones

que practiquen aquest estil de vida. Aquests aspectes duen a pensar que pot existir algun patró comú en especial en l'estil comunicatiu de la parella i el seu estil de resolució de conflictes, de manera que sigui prevalent un nivell més elevat d'empatia entre els membres de parelles swingers en comparació amb parelles monògames. En aquest sentit es destaca la necessitat de desenvolupar estudis que permetin aprofundir en les dinàmiques relacionals presents en aquesta tipologia específica de parella. Investigacions d'aquest tipus, com el present estudi, resulten interessants a l'hora de d'oferir la oportunitat de conversar amb parelles que practiquen aquest estil de vida, i així comprendre com funciona la seva relació sentimental i quina importància o influència pot arribar a tenir en aquesta el fet de mantenir relacions extraparella consentides.

De fet quan algú aliè a aquestes pràctiques hi entra en contacte li sorgeixen nombroses preguntes: *són parelles iguals que la resta? S'estimen de debò? Són felices? És realment el que els dos volen? Com van començar? Perquè ho fan? No obtenen satisfacció només entre elles, és que estan insatisfetes per la seva parella?* Moltes d'aquestes preguntes són clarament influenciades per prejudicis deguts a la preponderància sociocultural de la monogàmia, havent estudis que mostren com hi ha una sèrie de creences compartides sobre la monogàmia com que *"et fa més feliç"* (Moors et al., 2005) segons aquests autors, aquest tipus de creences impliquen necessàriament un rebuig inconscient, o al menys un qüestionament sobre la consistència de les parelles que opten per sortir del camí establert socialment.

Durant tot el treball es procurarà parlar de parella entenent-la com a dues persones que tenen una relació amorosa i comparteixen un projecte de vida en comú, independentment del seu sexe i orientació sexual, així com de la religió que professin. Tampoc s'especificarà ni es diferenciarà si estan o no casades.

Malgrat en català seria més òptim parlar d'intercanvi de parelles, es fa complex parlar de "parelles que practiquen l'intercanvi de parelles" i s'opta en aquest treball per mantenir el terme anglès *swinger* el qual no té una traducció directa al català.

Swinger prové de balanceig, oscil·lar en el sentit que et balanceges d'una persona a una altra en l'activitat sexual i remet a l'intercanvi sexual de parelles amb consentiment i presència dels membres de la parella, valgui la redundància (Orejuela, Piedrahita i Renza, 2012). És una paraula que es troba estesa en la literatura científica i que expressa actualment el concepte de parella sentimentalment monògama i sexualment no-monògama sent per tant pertinent en aquest estudi. Segons Kimberly i Hans (2017) els swingers comparteixen com a grup unes normes bàsiques en les relacions, que són "no és no", "ús de preservatiu" (tot i que caldria fer

estudis per a corroborar-ne el seu compliment), “no es tolera l’agressió” i “no crear vincles emocionals”.

Caldria entendre l’abordatge d’aspectes més genèrics quant a relacions, el què significa i quins són els paràmetres en què es mouen les parelles swinger. Especialment rellevant és explorar quines creences compartides tenen aquestes parelles, ja que poden servir a l’hora de comprendre millor tant les seves pràctiques com la manera en què es relacionen.

Com apunten De Visser i McDonald (2007), el principal escull davant una relació de parella que inclogui terceres persones és sens dubte la gelosia, i de fet sol ser la raó més habitual de que es deixi de realitzar aquesta pràctica en la parella segons diversos estudis. El perquè malgrat l’existència de la gelosia les parelles comencen la seva aventura swinger ve determinat per les creences sobre aquests sentiments. Tal com ens indica Pines (1998) citat a Scheinkman i Werneck (2010) els swinger creuen que la gelosia és una resposta apresada i com a tal pot ser desapresada, en altres paraules, és un constructe social, i al mateix temps pensen que desitjar varietat sexual no implica una problemàtica en el matrimoni. Aquest autor indica que empren eines com la fixació d’acords explícits sobre les relacions extraparella que els ajuden a mantenir els sentiments de gelosia sota control i com el diàleg o discussió sobre el tema. Enlloc d’intentar eliminar la gelosia els swingers gestionen aquests sentiments dins uns límits de manera que puguin incrementar el desig i l’arousal sexual (De Visser i McDonald, 2007). Els diferents autors indiquen que la comunicació entre la parella és quelcom que es té molt present en una relació swinger així com el consens i el gestió de sentiments, sent especialment rellevant explorar els aspectes que tenen a veure amb la comunicació i la gestió dels conflictes que sorgeixen arrel de la seva activitat per a entendre millor les seves dinàmiques.

La creença compartida que predomina davant l’elecció d’aquest estil de vida és sens dubte que la monogàmia no és natural (Bohórquez-Gamboa, 2010). Tanmateix com aquesta autora relata, les creences en relació a la parella com a entitat única, que s’ha de tenir lleialtat i constància en la relació, fa que s’opti per la monogàmia sentimental si bé obrint la sexualitat a altres persones atesa la certesa per als swingers que és natural sentir desig sexual per a altres persones.

En aquesta línia de lleialtat a la parella, i compromís, trobem la necessitat que atorguen els swingers a conèixer les inquietuds, fantasies i límits de cada membre de la parella de manera que un cop acceptats i fixats els límits, puguin explorar i realitzar aquelles activitats que considerin enriquidores, sempre enaltint la comunicació com a eina bàsica per al coneixement, construcció de normes i protecció de la seva relació sentimental (Bohórquez- Gamboa, 2010). De fet, com indiquen De Visser i McDonald (2007) és la fixació de límits el què permet a les

parelles poder gaudir sense repercussions emocionals negatives. Aquests límits en alguns casos són renegociats i canviats en funció de l'evolució de la parella en el món swinger.

És la fixació de normes el que demostra el compromís dels swingers amb la seva relació primària segons Denfeld i Gordon (1970) citats a De Visser i McDonald (2007), sent una característica important en el seu desenvolupament com a parella.

La investigació realitzada fins a l'actualitat en l'àmbit de la parella emprà el terme d'ajustament diàdic per a referir-se d'una forma holística al que s'entén per satisfacció conjugal (Anderson i Johnson, 2010; Halford, Owen, Duncan, Anger i Sparks, 2016; Horvath i Bedi, 2002; Knerr et al., 2011 citats a Artigas, 2017).

El concepte d'ajustament diàdic fou definit per Spanier (1979) com "una avaluació qualitativa d'un estat i com un procés el resultat del qual es determina pel grau de: (a) les diferències problemàtiques de la parella; (b) les tensions interpersonals i l'ansietat personal; (c) la satisfacció diàdica; (d) la cohesió diàdica i (e) el consens sobre assumptes d'importància per al funcionament diàdic". Per tant, segons l'autor, s'entén l'ajustament diàdic com una avaluació subjectiva i global de la relació de parella (Artigas, 2017).

En la literatura s'han emprat altres termes com felicitat, benestar de la relació de parella, èxit, satisfacció, etc. per a referir-se al mateix concepte (Spanier i Lewis, 1980). En concordança amb aquestes consideracions, en la present investigació s'utilitzarà el terme ajustament diàdic de la relació de parella, entès com l'avaluació subjectiva de cada membre de la parella respecte la valoració de llur relació. Tanmateix es poden emprar altres termes en haver sigut aplicats en altres estudis dins aquest àmbit.

Un dels predictors de la satisfacció en la parella i per tant d'un bon ajustament diàdic, és la satisfacció sexual tal com apunten Fallis, Rehman, Uzma, Woody i Purdon (2016). Degut a aquest fet se suggereix que la pràctica swinger acordada per la parella pot repercutir en una més bona relació de parella i de retruc en un bon ajustament diàdic. La satisfacció sexual està també relacionada amb la comunicació sexual (és a dir, com es comuniquen els desitjos i necessitats en l'àmbit de la sexualitat entre els membres de la parella). Tal com suggereixen Cupach i Comstock (1990) la comunicació sexual satisfactòria condueix a la satisfacció sexual, de manera que aquesta al seu torn intervé en la millora de l'ajustament diàdic. Cal però, tenir present que també es pot donar un bon índex de satisfacció sexual i satisfacció de parella en relacions amb mala comunicació (Litzinger, Coop, i Gordon, 2005, citats a Dumitrescu i Rusu, 2012)

Un altre aspecte rellevant en la relació de parella és la sensació d'intimitat (Yoo, Bartle-Haring, Day, i Gangamma, 2014). La intimitat al seu torn, segons els autors, està relacionada

estretament amb la comunicació, així doncs una comunicació fluïda és també un factor rellevant en la satisfacció de parella, i aquest aspecte es pot relacionar directament per exemple amb la cohesió diàdica i també en el consens en la parella.

S'observa doncs que un factor també transcendental és la comunicació i per això és un dels conceptes en que ens cal aprofundir per a conèixer la relació de parella. El paper de la comunicació en la parella ha sigut objecte d'estudis des de fa més de 40 anys (Sánchez Aragón i Díaz Loving, 2003). Part d'aquests estudis s'han orientat a cercar patrons de comunicació de manera que s'ha arribat a catalogar el que s'anomena estils comunicatius, que són estils característics de les parelles a l'hora d'establir la comunicació entre els seus membres.

L'estudi dels patrons comunicatius ha aportat diferents categories en funció del focus d'atenció que es prengui. En el cas de parelles se solen relacionar amb l'estrès en la parella, la satisfacció marital o els conflictes maritals existents (Montes-Berges, 2009).

Hi ha divisió respecte al que correspondria amb l'estil individual i amb l'estil de parella, entenent que els membres d'una parella han d'acceptar les diferències entre sí mateix i el cònjuge, adaptant-se l'un a l'altre (Mitchell, 1982, citat a Armenta Hurtado i Díaz-Loving, 2008). En aquest sentit Campo (2014) destaca la necessitat de flexibilització en els patrons relacionals. Altres autors suggereixen que l'estil comunicatiu de la parella reflexa el seu grau de satisfacció conjugal y la seva longevitat (Norton, 1988, citat a Armenta Hurtado i Díaz Loving, 2008).

Es considera en aquest treball especialment rellevant la proposta de tres estils bàsics de comunicació en la resolució de conflictes proposats per Christensen (1988) citat per Chi, Epstein, Fang, Lam i Li (2013): comunicació mútua constructiva, comunicació de demanda i retirada i comunicació d'evitació i retenció. En la comunicació constructiva els dos membres de la parella s'expliquen mútuament les sentiments i necessitats, adopten el punt de vista del altre i negocien punts en comú. Els altres dos estils comunicatius es refereixen a quan un busca la comunicació en termes de trobar solucions i l'altre l'evita o intenta acabar-la l'abans possible (demanda-retirada) i quan ambdós eviten les discussions sobre fets importants per la parella de manera que hi ha certa retenció de sentiments (comunicació d'evitació i retenció). Segons Chi et al. (2013) hi ha evidències de correlació positiva entre la satisfacció amb la parella i l'estil constructiu de comunicació. En estudis posteriors s'ha emfatitzat el paper de l'empatia i de la construcció constructiva en la gestió de conflictes com a factors significativament relacionats amb la satisfacció en les relacions de parella (Christensen et al., 2004; Hanzal i Segrin, 2009; Jacobson, Christensen, Prince, Cordova i Eldridge, 2000; Perrone-McGovern et al., 2014).

Altres estudis mantenen la categoria demanda-retirada, però canvien parcialment les tipologies, afegint estil comunicatiu positiu, estil comunicatiu negatiu i estil orientat a solució de problemes (Baucom et al. 2007). Com s'ha dit, però, s'estima més interessant la proposta feta amb tres tipologies, tot i que caldria afegir l'estil de comunicació negatiu que suposaria que cap dels dos membres eviti les discussions però ambdós les afronti de manera negativa (amb agressivitat verbal, sense tenir en consideració el punt de vista del altre, entre d'altres) Fet que correspondria, com s'explica a continuació, amb un estil d'afrontament dels conflictes competitiu (Greeff i De Bruyne, 2000).

