

**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE
MÉXICO**



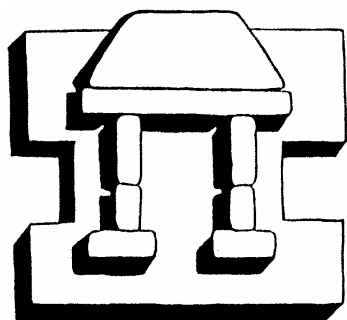
**FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES
IZTACALA**

“Diferenciación: Un instrumento de evaluación”

TESIS EMPÍRICA
Que para obtener el título de
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA

P r e s e n t a :

Patricia Armas Santillán



IZTACALA

Directora de Tesis:
Mtra. Edilberta Joselina Ibáñez Reyes
Primer Dictaminador:
Dr. José de Jesús Vargas Flores
Segunda Dictaminadora:
Lic. Ma. Luisa Hernández Lira



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS:

A mi madre y mi padre

Por apoyarme a lo largo de la carrera y por todo lo que han hecho por mí. Por todos los sacrificios que han hecho por nosotros, por ser tan responsables y trabajadores, solo para sacarnos adelante. Los quiero mucho y espero que este trabajo les sea gratificante.

A mis hermanos y mi cuñado

*Por las palabras de ánimo, los consejos y la confianza que han tenido en mí. Por estar conmigo y apoyarme en los momentos difíciles.
Los quiero mucho.*

A ti que llegaste a mi vida cuando menos lo esperaba. Gracias por apoyarme siempre y estar conmigo aún en los momentos difíciles. Gracias por todo el cariño y tolerancia que me has dado. Por ayudarme a lo largo de mi proyecto y por ser tan especial en mi vida. Gracias por los momentos de alegría y por confiar en mí. Te quiero mucho Javier, tú sabes lo que siento por ti.

A Jesús Vargas

Por ayudarme en la realización de mi proyecto, por escucharme y apoyarme en todo. Esto es el resultado de tanto esfuerzo.

ÍNDICE

RESUMEN.

INTRODUCCIÓN.

1. CAPÍTULO I. La teoría de Bowen.....	1
1.1. La familia como un continuo.....	9
1.2. El sistema emocional.....	10
1.3. Otros sistemas de funcionamiento del ser humano.....	12
2. CAPÍTULO II. Antecedentes de la familia.....	17
2.1. Definición.....	18
2.2. Funciones de la familia.....	20
2.3. El apego familiar.....	22
2.4. Persona como ser social e individual.....	24
2.5. Fusión familiar como problema social.....	25
3. CAPÍTULO III. La familia y su funcionamiento psicológico.....	28
3.1. El triángulo familiar.....	28
3.2. El sistema emocional en la familia.....	32
3.3. Proyección familiar.....	34
3.4. Desconexión emocional.....	36
3.5. Posición entre hermanos.....	37
4. CAPÍTULO IV. Diferenciación del Yo.....	40
4.1. Factores generales que influyen en el nivel de diferenciación.....	45
4.2. La escala de diferenciación.....	46
5. CAPÍTULO V. Aplicaciones empíricas de la teoría de Bowen.....	53
5.1. Diferenciación del Yo y el distress Psicológico.....	53

5.2. La transmisión intergeneracional de trastornos psicológicos.....	61
5.3. Desconexión emocional.....	68
5.4. La triangulación en la familia.....	70
6. MÉTODO.....	74
7. RESULTADOS.....	76
7.1. Resultados demográficos de los encuestados.....	77
7.2. Resultados de los reactivos.....	81
7.3. Análisis factorial.....	86
8. DISCUSIÓN.....	88
9. CONCLUSIÓN.....	99
10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	103

ANEXO.

Cuestionario de diferenciación.

RESUMEN

El objetivo general del presente proyecto fue: Desarrollar, confiabilizar y validar un instrumento que evalúe el grado de indiferenciación o dependencia emocional. Para ello se tomó en cuenta el enfoque teórico de la teoría familiar de Bowen (1989), ya que esta teoría describe la dinámica existente en las familias, así como el grado en el cual los sujetos se convierten en personas emocionalmente independientes. De igual manera para la construcción del cuestionario se revisaron instrumentos ya realizados (Skowron y Friedlander, 1978; Skowron y Dendy, 2004). Principalmente se revisó el “Inventario de Diferenciación del Yo” de Skowron y Friedlander (1978), el cual evalúa los indicadores del grado de diferenciación del individuo con respecto a las personas significativas. Los reactivos de dicho instrumento reflejaban la capacidad de distinguir y equilibrar pensamientos y sentimientos y la capacidad de intimar con autonomía en las relaciones con sus seres queridos o conocidos.

Para la llevar a cabo el proyecto se construyó el “Cuestionario de diferenciación” y se aplicó una prueba piloto, se calculó la confiabilidad de cada reactivo para poder eliminar los reactivos con baja confiabilidad. Al eliminar y corregir los reactivos difíciles de entender, se aplicó a la población objetivo. Y con los datos obtenidos se analizaron los reactivos y se llevó a cabo un análisis de factores para determinar la forma en que se agrupan los ítems, calculando las cargas factoriales de cada reactivo y agrupándolos en los tres factores que resultaron. Los factores obtenidos fueron:

Impulsividad. Se refieren a las respuestas violentas o reactivas que tienen las personas ante ciertas situaciones. Respuestas que no se piensan y se dan de manera espontánea.