Cal tenir present que quan es parla de comunicació es parla tant de comunicació verbal com no verbal, tenint present que la comunicació no verbal es considera més rellevant per a la satisfacció en la relació, sent específicament transcendent l'entonació efectuada i percebuda durant les converses (Armenta Hurtado i Díaz-Loving, 2008; Seikkula i Trimble, 2005).

Segons la teoria de Campo (2014) els conflictes que presenten les parelles poden ser de tipologia diversa tant des d'un punt de vista de contingut com de grau de dificultat que representen. Alguns problemes poden ser definits explícitament per la parella però altres només poden ser observats de manera indirecta a través de comentaris o accions que posen en relleu desacords. Justament l'autora assenyala que aquests conflictes implícits són molt rellevants en tant que poden afavorir situacions d'estancament en la parella i generen malestar.

Campo (2014) planteja la tipologia de conflictes que poden presentar les parelles en funció del nivell de dificultat que comporta i ens orienta respecte al pronòstic i viabilitat de la parella:

- Tipus A: Desajustament en la organització de la convivència

Són els més comuns i solen tenir més rellevància al inici de la convivència que responen al ajustament de rutines i costums diverses en aspectes pragmàtics. Solen ser de tipus explícit i al menys un dels dos membres de la parella els defineix com a problema (Campo i Linares, 2002).

- Tipus B: Diferències en la comunicació i resolució de conflictes

Es produeixen quan hi ha comunicació disfuncional. Es pot observar a través de diversos fenòmens, entre ells la dificultat per articular canals de comunicació verbals i gestuals i reconèixer que la seva gestió de la comunicació respon a codis personals, familiars i culturals, sent ambdues igual de legítimes. Hi ha parelles on predomina la idea que no cal expressar el què es precisa perquè l'altre ho ha de saber. En altres pot ser la dificultat d'harmonitzar els estils de resolució de conflictes. Segons Gottman (2011) hi ha tres estils de resolució de conflictes:

Convalidant: quan un dels membres de la parella se sent còmode emprant les seves habilitats verbals per convèncer l'altre.

Explosiu: quan un dels membres de la parella ha après a resoldre les dificultats a través de la mostra vívida i explosiva de les seves emocions de manera que l'altre cedeixi.

Evitatiu: quan un dels membres de la parella tendeix al silenci i la desconnexió emocional per no encarar el conflicte.

Cada modalitat té el seu moment d'utilitat. Es converteixen en un problema quan s'empren de manera rígida i polaritzada per cada membre de la parella. També és interessant conèixer com acaben les discussions i que fan per a reconciliar-se. Un aspecte molt important és veure si hi ha rancúnia en la vida de parella, ja que pot afectar a la viabilitat de la parella, ha que això sol ser degut a l'acumulació de greuges o un enfrontament intens insuficientment elaborat (Campo, 2007).

- Tipus C: Desacords respecte a la definició de la relació

Recull els desacords en els aspectes més bàsics de la relació. Concretament aquells aspectes que connecten amb les expectatives per a cada membre de la parella en relació al significat de ser una parella. És un tipus de conflicte que no sol ser conscient ni explícit en la major part de casos. Com indica Sager (2009), cada membre de la parella aporta un contracte no escrit on es relacionen les expectatives i promeses tant conscients com inconscients. Aquest contracte és exclusiu en cada parella i canvia amb el temps en funció de la influència de diversos factors tant interns com externs. El problema sorgeix quan ambdós membres de la parella subscriuen un contracte diferent en relació a aspectes bàsics de la relació o quan l'evolució divergent i incompatible de les necessitats de cadascun ho tornen inviable.

Els desacords bàsics en relació a la definició d'una relació es produeixen entorn els tres pilars fonamentals en una relació de parella (Campo i Linares, 2002):

El vinde afectiu: Entès com el tipus de vinculació afectiva que cerca cada membre. Sent importants la distància emocional desitjada en base a les necessitats pròpies de pertinença i diferenciació, l'establiment d'una relació total o parcial, i l'exclusivitat o fidelitat en relació a tercers (sent aquest aspecte molt rellevant en les relacions que interessin en aquest treball, atès que es precisa d'una mateixa visió d'obsertura a tercers per a que una parella swinger sigui viable)

El tipus de jerarquia interna: El tipus de jerarquia en quant a gestió del poder proposat per a cada membre. Es poden observar dues tipologies de desacord: l'absència d'alternança en els patrons de simetria i complementarietat, el què implicaria una excessiva rigidesa en els

mateixos i la polarització rígida d'expectatives al voltant del poder per part de cada membre de la parella (Linares i Campo, 2000).

Els projectes bàsics que s'esperen realitzar en el present i futur: Justament els projectes de futur són un indicador de la consolidació de la relació com a parella estable. Una primera dificultat en el consens de projectes bàsics sol ser en torn al establiment d'un compromís de futur (Campo, 2007), però també s'inclouran aquí aspectes com la futura paternitat, entre d'altres.

Centrant-nos en els diferents estils de resolució de conflictes, un altre model de classificació és el desenvolupat per Thomas (1976) citat per Greeff i De Bruyne (2000). Aquest autor va considerar cinc modes de gestió de conflictes d'acord amb dues dimensions: assertivitat (entesa com a que intenta satisfer les preocupacions pròpies) i cooperativitat (entesa com a intent de satisfer les preocupacions de l'altre). Els models es defineixen en els següents estils d'afrontament individual segons Greeff i De Bruyne (2000):

- Competitiu: és l'estil assertiu i no cooperatiu, generant arguments de guanyar o perdre.
- Col·laboratiu: és assertiu i cooperatiu alhora, se situa en un marc d'orientació a la solució de problemes.
- Compromès: és una proposta intermitja, que també és cooperativa i assertiva en nivells menys elevats que en el cas col·laboratiu.
- Evitatiu: no hi ha ni assertivitat ni cooperació, de manera que s'eviten els conflictes evitant prendre posició i no es resolen.
- Acomodatiu: és un estil que combina la cooperació amb no assertivitat, per tant es cerca que la parella estigui bé per tal de preservar l'harmonia.

L'estil competitiu és el que s'associa a menys satisfacció en la parella, mentre que el col·laboratiu és el que obté més bons resultats (en ambdós casos tant si són els dos membres de la parella que tenen l'estil d'afrontament indicat com si és un sol membre). Segons Greeff i De Bruyne (2000), també hi ha la possibilitat que les parelles tinguin estils diferenciats però complementaris (per exemple evitatiu i competitiu). De fet, assenyalen que en la majoria de casos l'estil d'afrontament de conflictes difereix en ambdós membres de la parella a excepció de quan l'estil és col·laboratiu on usualment ambdós membres tendeixen a les mateixes estratègies.

Un punt important en l'afrontament de conflictes és la consciència en relació a preses de decisions significants en el decurs de la parella. Hi ha casos en què hi ha la percepció que no es poden variar els esdeveniments i un se sent "endut per la corrent" o com ho anomenen

alguns estudis “lliscant” -*sliding*- (Stanley, Rhoades, i Markman’s, 2006, citat a Mannarini, Balottin, Munari, i Gatta, 2016), així hi ha persones que llisquen enlloc de decidir, com una manera d’evitar el conflicte. Aquest estil d’afrontament pot ser especialment perillós per la estabilitat de la parella si es dona en el marc d’una relació no monògama, degut a que pot veure’s involucrat per manca de decisions en situacions altament disruptives emocionalment.

Arribats a aquest punt, destaquem la manca d’estudis realitzats que contemplin aquestes variables relacionals, com són la satisfacció, els patrons comunicacionals i els estils d’afrontament de conflictes, en parelles swinger. El coneixement en profunditat de les dinàmiques relacionals d’aquestes parelles pot tenir una clara aplicabilitat clínica en el camp de la teràpia de parella.

Objectius

L'objectiu general d'aquest estudi és explorar, des d'una perspectiva relacional, els patrons de comunicació, els estils en la resolució de conflictes i la satisfacció en una parella swinger. Com a objectius específics es fixen els següents:

1. Avaluar les dinàmiques relacionals presents en la parella swinger, en termes de patrons de comunicació, estils de gestió de conflictes i satisfacció.
2. Estudiar qualitativament des de la perspectiva de la pròpia parella, si hi ha hagut canvis en les seves dinàmiques relacionals, arrel de l'entrada al món swinger.
3. Comprendre quines són les tipologies de conflicte més prevalents en la parella i quines són les estratègies a l'hora de resoldre aquestes dificultats.

Tenint en compte aquests objectius i destacant l'escàs nombre d'investigacions prèvies en aquest àmbit i especialment en el nostre entorn cultural, ens plantegem temptativament les següents hipòtesis:

1. La parella swinger presentarà un elevat ajustament diàdic, el qual estarà relacionat amb un estil constructiu de comunicació i amb un estil col·laboratiu en la resolució de conflictes.
2. Les parella swinger percebrà que les seves dinàmiques relacionals, tant en termes de satisfacció com d'estil en la comunicació i resolució de conflictes, han canviat un cop s'han iniciat en aquest estil de relació.
3. Les relacions íntimes amb altres persones, presents en les relacions swinger suposaran una situació potencialment conflictiva, i aquest serà un dels principals motius de conflicte que hauran d'haver gestionat com a parella.

Mètode

Disseny

L'estudi de cas que es presenta està basat en un disseny de metodologia mixta, que incorpora dades de tipus quantitatiu (a través de la informació obtinguda en els qüestionaris d'autoinforme) i de tipus qualitatiu (a través de les transcripcions de l'entrevista realitzada a la parella). Pel que fa a les dades qualitatives es realitzà un estudi descriptiu de caràcter fenomenològic.

Participants

L'estudi es focalitza en una parella que ha realitzat un recorregut personal a través de la seva obertura a la sexualitat amb terceres persones, des d'una relació monògama convencional a afegir terceres persones, establir-se com a parella swinger i posteriorment obrir la relació.

Es tracta d'en Joan i l'Ana (noms ficticis per tal de preservar-ne la identitat) de 50 i 48 anys respectivament residents a Barcelona. Tenen dos fills de 18 i 15 anys, es varen conèixer a la Universitat quan ambdós cursaven estudis de Biologia, un any després aproximadament d'haver-se conegut varen iniciar la relació. Van anar a viure junts poc temps després de constituir-se com a parella i no han arribat a formalitzar-la mai en forma de matrimoni. En l'actualitat ambdós treballen d'administratius, ell en l'àmbit sanitari i ella en l'universitari. Es troben en un moment delicat com a parella degut a problemes de comportament del seu fill petit.

Instruments

Escala d'Ajustament Diàdic (EAD; Spanier, 1979; adaptació espanyola de Cáceres, 1996)

L'Escala d'Ajustament Diàdic (EAD), adaptació espanyola de Cáceres (1996) de la Dyadic Adjustment Scale (DAS; Spanier, 1979) és un instrument auto-administrat que consta de 32 ítems que medeixen la percepció d'ajustament diàdic de cada membre de la parella.

En concret, avalua quatre dimensions de l'ajustament diàdic que al seu torn formen les quatre subescales de l'instrument: *Consens* o grau d'acord en la parella en aspectes importants de la relació (13 ítems), *Cohesió* o grau d'acord en que la parella s'implica en activitats conjuntes (5 ítems), *Satisfacció* en relació al moment present de la parella i al seu grau de compromís en continuar la citada relació (10 ítems) i *Expressió de l'afecte* o grau en que la parella està satisfeta amb l'expressió de l'afecte dins la relació i amb la satisfacció que deriva de la relació sexual (4 ítems).

La puntuació de cada subescala s'obté de la suma dels ítems que la componen, resultant la suma d'aquestes en la puntuació global de l'ajustament diàdic que oscil·la entre 0 i 151. Les puntuacions més elevades són indicatives d'un major grau de satisfacció en la relació de parella i a la inversa. Cáceres (1996) en la seva adaptació de l'escala a la població espanyola va establir la puntuació de 100 com a punt de tall per a discriminar les parelles harmòniques. L'escala presenta una excel·lent fiabilitat mitjançant un coeficient d'alfa de Cronbach de 0.92 com a indicador de consistència interna.

Qüestionari de Patrons de Comunicació (CPQ; Christensen i Sullaway, 1984; Christensen, 1988).

El Qüestionari de Patrons de Comunicació (CPQ; Christensen i Sullaway, 1984; Christensen, 1988) recull les percepcions individuals dels patrons de comunicació diàdica d'una persona amb la seva parella tal com explica Montes-Berges (2009). L'escala original es composava de 35 ítems que van ser reduïts a 28 per Christensen (1988) citat a Montes-Berges (2009). S'avalua les percepcions de la persona que contesta sobre els propis patrons i els del seu company/a en relació una estratègia de demanda o petició i retirada quan discuteixen problemes de la relació, de manera que en cada ítem es proposa una estratègia centrada en ella o en el seu company o ambdós (havent casos simètrics "rendició mútua" o complementaris "la teva parella amenaça i tu cedeixes") i es puntua en una escala de 9 alternatives de resposta des de "gens possible" a "molt possible".

Els ítems s'agrupen en 3 subescales: *comunicació constructiva mútua* (5 ítems), *evitació/retirada mútua* (5 ítems) i *demanda/retirada* (18 ítems). L'escala de demanda/retirada està composta per ítems complementaris, segons sigui la persona que realitza el qüestionari o la parella la que realitza l'acció de retirada (Montes-Berges, 2009).

Cal assenyalar però, que no tots els ítems del qüestionari es troben implicats en aquests tres factors, com assenyalen Noller i White (1990) citat a Montes-Berges (2009) hi ha 4 factors que impliquen tots els ítems del qüestionari: coerció, mutualitat, estrés post-conflicte i procés destructiu. La de procés destructiu coincideix amb la de demanda/retirada, mentre que les altres tres són resultat de part o barreja de les subescales originals. Estudis australians (Penn, 2002, citat a Montes-Berges, 2009) han trobat que l'alfa de Cronbach per les subescales del CPQ varia de $\alpha = .62$ a $\alpha = .84$.

Procediment

El primer pas fou decidir els criteris d'inclusió mostrals per a escollir la parella adequada per a l'estudi i establir una estratègia de cerca. S'estimà adequat que un dels criteris d'inclusió fos que es tractés d'una parella consolidada, amb un mínim de deu anys de relació (amb prou història de parella per haver viscut crisis en la relació atès que un dels aspectes a explorar és l'estil de resolució de conflictes). Per altra banda també es considerà important que haguessin tingut un temps previ a la decisió de convertir-se en swingers com a parella convencional atès que un dels objectius de l'estudi cerca analitzar els possibles canvis en la dinàmica relacional degut a l'entrada en el món swinger.

El reclutament de la parella es feu a través de xarxes socials específiques del món swinger, es va decidir posar anuncis a diferents xarxes explicant l'estudi que es volia realitzar. De les parelles que es varen mostrar interessades algunes van decidir desestimar la invitació a formar part de l'estudi per reticències a ser gravats, finalment s'escollí una parella que complia els requisits inicials establerts com a criteri d'inclusió.

Un cop reclutada la parella es va decidir un dia per a tenir l'entrevista de valoració i exploració de les seves dinàmiques relacionals, es va escollir un espai neutre per a tots, on es poguessin sentir còmodes. Així se'ls va deixar escollir el lloc que fou una cafeteria amb un espai de sofàs en un matí amb poca concurrència. En primer lloc es va explicar amb més profunditat l'estudi que es volia dur a terme i es va demanar que cada membre de la parella signés el Consentiment Informat (veure Annex A: Consentiment Informat) en el que es formalitza el procediment de col·laboració. Amb especial rellevància sobre el tractament anònim de les dades i confidencialitat segons la Llei Orgànica de Protecció de dades 15/99

LOPD, així com l'ús exclusiu d'aquests per a finalitats científiques i/o docents a més de la possibilitat d'abandonar l'estudi en qualsevol moment.

Posteriorment, els dos membres de la parella varen respondre individualment els qüestionaris autoinforme escollits, l'Escala d'Ajustament Diàdic (EAD; Spanier, 1979, adaptació espanyola de Cáceres, 1996) i el Qüestionari de Patrons de Comunicació (CPQ; Christensen i Sullaway, 1984, adaptació espanyola per Montes-Berges, 2009).

Posteriorment l'exploració de la història de parella, es va dur a terme a partir de l'entrevista semiestructurada desenvolupada en el present estudi (veure Annex B: Protocol d'entrevista semiestructurada per a parelles swinger). Aquesta entrevista es va elaborar a partir del protocol creat per Montesano, Izu i Campo (2018). Prenent de model l'entrevista destinada a la història de parella i ètica relacional, ja que és la que s'endinsa més en el desenvolupament de la relació i les seves dinàmiques, s'ha obviat la part de la demanda atès que en el nostre cas treballem amb una parella no clínica que s'ha ofert a formar part de l'estudi, i s'ha afegit aspectes específics que no sorgeixen en el protocol prèviament esmentat (Montesano, Izu, Campo, 2018). Concretament s'ha estimat oportú aprofundir en el com i perquè s'ha escollit aquest estil de vida, així com la visió de la parella sobre els canvis i què ha suposat l'entrada al món swinger per a ells, alhora que s'explora quins conflictes ha generat i com s'han gestionat. Les preguntes com correspon a una entrevista semiestructurada són força obertes i adaptables al transcurs de la conversa podent-se variar en funció de la parella. La sessió va tenir una durada aproximada de 90 minuts.

Aquesta començar l'entrevista que fou gravada en àudio mentre es prenen notes en relació especialment al llenguatge no verbal (anotant el moment) amb la intenció de completar la transcripció amb posterioritat. S'escollí la gravació exclusivament en àudio per comoditat en relació als entrevistats, sent menys invasiu per a ells.

Finalitzada l'entrevista es procedí a la transcripció de la mateixa per a poder dur a terme posteriors anàlisis. Es va realitzar un anàlisi temàtic del contingut de l'entrevista, seguint el procediment descrit per Braun i Clarke (2006).

L'anàlisi temàtic busca la cerca de patrons dins les dades qualitatives, posant en relleu la visió subjectiva dels entrevistats sobre les qüestions tractades (Braun i Clarke, 2006). La perspectiva dels entrevistats és d'especial rellevància en aquest treball ja que un dels objectius se circumscriu en la visió de la parella sobre si mateixa per a analitzar si hi ha hagut al seu parer canvis en les dinàmiques relacionals arrel de l'entrada en el món swinger, sent doncs un dels motius principals d'escollir aquesta tècnica. Un altre aspecte rellevant en els objectius és detectar quines tipologies de conflicte són més prevalents en parelles amb aquest estil de vida,

sent l'anàlisi temàtic una bona eina per a detectar els esdeveniments que es poden relacionar amb aquest ítem. Dins les avantatges de l'anàlisi temàtic s'inclou la facilitat d'ús, així com la capacitat de sintetitzar grans volums de dades (Braun i Clarke, 2006), ambdues cabdals en la realització de l'anàlisi d'una entrevista d'una hora i mitja que inclou una quantitat important de dades a analitzar en un temps relativament curt.

Tenint en compte els objectius la cerca de temes s'ha focalitzat en els tres grans ítems de comunicació, gestió de conflictes i satisfacció cercant en especial aquelles referències temàtiques a la influència de la seves vivències un context swinger i als canvis observats. Amb aquesta prerrogativa s'ha procurat una extracció de continguts relacionats amb els objectius del treball per tal de extreure'n temàtiques que sorgien en la conversa i adscriure-les en algun dels punts d'interès per després cercar com es relacionaven els diferents temes entre si, aportant una visió general de les dinàmiques relacionals de la parella i com s'han vist influenciades per l'entrada en el món swinger.

Resultats

En referència al **primer objectiu** plantejat en l'estudi, avaluar les dinàmiques relacionals d'una parella swinger, en termes de patrons de comunicació, estils de gestió de conflictes i satisfacció, els qüestionaris d'autoinforme subministrats ens proporcionen informació al respecte.

Els resultats en l'Escala d'Ajustament Diàdic de Spanier (1979) adaptat per Cáceres (1996) mostren una parella harmònica en tant que els dos superen el punt de tall de 100 punts, i no superen els 125 punts que podria ser indicatiu de problemes d'idealització. En la Figura 1 es mostren els resultats totals i també els obtinguts en les diferents subescales, on s'observa també la coincidència entre els dos membres en pràcticament tots els aspectes, a excepció de la satisfacció (amb una diferència neta de 10 punts), sent el Joan el que millor ha valorat totes les àrees.

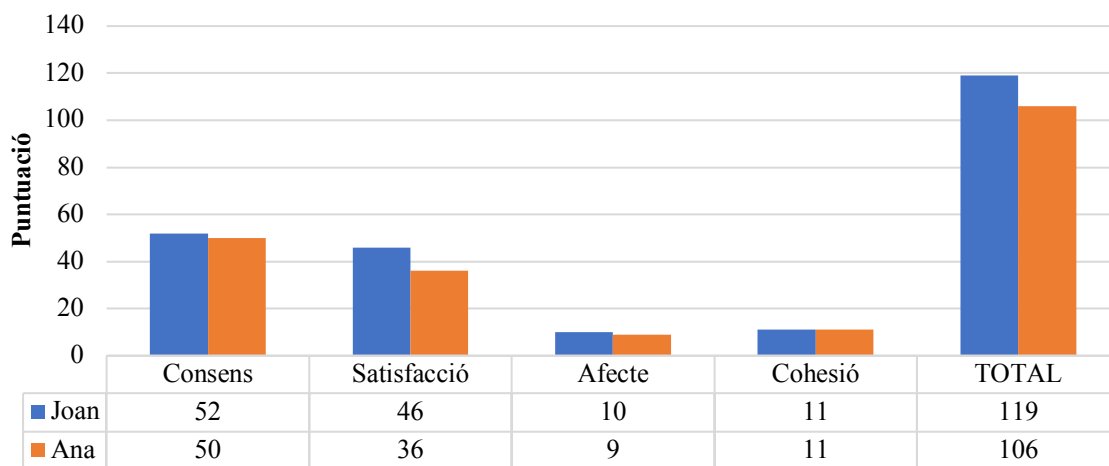


Figura 1. Puntuacions de la parella en l'Escala d'Ajustament Diàdic (EAD)

Els resultats del Qüestionari de Patrons de Comunicació (CPQ; Christensen i Sullaway, 1984, adaptació espanyola per Montes-Berges, 2009) mostra una parella on la comunicació constructiva mútua té un pes elevat, com indica que ambdós membres se situïn per sobre la mitja, més destacadament en Joan, i els components d'evitació i cessió són menors que en la majoria de parelles. Els valors d'agressivitat que mostra l'Ana són de caràcter exclusivament verbal i centrat en si mateixa (ítem 16: *"Tu tiendes a usar la agresividad verbal"*) mentre que el Joan ha assignat el mínim en els ítems que ho avaluen, a excepció de l'apreciació sobre la agressivitat verbal de la seva parella que ha valorat amb un 2, molt per sota de com es percep l'Ana a si mateixa (amb un 5).

La resta d'ítems mostren força concordança entre si en termes de complementarietat, amb alguna excepció en quant a intensitat d'apreciació. Per exemple si analitzem els ítems 12 i 13 (*"Tú tiendes a usar los sentimientos y tu pareja tiende a usar la lógica"* i *"Tu pareja usa los sentimientos y tú tiendes a usar la lógica"*) ambdós coincideixen en que en Joan empra més la lògica (ell posa 1 punt en l'ítem 12 i l'Anna 2 punts en el 13). En canvi en sentit contrari els dos pensen que l'Anna fa més ús dels sentiments, però en Joan li posa més intensitat (l'Anna es puntua amb 5 punts en l'ítem 12, mentre en Joan n'hi atorga 8 en l'ítem 13), aquesta variabilitat en la intensitat fa que hi hagi petites variacions en els resultats globals d'ambdós.

Segons aquests resultats exposats a la Figura 2 en Joan i l'Ana tendeixen a la comunicació constructiva mútua com a patró predominant, també alhora de resoldre conflictes.

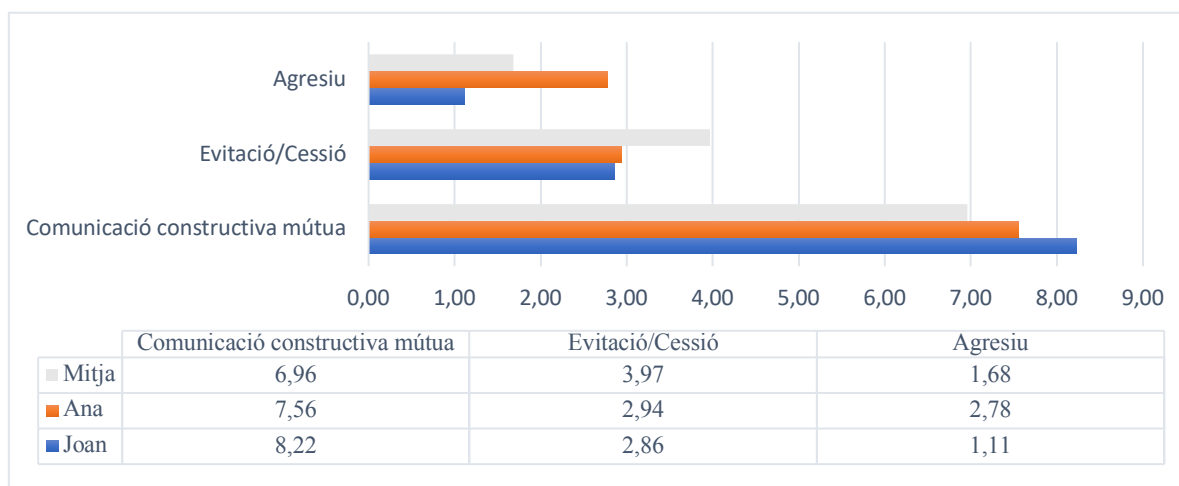


Figura 2. Resultats de la parella en el Qüestionari de Patrons de Comunicació (CPQ)

En relació al **segon objectiu**, estudiar qualitativament des de la perspectiva de les pròpies parelles si hi ha hagut canvis en les seves dinàmiques relacionals arrel de l'entrada al món swinger, s'ha dut a terme l'anàlisi temàtic del contingut de l'entrevista semiestructurada, tant en termes de satisfacció, gestió de conflictes i comunicació. D'aquesta forma, ha estat possible contrastar la narració de la parella en l'entrevista amb la informació obtinguda en els qüestionaris d'autoinforme que avaluen aquestes variables, valorant també els canvis observats per ells en les seves dinàmiques relacionals.

Dins els elements que s'han inclòs en l'anàlisi de l'entrevista s'inclouen les tipologies de conflicte més predominants i com els ha fet front la parella, per tal d'assolir el **tercer objectiu** de l'estudi, com és comprendre quines són les tipologies de conflicte més prevalents en les parelles i quines són les estratègies a l'hora de resoldre aquestes dificultats.

Tal com indiquen Braun i Clarke (2006) el primer pas de l'anàlisi tracta de ressaltar en el contingut de la narració de la parella aquells elements que evoquen alguna relació amb les categories d'interès per veure quines temàtiques sorgeixen entorn els diferents elements que es volen analitzar.

La narració de la parella va evocar un conjunt d'unitats d'anàlisi d'interès pel nostre estudi, com va ser la **comunicació**, la **gestió de conflictes**, els **típus de conflictes** i la **satisfacció**.

Com a primera unitat d'anàlisi, a la narració de la parella trobem aquells conceptes i categories que tenen a veure amb els significats que cadascun atorga a la seva **comunicació**. Per a la parella aquests conceptes són la "fluïdesa", els "no pactes", els "no límits": *No nos ponemos límite, es como si fueses propiedad de la otra persona y yo ese concepto no lo tengo* (Joan), la "comunicació no verbal", la "comunicació oberta", la "gestió interna", la

“comunicació al moment” i la “comunicació mútua”: “*es una decisión que tomas en pareja*” (Ana).

Com a segona unitat d’anàlisi, a la narració de la parella sorgeixen aquells conceptes i categories que es relacionen amb els significats que cadascun atorga a la seva **gestió de conflictes**. Per a la parella aquests conceptes són la “introspecció”, la “evasió”: “*yo no, yo salgo, me ayuda a no pensar*” (Ana), la “gestió positiva”, la “gestió interna”, el “parlar en fred”, la “escolta activa”, “l’empatia” i el “suport emocional”: “*yo llorando y él ahí consolándome*” (Ana).

Sorgeix una tercera unitat d’anàlisi amb dos categories que es relacionen amb el significat sobre la tipologia de conflictes que més han predominat segons la parella en la seva relació. Concretament són dos, la “gelosia”: “*él no ha tenido celos. Yo sí he tenido. Me ha permitido superar inseguridades, sentirme como mujer más atractiva. Cuando han pasado cosas como de celos y tal se ha solventado bien*” (Ana) i i “l’enamoramant”: “*surge algún sentimiento y ahí si que surge el conflicto. En ese momento si que lo pasamos mal.*” (Joan)

En quant a la quarta i darrera unitat d’anàlisi, sorgeix en la narració de la parella aquells conceptes i categories relacionats amb els significats que cadascun d’ells atorga a la **satisfacció** en referència a la seva relació. Per a la parella aquests conceptes són: la “compenetració”: “*con lo que te entiendes, es como si fueses otro yo, ¿no?*” (Joan), la “comprensió mútua”, la “confiança”, la “seguretat”, “l’equilibri”, la “llibertat”, la “complicitat”, el “cuidar-se”, “l’atracció”, la “complementarietat”, la “sinceritat”, el “creixemet personal”, el “creixement conjunt”, la “reafirmació”: “*Si, si. Si que tu estás con él porque quieres y que ves que el sexo que tienes es de calidad y que la relación que tienes es buena, ¿no?*” (Ana), la “sexualitat” i la “diversió”. (Veure Annex C: Taula amb diferents fragments transcrits i categories d’aquesta primera fase de l’anàlisi).

A través d’aquesta anàlisi més transversal en tota la transcripció es destaquen aquells temes que es van considerar claus en relació a l’objecte d’estudi, la consideració de tema clau no està feta només en base a la prevalença en la conversa sinó que la elecció també ha estat condicionada pels elements d’interès per a la investigació així com la intensitat en la explicació. Un cop analitzada l’entrevista han sorgit diversos temes i subtemes interrelacionats amb els grans focus de la investigació que s’han agrupat en un quadre relacional sorgit de l’anàlisi temàtic del contingut (veure Figura 3).

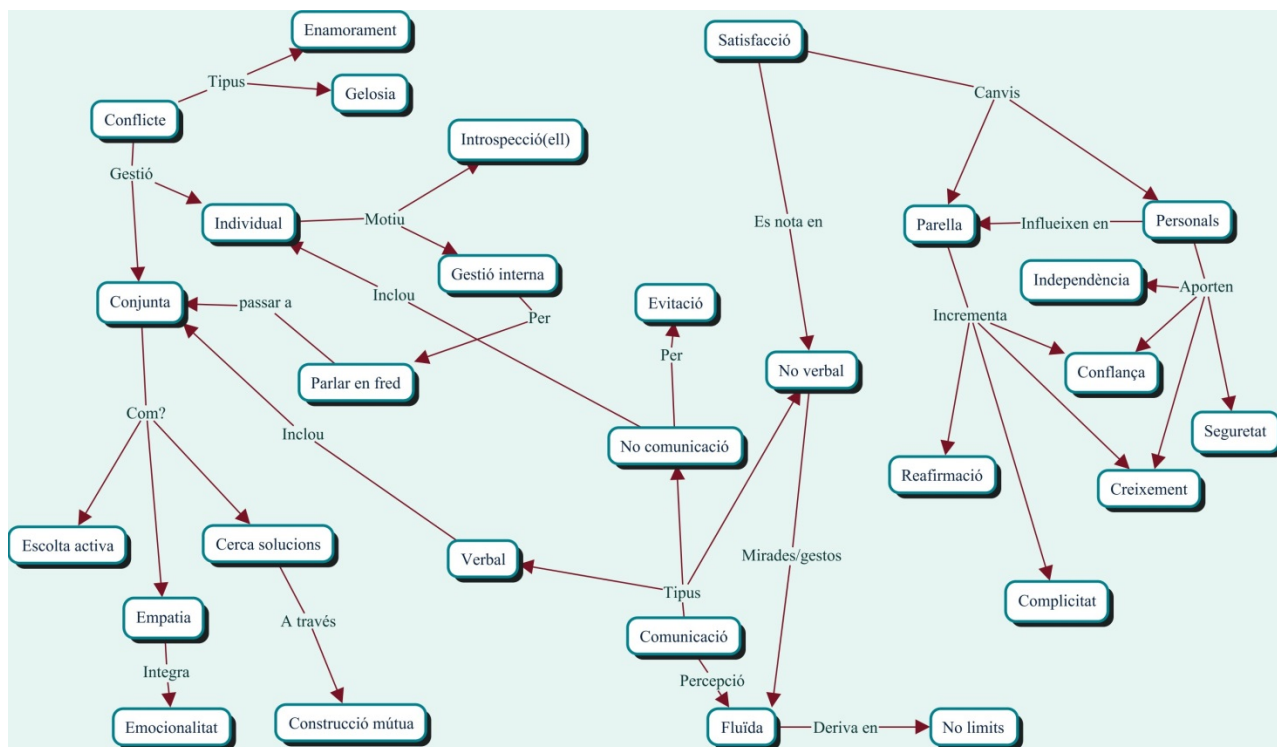


Figura 3. Quadre relacional de conceptes sorgit de l'anàlisi temàtic de contingut

A continuació es mostren alguns fragments de la conversa que aporten informació en relació als objectius d'investigació i quins temes s'han considerat rellevants segons el fragment com a mostra del procediment realitzat.

En el següent fragment se'ns mostra la percepció del Joan que l'entrada al món swinger ha provocat que la relació hagi millorat en **confiança** i **comprensió mútua**. Categories que s'han associat en l'anàlisi temàtic a la unitat de satisfacció. En la mateixa unitat de satisfacció aquest fragment assenjala la capacitat que dóna el fet de conèixer diverses parelles i poder compartir amb elles una intimitat que normalment no es dona en relacions convencionals ajuda a adonar-se de en quin punt s'està amb la parella, que en el cas d'ells aporta **reafirmació**.

Joan: Abres la relación en el sentido de ... te entra un poco de más cosas y de entenderte más, te abre otra expectativa a relacionarte con otra gente pero que te aporta un poco más confianza con la persona que estás

[...]

Joan: Valoras a tu pareja y la pones en un punto. Colocas un poco tu relación de pareja en que punto está. [...] Si claro por comparación con las otras personas objetivamente o científicamente entre comillas como que te da un punto de como es tu relación. Si que lo identifico así como digamos...

Ana: ¿que bien estamos, no, quieres decir?

Seguint amb els canvis que ha ocasionat en la dinàmica de parella l'entrada al món swinger, l'Ana assenyala que en una relació convencional ella creu que hagués perdut l'interès en mantenir-se atractius, generant una **complicitat** que ella creu deguda a l'entrada en el món swinger. Alhora es posa en valor per a ella com un valor de **satisfacció** de parella, i per tant dins aquesta unitat d'anàlisi, no només la **complicitat**, sinó el **cuidar-se**, i l'**atracció** i també la **confiança** i la **seguretat** en un mateix i en la parella.

Ana: el hecho de decir vamos a una fiesta, luego al igual no haces nada, no? pero es como una complicidad que se crea ahí [...] en el fondo lo que quieres es que tu pareja sea atractiva, disfrute da igual si es para ti o no. Hay más atracción que en otras parejas que se abandonan más en el sentido de que total si ya lo he visto en bata y en zapatillas, no... [...]

Joan: te da más confianza en ella misma y en la pareja

En la narració de la parella van seguir sorgint conceptes que ja s'havien perfilat en altres fragments (**reafirmació**, **confiança**) i altres com **sinceritat**, **complementarietat** i **llibertat**. Molts d'aquests conceptes sorgien en el marc de la **comunicació** i en la **satisfacció de parella**, sent tots ells positius en quant a l'autoconcepte de la parella i també en relació a la seva evolució considerant l'entrada al món swinger, sent la valoració totalment positiva en aquest aspecte (veure Annex D: Fragments de la sessió exemplificadors dels conceptes sorgits de l'anàlisi temàtic).

Joan: mantienes la individualidad de cada uno e incluso la aumenta vaya que... [...], o sea, la confianza ésta que te da casi al 100% no de...o sea que no tienes que esconder nada en principio así, no

Ana: Si, la sinceridad supongo. [...] Y que también si tu creces como persona también creces como pareja porque va un poco como conjunto. Tu sabes que quieres estar con esa persona, porque es esa persona, no porque no tienes otra opción.

És destacable que revisant la seva valoració positiva en relació a l'entrada en el món swinger es dona integrant les experiències negatives, la seva percepció és que la suma ha estat positiva degut a l'aprenentatge que els ha aportat, sorgint en la valoració conceptes com **diversió** i **creixement personal**. Tal com s'observa en el fragment següent (veure Annex D: Fragments de la sessió exemplificadors dels conceptes sorgits de l'anàlisi temàtic.)

*Ana: Yo creo que nos lo hemos pasao muy divertido
[...]*

Blanca: Cambiaríais algo?

Ana: tampoco nos ha pasado algo tan malo como para cambiarlo. En aquel momento igual dices sí, lo cambiaría, pero visto a nivel general no dejan de ser anécdotas

[...] yo creo que a mi me aportó más eso a nivel personal

En relació al tercer objectiu fixat sorgiren dos grans tipus de conflicte de parella, ambdós deguts a la presència de terceres persones en la relació: la **gelosia** i l'**enamorament**. La gelosia només l'ha experimentat l'Ana, requerint d'una gestió més individual, amb treball d'autoconsciència, en canvi l'enamorament l'han experimentat tots dos, sent la gestió del conflicte molt més complexa i abordada per ambdós membres de la parella. Durant la sessió, es va percebre com l'enamorament del Joan fou de més intensitat i va fer trontollar l'estabilitat de la parella, cosa que no passà en el cas de l'enamorament de l'Ana (Veure Annex D: Fragments de la sessió exemplificadors dels conceptes sorgits de l'anàlisi temàtic).. La narració d'aquesta etapa de la seva relació inclou categories relatives a com perceben la **gestió de conflictes** i la **comunicació** de parella, com són la **comunicació oberta**, la **comunicació mútua**, i l'**empatia** i la **comprensió**. En la seva cerca d'una solució al conflicte, es plantejaren altres possibilitats de relació sorgint el concepte de poliamor, obrint la parella en l'aspecte sentimental, tot i que no es va arribar a dur a terme. Durant la reflexió sorgien també moments més emocionals, que dificultaven la comunicació directa, però alhora aportaven l'**empatia** necessària per entendre's més enllà de la racionalitat. Al llarg de la narració també varen comentar que anaren a una consulta amb una psicòloga, tot i que la seva experiència no fou molt bona, és important assenyalar-ho, ja que mostra la voluntat mútua de cercar una solució al conflicte.

Ana: Lo suyo fue más profundo en el sentido de que se enamoró más allá de lo que yo te estoy contando, sino de plantearse si irse con aquella persona o no, claro, entonces claro esto fue muy jodido

Joan: El caso es que yo pensaba, a ver tu puedes querer a una persona y porque solo tienes que estar dedicado a querer esa persona toda tu vida, ¿no? [...]

Ana: podías querer a dos personas a la vez, no si yo eso lo entiendo

Joan: se lo planteé a la chica ésta, [...]vaya que nos juntamos y lo hablamos y las dos en teoría estaban de acuerdo

Ana: bueno, bueno, fue de decir, claro como pasó ésto bueno pues la quiero conocer, ¿no? y entonces quedamos los tres y estuvimos hablando[...] como él realmente está diciendo que a mi me quiere y también te quiere a ti pues vamos a hacer la prueba de si esto se puede

[...]

Ana: bueno, si, en muchas cosas yo puedo estar dispuesta mentalmente pero luego emocionalmente a mi me creó bastantes problemas[...] o sea él estaba fatal la otra también llorando y yo le decía vete vete vete a consolarla porque ésta tía se va a morir. Y él igual, estaba llorando, o sea estaba fatal, ¿si o no?

[...]

Joan: y a parte pues en esa situación tu no entiendes al otro, pero claro cuando tu pasas por esa situación y te pasa un poco lo mismo, claro ya entiendes más lo que le pasaba al otro

En resum, de l'anàlisi temàtic sorgeix una imatge de la parella i de la seva relació que permet descriure-la com una parella amb un grau de satisfacció elevat i un bon autoconcepte de si mateixa, que afronta els conflictes a través del diàleg i la comprensió, amb una bona dosi de empatia i de reflexió combinant elements més racionals amb elements més sentimentals. Segons la seva història els conflictes més prevalents es relacionen amb terceres persones, sent la gelosia, però sobretot l'enamorament, els conflictes més importants als que han hagut de fer front. Des de la seva perspectiva, l'obertura de la parella a terceres persones i a altres parelles els ha proporcionat més cohesió, sentint-se lliures i independents però alhora segurs tant des d'un prisma personal com de relació, alhora que els ha permès reafirmar-se com a parella.

Discussió

En referència al **primer objectiu** que es referia a l'avaluació de les dinàmiques relacionals de la parella en termes de patrons de comunicació, estils de gestió de conflictes i satisfacció, els resultats ens indiquen que és una parella amb alts índex de satisfacció, com mostra el resultat en l'ajustament diàdic, segons l'Escala d'Ajustament Diàdic de Spanier (1979) adaptat per Cáceres (1996). La parella té un estil de comunicació predominantment associable a **comunicació mútua constructiva** segons Christensen (1988) citat a Chi et al. (2013), sent aquest l'estil predominant també en la resolució de conflictes. En la comunicació la parella destaca aspectes com la fluïdesa, la comunicació oberta, la comunicació al moment i la comunicació mútua com a categories que encaixen efectivament en els resultats del Qüestionari de Patrons de Comunicació (CPQ; Christensen i Sullaway, 1984, adaptació espanyola per Montes-Berges, 2009). Tots aquests elements s'imbriquen entre ells en una relació de causalitat múltiple així en aquesta parella s'observa com la comunicació fluïda influeix en la seva satisfacció tal com apunta Yoo et al. (2014), tot i que aquesta comunicació es dona en tots els àmbits és també notòria la capacitat comunicativa en l'àmbit sexual, que redunda al seu torn en satisfacció sexual (sorgint la sexualitat com a categoria des de la perspectiva de parella en la unitat d'anàlisi de **satisfacció**) i que també influeix en la seva satisfacció en termes de parella (Cupach i Comstock, 1990).

En termes generals, els resultats obtinguts corroboren la **primera hipòtesi** de treball, que apuntava a que la parella presentaria un elevat ajustament diàdic, relacionat amb un estil constructiu de comunicació i amb un estil col·laboratiu en la resolució de conflictes. La comunicació constructiva mútua entesa per Christensen (1988) citat a Chi et al. (2013) és concordant amb un estil col·laboratiu de resolució de conflictes segons Greeff i Der Bruyne (2000), doncs implica que al menys un dels dos és assertiu i comunicatiu alhora, situant-se en un marc de solució de problemes. La parella mostra aquesta voluntat de cerca de solucions a través de la comunicació i fent ús de l'assertivitat en especial en el moment en què sorgeix el conflicte més important que han viscut en la relació, l' enamorament d'en Joan d'una altra dona, tal com s'observa en les categories que sorgeixen de l'anàlisi temàtic d'aquell fragment (**comunicació oberta, comunicació mútua, comprensió i empatia**). La parella no només es fa costat en termes de comprensió i consol de l'altre sinó que cerquen com poden adaptar-se a la nova situació, incloent la tercera persona en la equació. Aquest apropament a l'altre,

explicant-se mútuament els sentiments i necessitats, adoptant el punt de vista de l'altre (**empatia**) i cercant els punts en comú és justament el què defineix la comunicació constructiva segons Christensen (1988) citat a Chi et al. (2013).

Pel què fa al **segon objectiu**, estudiar qualitativament des de la perspectiva de la pròpia parella si hi ha hagut canvis en les seves dinàmiques relacionals arrel de l'entrada al món swinger, la narració que fa la parella permet asseverar que hi ha hagut canvis en la relació degut a les seves experiències sexuals amb terceres persones, si més no, ells perceben que la seva relació no seria la mateixa actualment si no hi hagués hagut aquest component dins la relació de parella. En aquest sentit és especialment remarcable la **reafirmació** que sorgeix en la narrativa, exposant que les vivències swinger els posen en contacte de mode íntim amb altres parelles, conversant de temàtiques que no sorgeixen en contextos habituals, aquestes conversacions amb altres persones els fa poder contrastar més la seva relació, els aporta punts de referència, fet que els permet reafirmar-se com a parella. Per altra banda, el fet de poder tenir relacions sexuals amb altres persones, els dóna també la sensació d'estar realment amb qui volen estar, ja que són conscients que podrien estar amb qui volguessin, i que si estan amb la seva parella és per una decisió conscient, apareixent de nou aquest aspecte de **reafirmació**. També sorgeix la idea que després de 30 anys de relació, el fet de sortir i quedar amb més persones, els obliga a seguir-se **cuidant**, a estar atractius, fet que manté aquest **atractiu** per la parella. Per ells hi ha hagut també increment de **confiança** mútua, després de les vicissituds viscudes i una sensació de **llibertat** que estimen que una parella convencional no pot gaudir, en restar condicionat per les normes socials de la fidelitat. L'Ana destaca que ha canviat, ja que li ha donat més **independència** més capacitat d'actuar per si mateixa, així com **creixement personal** i això ha redundat en una millora també en la relació i en un **creixement de la parella**.

Quant a l'estil comunicatiu i de resolució de conflictes, contràriament al què comenten Kimberly i Hans (2017) no sembla haver tingut un canvi substancial, ja que en la narració dels seus inicis com a parella i de com van afrontar les primeres grans decisions, sorgeix ja un estil **fluid** i de **compennetració** que segueix present al llarg de la seva història de parella. Tanmateix si s'analitza amb més profunditat els canvis que ells creuen que ha provocat l'estil de vida swinger en la seva relació, és a dir, les diferències que creuen que tenen amb "parelles convencionals" sí que es pot deduir que hi ha influències en la seva dinàmica actual. En aquest sentit la confiança mútua que indiquen que ha incrementat arrel de l'entrada en el món swinger és un paràmetre influent en la comunicació, fent que la sinceritat flueixi d'una manera més clara, amb la certesa que l'altre t'escollarà. Per altra banda la llibertat que senten que tenen els

fa tenir una comunicació més constructiva, no havent un dels dos que se situï en posició de superioritat vers a l'altre.

La **segona hipòtesi** es valida parcialment, en tant que si bé no perceben canvis en relació a l'estil comunicatiu i de resolució de conflictes, sí que s'adonen que la seva relació és diferent al què podria ser en termes de **satisfacció**. Sent els valors que els ha aportat la entrada en el món swinger, especialment el fet de **cuidar-se**, de mantenir-se **atractius**, a banda de la **confiança**, la **compenetració**, la **sinceritat** i la **llibertat** aquells que els fan sentir satisfets i que els **reafirmen** com a parella. Per altra banda, és interessant observar com en part, aspectes que han emprat en la resolució més actual dels conflictes i de la seva manera de comunicar-se, han aparegut també arrel d'aquesta percepció que tenen de sí mateixos com a parella, afegint en la seva comunicació mútua i especialment en la gestió de conflictes l'**empatia**, la **escolta activa** i el **suport emocional**, per tant, en certa mesura estan influïts per la capacitat que han tingut de viure tots aquests anys en una relació oberta a terceres persones.

En quant al **tercer objectiu** referit a la comprensió de quines són les tipologies de conflicte més prevalent en la parella i conèixer quines són les estratègies a l'hora de resoldre aquestes dificultats, un cop analitzada la narració de la parella sorgeixen dos tipologies principals de conflicte relacionats entre sí, sent la **gelosia** i l'**enamorament** aquells dos focus que més han desestabilitzat la seva relació. En el cas de la gelosia, però, se'n deriva poc impacte, sent una emoció que només ha sentit ella, i que a més la intensitat no ha sigut prou alta perquè en Joan la identifiqui com quelcom persistent ("*tu no eres celosa*"). És l'aparició de sentiments cap a terceres persones allò que realment ha tingut un pes específic en la relació de parella. Aquest terme proporciona dades molt interessants a contrastar amb el que indiquen la majoria d'estudis consultats, ja que en general es desestima l'aparició de sentiments en les relacions swinger, com si hi haguessin mecanismes protectors com apuntaven De Visser i McDonald (2017). En aquest cas no només es pot analitzar el fet del seu sorgiment sinó la influència en la parella i com ha resolt la situació. Per una banda, l'inexistència de gelosia per part de Joan apunta a la creença de que la gelosia és un constructe social (Pines, 1998, citat a Scheinkman i Werneck, 2010), per tant com a tal no té perquè aparèixer i quan apareix l'afrontament que en fa la parella és d'un sentiment que es pot gestionar. Dins les eines que indica Pines (1998) citat a Scheinkman i Werneck (2010), com és la fixació d'acords explícits sobre les relacions extraparella i el diàleg i discussió sobre el tema, la parella objecte d'estudi emprà només la segona, treballant la gelosia a través del diàleg un cop parlat el moment conflictiu (**parlant en fred**). Tanmateix, contrasta en relació a la majoria d'estudis la manca

d'acords explícits que si existeixen en altres parelles i que ajuden a contrarestar aquests sentiments.

En aquest sentit, De Visser i McDonald (2007) apuntaven a la fixació de límits com allò que permet gaudir sense repercussions emocionals negatives, en el cas del Joan i l'Ana han aparegut repercussions emocionals en forma de sentiments vers altres persones i enamorament, caldria veure, però, si la manca de fixació de límits n'és la causa o bé va més enllà. De fet hi ha una contradicció en aquesta parella en relació al que apunten Denfeld i Gordon (1970) citats a De Visser i McDonald (2007) en quant a que la fixació de normes és el que mostra el compromís dels swingers amb la seva relació primària, en aquest cas és al contrari, ells perceben les normes com una imposició, i per tant com quelcom negatiu, preferint la gestió posterior, sent per a ells la **confiança**, la **llibertat**, i la **sinceritat** la veritable mostra de compromís.

Per la narració que han fet de l'episodi d'enamorament que va viure en Joan, punt més conflictiu i desestabilitzador per a ells, però també de l'episodi d'enamorament "*más físico*" de l'Ana, es pot observar que dins la resolució del conflicte hi ha grans dosis d'**empatia**, i **suport afectiu**, aquest nivell elevat d'empatia seria coherent amb el que han constatat l'estudi de Sheikman i Werneck (2010) en relació a parelles monògames, i ve donat també per les creences compartides en relació a diferents aspectes de la sexualitat. Un conflicte d'aquesta magnitud se circumscriu en un desacord bàsic respecte la definició de la relació en torn a la vinculació afectiva segons Campo i Linares (2002), tanmateix la gestió que en fan com a parella els permet reajustar la seva posició a través d'un diàleg constructiu, on els dos cooperen per a la cerca d'una solució fent ús d'assertivitat però també d'empatia, en una estil col·laboratiu segons Greeff i De Bruyne (2002). En el cas de l'enamorament del Joan van cercar l'ajut terapèutic per a fer front com a parella a la situació, malgrat no els va ser d'ajut perquè especialment ell es va sentir jutjat.

Així doncs, es corrobora la **hipòtesi tres**, en què s'establí que les relacions íntimes amb altres persones, presents en les relacions swinger suposarien una situació potencialment conflictiva, sent un dels principals motius de conflicte que haurien d'haver gestionat com a parella. Efectivament a banda de la gelosia que ells consideren un problema menor, la gestió de l'enamorament ha sigut un dels conflictes principals que els ha obligat a revisar la seva relació. Un fet que cal destacar és que tot i haver viscut episodis d'enamorament la parella ha pogut fer-los front, de manera que la relació continua i a més ho fa de forma oberta a relacions amb tercers. Aquesta situació per part del Joan és deguda a que ell creu que n'han extret un aprenentatge que els permetrà no tornar a tenir aquests sentiments en un futur per a altres

persones, aspecte que l'Ana no comparteix, però sí que ambdós coincideixen en que l'autoconcepte positiu que tenen de la seva relació, entès com tots aquells valors positius que consideren que té i que formen part de la unitat d'anàlisi temàtic de **satisfacció** els dona un motiu per a lluitar per la relació. És a dir, es pot considerar que si bé el fet de ser swinger els posa en risc de patir més conflictes per aspectes sentimentals que altres parelles, aquells aspectes que aporten satisfacció a la seva relació pel fet de ser swinger, són els que ajuden a tenir perspectiva i intentar solucionar un conflicte d'aquestes característiques, no valorant d'entrada la possibilitat de deixar la parella, si no altres opcions (com el poliamor).

Aquest estudi té certes limitacions que cal tenir presents per a la seva valoració i sobretot per a l'avaluació de quina continuïtat pot tenir. Per una banda, el fet de tractar-se d'un estudi de cas és de per sí un fet limitant, ja que es té una perspectiva molt personal del què suposa per una parella la entrada en el món swinger, i per tant els resultats no són generalitzables, alhora però permet la possibilitat d'endinsar-nos en profunditat en aquesta parella extraient temàtiques que poden ser d'interès per a ampliar en estudis posteriors. Un aspecte que cal destacar és la dificultat alhora de trobar parelles disposades a participar en l'estudi, en general hi ha una necessitat d'anonimat en aquest món que els fa molt reticents a parlar-ne fora del context habitual amb altres parelles. Això implica que les poques que s'han mostrat disponibles tenen ja de per sí un caràcter més obert i extravertit que pot esbiaixar els resultats de l'estudi, especialment en els termes de l'estil comunicatiu. Hagués sigut molt interessant poder disposar d'un context on poder fer la entrevista que fos més íntim per a la parella per a poder gravar-los en vídeo, ja que hi ha molta part de la comunicació no verbal que es pot haver perdut en només haver-la presenciada un cop. Tanmateix, es va considerar que la desavantatge de sentir-se observats en quant a menys obertura i confiança seria major que la pèrdua de dades en aquest aspecte. Considero que el fet de ser un treball de fi de grau és en si mateix una limitació, especialment en termes temporals, ja que un estudi d'aquestes característiques realitzat amb més temps de dedicació, podria haver incrementat el nombre d'entrevistes per a poder profunditzar en aspectes que han quedat menys tractats. Un altre aspecte que també cal comentar és que la perspectiva d'una única investigadora present en l'entrevista amb la parella pot ser un fet diferencial alhora d'extreure conclusions. Aquest fet va ser abordat mitjançant la supervisió de l'anàlisi temàtic per part d'una segona avaluadora amb la intenció de reduir els possibles biaixos interpretatius i així incrementar la fiabilitat de l'estudi. De fet, seria molt interessant en estudis posteriors que l'entrevista semiestructurada

fos realitzada per dos entrevistadors, un amb experiència i un sense experiència en el món swinger per a poder contrastar possibles biaixos interpretatius.

L'estudi de parelles swinger aporta, per una banda, un major coneixement de les vivències i sobretot de les percepcions de les pròpies parelles, sent un aspecte fonamental quan es treballa en teràpia amb aquest tipus de parelles per a evitar que se sentin jutjades (com de fet els va passar al Joan i a l'Ana) i sobretot per a tenir eines d'aplicació diferenciades d'altres parelles ja que les problemàtiques i la manera d'afrontar-les poden ser molt diferents. Seria molt interessant poder realitzar aquest mateix estudi en un nombre més ampli de casos per a contrastar-ne els resultats i alhora combinar-ho amb un estudi més qualitatiu per a poder categoritzar les diferents tipologies de parella dins de les dinàmiques swinger.

Un aspecte específic que seria interessant d'abordar quant a les relacions swinger és l'establiment de normes i límits com a element de defensa davant el possible sorgiment de sentiments vers a tercers, ja que si bé estudis com De Visser i McDonald (2017) els apunten com a quelcom característic d'aquestes relacions, és un terme que no sorgeix en la parella objecte d'aquest estudi, si bé és congruent, ja que en aquest cas és probable que els conflictes sentimentals no hagin aparegut pel fet de no haver posat límits. Caldria doncs explorar aquest aspecte en diferents parelles, per veure si efectivament és quelcom força comú i si serveix com a mecanisme de defensa des d'un prisma de creença o és realment eficaç per a ells.

Per altra banda comprendre com una parella swinger entén i gestiona els sentiments, com es comunica i com gestiona els conflictes, pot ajudar quan es treballa amb parelles convencionals per a cercar estratègies semblants de comunicació i resolució de conflictes. Comprendre el sistema de creences compartides, com es produeix l'increment d'empatia i quins mecanismes comunicatius entren en joc pot donar eines de gran utilitat en l'aplicació clínica.

Hi ha un buit d'investigació en aquest àmbit especialment pel què fa al continent europeu i sobretot a Espanya i Catalunya. Si bé hi ha dades en termes de parelles americanes (tant de Nord Amèrica com de Sud Amèrica) caldria aprofundir en com es desenvolupen les relacions de parella tant oberta com swinger en la nostra cultura, contrastant-ne les semblances i diferències transculturals per tal de poder tenir un punt de referència més clar que l'existent en l'actualitat.

Bibliografia

- Armenta Hurtarte, C. i Díaz-Loving, R. (2008). Comunicación y Satisfacción: Analizando la interacción de pareja. *Psicología Iberoamericana*, 16(1), 23–27.
- Artigas, L. (2017). *La interacción entre la Alianza Terapéutica y el Ajuste Diálico en Terapia de Pareja para la Depresión: Aproximación al proceso terapéutico desde el Diálogo Abierto*. (Tesis doctoral). Universitat Ramon Llull, Barcelona.
- Baucom, B., Eldridge, K., Jones, J., Sevier, M., Clements, M., Markman, H., ... Christensen, A. (2007). Relative Contributions of Relationship Distress and Depression to Communication Patterns in Couples. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 26(6), 689–707. doi:10.1521/jscp.2007.26.6.689
- Blanxart, B. (15 de desembre 2010). Desnudándome SWINGER. *Entrarenelarmario* blog <https://entrarenelarmario.wordpress.com>
- Bohórquez-Gamboa, R.G. (2010). *Hacia una exploración de las creencias sobre sexualidad en parejas swingers*. (Trabajo de fin de grado). Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, DC.
- Bornstein, P.H. i Bornstein, M.T. (1988). *Terapia de pareja. Enfoque conductual-sistémico*. Madrid: Pirámide.
- Braun, V. i Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77-101.
- Campo, C. (2007). Infidelidad conjugal: Dificultades de manejo en la teràpia de pareja. Propuesta de un modelo de intervención. *Sistemas familiares*, 2, 29-43.
- Campo, C. (2014). La teràpia de pareja en la pràctica clínica: un modelo de diagnostico e intervención. A Medina, R., Laso, E. i Hernández, E. (Eds). *Pensamiento Sistémico: Nuevas perspectivas y contextos de intervención* (pp.251-278). Rio de Janeiro: Litteris Psicología.

- Campo, C. i Linares, J.L. (2002). *Sobrevivir a la pareja*. Barcelona: Planeta.
- Chi, P., Epstein, N. B., Fang, X., Lam, D. O. B. i Li, X. (2013). Similarity of relationship standards, couple communication patterns, and marital satisfaction among chinese couples. *Journal of Family Psychology*, 27(5), 806–816. doi:10.1037/a0034113
- Christensen, A., Atkins, D. C., Berns, S., Wheeler, J., Baucom, D. H., i Simpson, L. E. (2004). Traditional versus integrative behavioural couple therapy for significantly and chronically distressed married couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(2), 176–191. doi:10.1037/0022-006X.72.2.176.
- Cupach, W. R. i Comstock, J. (1990). Satisfaction with sexual communication in marriage: links to sexual satisfaction and dyadic adjustment. *Journal of Social and Personal Relationships*, 7(2), 179–186.
- De Visser, R. I McDonald, D. (2007). Swings end roundabouts: Management of jealousy in heterosexual “swinging” couples. *British Journal of Social Psychology* 46, 459-476. doi:10.1348/014466606X143153
- Dumitrescu, D. i Rusu, A. S. (2012). Relationship between early maladaptive schemas, couple satisfaction and individual mate value: An evolutionary psychological approach. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 12(1), 63–76
- Falls, E.E., Rehman, U.S., Woody, E.Z., Purdon, C. (2016). The longitudinal association of relationship satisfaction and sexual satisfaction in long-term relationships. *Journal of Family Psychology*, 30(7), 822-831
- Finn, M., i Malson, H. (2008). Speaking of home truth: (Re)productions of dyadic-containment in non-monogamous relationships. *British Journal of Social Psychology*, 47(3), 519–533. doi:10.1348/014466607X248921
- Gottman, J.M. (2011). *The science of trust: Emotional attunement for couples*. New York: Norton.
- Greeff, P. i De Bruyne, T. A. (2000). Conflict Management Style and Marital Satisfaction. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26(4), 321–334. doi:10.1080/009262300438724

- Hanzal, A., i Segrin, C. (2009). The role of conflict resolution styles in mediating the relationship between enduring vulnerabilities and marital quality. *Journal of Family Communication*, 9(3), 150–169. doi:10.1080/15267430902945612.
- Jacobson, N. S., Christensen, A., Prince, S. E., Cordova, J., i Eldridge, K. (2000). Integrative behavioral couple therapy: an acceptance-based, promising new treatment for couple discord. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(2), 351-355. doi:10.1037/0022-006X.68.2.351
- Kimberly, C. I. Hans, J. D. (2017). From Fantasy to Reality: A Grounded Theory of Experiences in the Swinging Lifestyle. *Archives of Sexual Behavior*, 46(3), 789–799. doi:10.1007/s10508-015-0621-2
- Linares, J.L. i Campo, C. (2000). *Tras la honorable fachada*. Barcelona: Paidós.
- Mannarini, S., Balottin, L., Munari, C. i Gatta, M. (2017). Assessing conflict management in the couple: The definition of a latent dimension. *Family Journal*, 25(1), 13–22. doi:10.1177/1066480716666066
- Montes-Berges, B. (2009). Patrones de comunicación, diferenciación y satisfacción en la relación de pareja: Validación y análisis de éstas escalas en muestras españolas. *Annales de Psicología* 25(2), 288-298.
- Montesano, A., Izu, S., Campo, C. (2018). *Guion de entrevistas iniciales en Terapia de Pareja: un enfoque sistémico integrativo*. Dipòsit digital de la Universitat de Barcelona, Creative Commons Catalunya.
- Moors, A. C., Conley, T. D., Edelstein, R. S., i Chopik, W. J. (2015). Attached to monogamy? Avoidance predicts willingness to engage (but not actual engagement) in consensual non-monogamy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 32(2), 222–240. doi:10.1177/0265407514529065
- Montes-Berges, B. (2009). Patrones de comunicación, diferenciación y satisfacción en la relación de pareja: Validación y análisis de estas escalas en muestras españolas. *Anales de Psicología* 25(2), 288-298.

- Orejuela, J. J., Piedrahita, J. J. i Renza, F. (2012). La práctica/estilo de vida swinger: ¿una práctica social-sexual perversa? *Sexualidad, Salud Y Sociedad*, 10, 37–69.
- Perrone-McGovern, K.M., et al. (2014). Effects of Empathy and Conflict Resolution Strategies on Psychophysiological Arousal and Satisfaction in Romantic Relationships. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 39(1), 19-25.
- Sager, C. (2009). *Contrato matrimonial y terapia de pareja*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Sánchez, R. I Díaz, R. (2003). Patrones y estilos de comunicación de la pareja: diseño de un inventario tipologías de los patrones/estilos. *Anales de Psicología*, 19(2), 257–277.
- Scheinkman, M., i Werneck, D. (2010). Desactivar los Celos en las Relaciones de Pareja: Un Enfoque de Múltiples Dimensiones, *Family Process* 49(4), 486–504.
doi:10.1111/(ISSN)1545-5300
- Seikkula, J., & Trimble, D. (2005). Healing elements of therapeutic conversation: Dialogue as an embodiment of love. *Family Process*, 44, 461-475.
- Villegas, M. i Mallor, P. (2017). *Parejas a la carta: las relaciones amorosas en la sociedad posmoderna*. Barcelona: Herder.
- Yoo, H., Bartle-Haring, S., Day, R. D., i Gangamma, R. (2014). Couple communication, emotional and sexual intimacy, and relationship satisfaction. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 40(4), 275–293. doi:10.1080/0092623X.2012.751072

ANNEX

ANNEX A. Consentiment informat

Yo, (nombre y apellidos) _____, de ____ años de edad, identificado con Documento de Identidad N°: _____, en calidad de participante en el proyecto de investigación realizado por Blanca Torras Vilches, alumna del grado de Psicología de la UOC en relación al trabajo de Fin de Grado en el ámbito de Teràpia Sexual i de Parella.

Declaro que:

Se me ha facilitado información sobre el proyecto y que he comprendido el significado del mismo y las acciones que se derivan. Entiendo cómo se utilizarán los datos obtenidos en esta investigación, qué tipo de daño podría provocar en los participantes, así como cuáles son mis derechos durante el proyecto de investigación.

Doy mi consentimiento a participar en esta investigación y a seguir las instrucciones facilitadas por la investigadora.

Colaboro de forma voluntaria y, por tanto, tengo derecho a renunciar en cualquier momento a continuar con la realización del proyecto.

Todas mis preguntas han sido respuestas de forma satisfactoria.

Por otro lado,

1. **AUTORIZO** al Blanca Torras Vilches y sus profesores colaborador y responsable del Trabajo de Fin de Grado a difundir la información y los datos que se deriven de mi colaboración, siempre con voluntad e interés docente y científico, y siempre que se salvaguarde mi identidad e intimidad en todo momento. De acuerdo con la Ley 15/1999 de Protección de Datos Personales, se preservará en todo momento el anonimato de los y las participantes.

2. Blanca Torras Vilches conservará todos los registros realizados por medios electrónicos, grabaciones o por cualquier otro medio, que se realicen a lo largo de este proyecto, así como la información que se derive del mismo, en los términos legalmente previstos.

Nombre y apellidos del participante: _____

Firma:

Barcelona, a ____ de _____ de 2018

ANNEX B: Protocol d'entrevista semiestructurada per a parelles swinger

(adaptada de Montesano, Izu i Campo, 2008).

Exploració dels inicis de la parella:

- *Com us vau conèixer?*
- *Qui va fer l'apropament?*
- *Què us va enamorar de l'altre?*
- *En quina situació estaveu? Separats, en relació, solters...*

Exploració dels inicis de convivència:

- *Dificultats en l'acomodació de la parella (com va ser el primer any de viure junts? Com us vau dividir les tasques? Com us porteu amb la família?)*
- *Quins projectes teníeu junts? Els heu assolit? I ara?*
- *La intimitat*

Exploració dels aspectes relacionals:

- *Compartiu hobbies? Quins?*
- *Amistats, compartiu grups d'amics o teniu el vostre propi espai?*
- *Feu activitats per separat o sempre junts?*
- *Què creieu que us aporta la vostra parella?*

Exploració dels inicis del món swinger

- *Com vareu plantejar la entrada al món swinger?*
- *Qui va treure el tema? Com ho va fer? Com va reaccionar cadascú?*
- *Com vau fer el primer contacte? Que sentíeu els dies previs? Quines pors teníeu?*
- *Us vau posar normes? En quin moment? Quines? Com i perquè les vau decidir? Les heu variat?*
- *Com va ser la primera experiència? I l'endemà? Com us vareu sentir?*
- *Què va ser el pitjor? I el millor?*

Exploració de la gestió de conflictes

- *Heu tingut algun problema en els contactes?*
- *Ha sorgit la gelosia en algun moment? Com us ha afectat? Com hi heu fet front?*
- *Heu deixat en algun moment aquest estil de vida? Perquè? Si és així com és que hi heu tornat? Ha variat quelcom en la vostra actitud al tornar?*

Exploració de la seva pròpia valoració, estat actual

- *Com viviu la vostra relació en l'actualitat?*
- *Penseu que el món swinger ha aportat alguna cosa a la relació a banda de satisfacció sexual? Perquè?*
- *Quina valoració feu de la vostra vivència? Canviariem alguna cosa?*
- *Us heu plantejat obrir la relació? Perquè ho heu fet o no?*
- *Què li diríeu a algú que pensés que "si feu això és perquè no us estimeu suficient"?*

Annex C: Anàlisi temàtic. Primer cribatge.

Ana: no es que no reflexionemos, me doy cuenta que las cosas importantes las hemos hecho muy directas	Fluïdesa	Comunicació
Ana: A mi no se me ocurre pedir permiso, yo no lo concibo	No pactes	
Joan: No nos ponemos límite, es como si fueses propiedad de la otra persona y yo ese concepto no lo tengo	No límits	
Ana: No fue hablado	Comunicació no verbal	
	Fluïdesa	
Ana: Nosotros lo comentábamos todo [es refereix a les relacions amb altres persones]	Comunicació oberta	
Ana: nosotros no nos ponemos límites. De antemano no nos ponemos nunca límites y luego	No límits	
Ana: lo gestioné interiormente Joan: además no hicimos nada Ana: Ah no?	Gestió interna	
	No comunicació	
Ana: a mi lo que me chocó más es que con el tipo de relación que teníamos no me lo hubieras dicho antes	No comunicació	
Ana: no, no, si que se lo digo. Cuando a mi me pasa algo se me nota. Joan: tienes que tener cuidao de estar un poco ... Blanca: más a nivel visual o a nivel de hablarlo en los encuentros Ana: yo si que lo digo, pero si ya estás como metido en desto...	Comunicació no verbal	
	Comunicació al moment	
	Comunicació oberta	
Ana: yo normalmente lo digo y punto	Comunicació mútua	
Ana: Es una decisión que tomas en pareja		Gestió de conflictes
Ana: Él si tiene un conflicto le cuesta como más hacer vida normal	Introspecció	
Ana: Yo no, yo salgo. Me ayuda a no pensar	Evasió	
Ana: él no ha tenido celos. Yo sí he tenido. Me ha permitido superar inseguridades, sentirme como mujer más atractiva. Cuando han pasado cosas como de celos y tal se ha solventado bien Joan: tu puedes tener celos y tal pero no eres celosa	Gelosia	Tipus de conflicte
	Increment seguretat	Satisfacció
	Gestió positiva	Gestió de conflicte
	Bon autoconcepte de la parella	Satisfacció
Ana: pues ostra me entró como un malrollo, pero no hice nada, me aguanté. Blanca: ¿Lo hablasteis? Ana: Si, supongo que si, pero lo pude gestionar bien.	Gestió interna	Gestió de conflicte
	Parlar en fred	

Joan: surge algún sentimiento y ahí si que surge el conflicto. En ese momento si que lo pasamos mal.	Enamorament	Tipologia de conflicte
Ana: Llorando y él a mi consolándome Joan: no tenía el punto este de ostia se ha enamorado del tío éste y no la voy a perder. Estás ahí un poco intentando que lo supere, es como si tuviera una enfermedad y estás esperando que se le pase la fiebre.	Escolta activa Empatia Suport emocional	Gestió de conflictes
Ana: Vete a consolarla porque ésta tía se va a morir. ¿Y él estaba fatal, si o no? [Context: parla de quan el Joan es va enamorar de S]	Empatia Suport emocional	
Joan: Con lo que te entiendes, es como si fueses otro yo, ¿no? Que te conoces mucho Es alguien con quien puedes hablar bastante, sabes que te entiendes, ¿no? Que no estás solo en ese sentido, no es que busques reafirmación...	Compenetració Comprensió mútua Confiança	
Ana: Un contrapeso, tu eres como más estable también emocionalmente, es como tener ahí una seguridad. Yo se que le puedo contar cualquier cosa que me pase y no me siento nunca jugada, nada. Puedo ser como soy absolutamente . Es como un amigo pero más	Seguretat Equilibri Llibertat Confiança	
Joan: Abres la relación en el sentido de ... te entra un poco de más cosas y de entenderte más, te abre otra expectativa a relacionarte con otra gente pero que te aporta un poco más confianza con la persona que estás	Comprensió mútua Confiança	Satisfacció
Joan: el hecho de decir vamos a una fiesta, luego al igual no haces nada, no? pero es como una complicidad que se crea ahí [.....] en el fondo lo que quieres es que tu pareja sea atractiva, disfrute da igual si es para ti o no. Hay más atracción que en otras parejas que se abandonan más en el sentido de que total si ya lo he visto en bata y en zapatillas, no...[...] Joan: te da más confianza en ella misma y en la pareja	Complicitat Cuidar-se Atracció Confiança Cuidar-se Atracció Confiança	
Joan: mantienes la individualidad de cada uno e incluso la aumenta vaya que...la gente cuando ya se ha casado, hace eso de	Llibertat Complementarietat Confiança	

<p>no puedes hacer algo sin mi permiso, sin que yo lo sepa, no? Nosotros por la relación que tenemos somos bastante individuales pero también complementa bastante, no? que no... y además, o sea, la confianza ésta que te da casi al 100% no de...o sea que no tienes que esconder nada en principio así, no Ana: Si, la sinceridad supongo. Joan: Te conoces más también no, como..</p>	Sinceritat	
	Complementarietat	
	Confiança	
Sinceritat		
<p>Ana: Y que también si tu creces como persona también creces como pareja porque va un poco como conjunto. Tu sabes que quieres estar con esa persona, porque es esa persona, no porque no tienes otra opción. Que igual otras piensan yo ya con 50 años con quien voy a estar..</p>	Creixement personal	
	Creixement conjunt	
<p>Ana: Si, si. Si que tu estás con él porque quieres y que ves que el sexo que tienes es de calidad y que la relación que tienes es buena, ¿no?</p>	Reafirmació	
	Sexualitat	
<p>Ana: Nos hemos divertido mucho</p>	Diversió	

Annex D: Fragments de la sessió exemplificadors dels conceptes sorgits de l'anàlisi temàtic.

Fragments relacionats amb la valoració de l'entrada en el món swinger i com els ha afectat com a parella:

Joan: mantienes la individualidad de cada uno e incluso la aumenta vaya que...la gente cuando ya se ha casado, hace eso de no puedes hacer algo sin mi permiso, sin que yo lo sepa, ¿no? Nosotros por la relación que tenemos somos bastante individuales pero también complementa bastante, ¿no? que no... y además, o sea, la confianza ésta que te da casi al 100% no de...o sea que no tienes que esconder nada en principio así, no

Ana: Si, la sinceridad supongo.

Joan: Te conoces más también no, como..

Ana: Y que también si tu creces como persona también creces como pareja porque va un poco como conjunto. Tu sabes que quieres estar con esa persona, porque es esa persona, no porque no tienes otra opción. Que igual otras piensan yo ya con 50 años con quien voy a estar..

Blanca: Te reafirma más como pareja

Ana: Si, si. Si que tu estás con él porque quieres y que ves que el sexo que tienes es de calidad y que la relación que tienes es buena, ¿no?

Ana: Yo creo que nos lo hemos pasao muy divertido

[...]

Blanca: Cambiaríais algo?

Ana: tampoco nos ha pasado algo tan malo como para cambiarlo. En aquel momento igual dices sí, lo cambiaría, pero visto a nivel general no dejan de ser anécdotas.

Joan: para decir yo que se, ostias, si pudiese volver al principio ésto no lo haría pues no, más bien casi al contrario, ¿no? o sea, yo creo que es una buena experiencia ¿no?, hombre que tampoco hemos tenido malos rollos con nadie ni cosas así muy chungas vaya

Ana: Por ejemplo el tema con la S. que fue aquello que casi nos separamos y tal yo luego pensándolo con el tiempo yo creo que yo cambié mucho como persona a raíz de eso, porque yo por ejemplo aunque sea independiente, no era tan independiente como él, ¿no?, tu eres más... entonces yo por ejemplo siempre lo tengo, yo creo que siempre lo tenía muy muy

en cuenta a a él a veces incluso por encima de... igual no eres consciente tu...pero... en cambio cuando pasó aquello como también estuve sola [...] me abrí más a hacer cosas por mi cuenta sin tenerle tan en cuenta a él, yo creo que me hice más independiente no, de alguna manera?[...] yo creo que a mi me aportó más eso a nivel personal

Fragment sobre el conflicte més greu que han viscut com a parella. En Joan es va enamorar de S., fet que els feu replantejar-se la seva relació.

Ana: Lo suyo fue más profundo en el sentido de que se enamoró más allá de lo que yo te estoy contando, sino de plantearse si irse con aquella persona o no, claro, entonces claro esto fue muy jodido

Joan: pero porque yo tenía una teoría en el sentido de, a ver, que a veces lo he explicado y la gente piensa eh no se...[...] El caso es que yo pensaba, a ver tu puedes querer a una persona y porque solo tienes que estar dedicado a querer esa persona toda tu vida, ¿no? o sea la puedes querer siempre pero tu te juntas con mucha gente a lo largo de la vida que te puede caer bien y dices ostia pues si conmigo esa persona puede tener otra relación, entonces bueno yo tenía la teoría esa de que porque no probar no a tener..

Ana: podías querer a dos personas a la vez, no si yo eso lo entiendo

Joan: Luego no se si es o no, he oído esto del poliamor

Ana: eso en aquel momento no lo sabíamos o sea no lo habíamos nosotros

Joan: se lo planteé a la chica ésta, [...]me dijo como que si, ella también o sea que no es que surgiese así de la nada

Ana: Bueno a ver, tampoco fue así, tan esto...

Joan: Bueno también lo digo resumido, vaya que nos juntamos y lo hablamos y las dos en teoría estaban de acuerdo

Ana: bueno, bueno, fue de decir, claro como pasó ésto bueno pues la quiero conocer, ¿no? y entonces quedamos los tres y estuvimos hablando y tal y cual y entonces en la conversación si que surgió esto y bueno pues yo le dije a ella, bueno yo porque yo en todas las conversaciones que habíamos tenido y en los chats que había leído de lo que había hablado con ella y tal...yo...mmm...a mi me parecía que ella no era sincera, pero bueno tampoco te lo podía decir muy bien a ti porque te cabreabas, tu en aquel momento..., él en aquel momento no tenía una visión muy clara por muy objetivo que él crea que es y esto él no, no estaba...

Blanca: bueno cuando estás enamorado siempre estás un poco más...

Ana: si, y entonces lo hablamos y yo le dije, a ver, como él realmente está diciendo que a mi me quiere y también te quiere a ti pues vamos a hacer la prueba de si esto se puede. Yo

no iba a tener nada con ella, porque no no tenia...o sea no iba a ser a tres o sea iba a ser él con una y él con otra, ¿no? no iba a ser a tres, no iba a ser una relación a tres

Joan: si era una teoría práctica

Ana: Bueno, no se. Y entonces lo planteamos, pues mira, en los momentos que él pueda estar contigo pues puede estar contigo...pero él va...y entonces fue cuando ella dijo, ah no, yo no voy a estar con él solo cuando tu..., como, como si fuera que yo solo cuando yo le diera permiso, no se como lo vivió como que ella fuera como la segunda supongo ¿no? no se, no se fue muy raro, pasó que no estaba de acuerdo

Joan: si, bueno el caso es que ... que la teoría esta digamos no no estamos preparados para ello

Ana (rient): o nosotros, o nosotros o ella o no se o sea fué un poco ffffff no se

Joan: si pero el concepto éste que yo me encontré o que quería llevar a la práctica, pues que no que no estamos preparados para ello, no

Ana: pero no hables en plural porque no sabes

Joan: pero hablo como como

Blanca: sociedad

Joan: sociedad si exacto. Aunque luego a lo mejor se lleva a la práctica

Blanca: pero ella estaba dispuesta en principio, ¿no?

Ana: bueno, si, en muchas cosas yo puedo estar dispuesta mentalmente pero luego emocionalmente a mi me creó bastantes problemas, o sea tuve depresión, estuve tres meses sin ir al trabajo, porque, más que nada no por el hecho en si, sino porque yo vi que el hecho de ésta conversación de determinarlo y tal yo vi que él seguía enamorado y tal y que tu, seguiste quedando con...o sea que él no lo tenía claro lo que iba a hacer, entonces claro era el miedo como a la pérdida, no el hecho de compartir, sino de que yo pensaba que él realmente se iría. Bueno de hecho estuvimos separados, como tres meses, bueno separados entre comillas porque se fue a vivir a otro piso para aclararse y tal, pero estabas todos los días en casa. Pero realmente fue como, pero fuimos a una terapeuta y todo porque era... o sea él estaba fatal la otra también llorando y yo le decía vete vete vete a consolarla porque ésta tía se va a morir. Y él igual, estaba llorando, o sea estaba fatal, ¿si o no?

Joan: Si

Ana: porque claro él decía, si yo te quiero mucho, no se que, pero claro yo realmente era consciente de que en ese momento el sentimiento que él tenía fuerte no era por mi, o sea era por mi supongo que por el bagaje y por nuestra historia y tal, pero a nivel emocional en aquel momento tu estabas más enamorado de ella que de mi

Joan: si, supongo que era la novedad no para mi es [s'encavalquen]

Ana: hombre claro, era era... y claro a mi lo que me asustó más cuando la conocí porque yo pensé si hubiese sido una tía superbueno una buenorra de éstas que tal, pero no, era una chica normal y corriente que dices ostia está enamorado de verdad porque no es ni nada espectacular, o sea una chica normal, ¿no?

Joan: hmmm

Ana: y..bueno, no se, supongo que eso es lo que me asustó y el hecho de ver que él no lo superaba, ¿no? y entonces cuando pasó un tiempo pues la que caí fui yo y entonces después al final

Joan: y a parte pues en esa situación tu no entiendes al otro, pero claro cuando tu pasas por esa situación y te pasa un poco lo mismo, claro ya entiendes más lo que le pasaba al otro

Ana: pero bueno al final ... pues también se superó.

Blanca: ¿a base de hablarlo?

Joan: Si