Indiferenciación. Describen a las personas poco diferenciadas, personas que se fusionan o desconectan emocionalmente de su familia de origen o personas con las cuales conviven. En el caso de las personas fusionadas, son personas que necesitan o se preocupan demasiado de otra persona para poder vivir, son personas que ponen su vida en manos de los demás o en otra persona muy cercana. Las personas desconectadas emocionalmente, hablan de la manera en que evaden los problemas o evitan involucrarse con las

personas o evitan convivir de manera armoniosa con la familia, se desaparecen.

Comportamiento emocional. Reflejan que las personas están dominadas por el sistema emocional y no el sistema intelectual, son personas con un mundo completamente emocional, que dedican gran parte de su vida amando y buscando ser amadas o aceptadas.

Se hacen sugerencias, utilizando el instrumento "Cuestionario de Diferenciación", para futuras investigaciones sobre el tema. Por ejemplo, comparando los géneros para analizar quién es más o menos diferenciado, los hombres o las mujeres. Estudios comparando mujeres casadas y mujeres solteras; mujeres jóvenes con hijos y sin hijos para analizar quiénes son más diferenciadas. Comparar el grado de diferenciación de los padres y los hijos.

INTRODUCCIÓN.

La investigación clínica ha estudiado principalmente el campo de la terapia familiar, especialmente en las últimas cuatro décadas. Diferentes áreas de la psicología han teorizado y desarrollado técnicas de evaluación e intervención clínica en la familia, para poder dar una solución a la problemática que existe en ésta. Sin embargo, en el interior de las diferentes escuelas psicológicas poco se ha teorizado sobre la familia. Es decir, sobre los vínculos y elementos que constituyen a la familia: sus roles, las funciones que cumple cada miembro, la comunicación, las normas y las relaciones de poder. Estos elementos son la base para llevar a cabo la evaluación y el diagnóstico, para poder implementar estrategias de intervención. Los primeros estudios que se hicieron sobre la familia fueron hechos por psiquiatras, cuyo interés principal era complementar la intervención con pacientes esquizofrénicos, ya que la familia jugaba un papel fundamental en el mantenimiento del síntoma del paciente. Uno de los psiquiatras, interesado en este tema, fue Murray Bowen (1989), quien comenzó estudiando a personas esquizofrénicas. Y con su teoría del sistema familiar, consideraba a la familia como unidad emocional y utilizó los sistemas del pensamiento para describir las complejas interacciones en la unidad. Posteriormente, el interés de las investigaciones se extendió hacia

otros tipos de familias en las cuales existía algún tipo de patología que causaba una disfunción a nivel familiar.

La familia es el primer entorno social con el que el niño se empieza a desarrollar, por lo cual, al tratar a una persona es importante considerar el entorno familiar. Ya que, los individuos no se pueden considerar de manera aislada debido a que se necesita de la convivencia y aceptación de los otros para poder comprender a una persona. La personalidad de las personas se va constituyendo por medio de la relación que se establece con su entorno. En un primer momento, con la relación que mantiene con sus padres, su familia o cuidadores, posteriormente, con los individuos que va conociendo en el transcurso de su vida y finalmente con su pareja.

La teoría familiar de Bowen (1989) se puede explicar más fácilmente con los ocho conceptos propuestos por él:

Escala de diferenciación del Yo. Sugiere, que las personas difieren todas entre sí y que se pueden clasificar tomando como base estas diferencias. En el extremo inferior de la escala se encuentran las personas con los niveles mínimos de diferenciación o los máximos de indiferenciación. El extremo superior esta reservado a un nivel teórico de total diferenciación. En cada nivel de la escala, las personas tienen estilos diferentes, que pueden ser especificados en función de la posición que adoptan frente al intelecto y las emociones. Una persona situada en la zona inferior de la escala puede llevar una vida aparentemente equilibrada y sin síntomas, pero es muy vulnerable a la tensión, encuentra muchas dificultades para adecuarse a las exigencias de la vida y manifiesta una alta incidencia de patologías y de problemas. Las personas de la zona superior son más adaptables al estrés, tienen menos problemas y los afrontan mejor. Las personas en el campo emocional, reaccionan ante la presencia de otras personas y por eso el nivel funcional de diferenciación del Yo se desplaza frecuentemente según las situaciones externas sean favorables o desfavorables. Sin embargo, se puede valorar el nivel básico de diferenciación en el curso de largos intervalos, lo que permite utilizar la escala para hacer pronósticos (Bowen, 1989).

Triángulos. Se refiere a cómo las personas se relacionan unas con otras en un campo emocional. Los movimientos y la formación de los triángulos son muy impredecibles, de hecho es muy difícil, observarlos en situaciones

emocionales tranquilas, conforme aumenta la ansiedad y tensión aumenta la presencia de triángulos. Las personas menos diferenciadas son movidas como peones por las tensiones emocionales, mientras que las más diferenciadas son menos vulnerables frente a los estados de tensión. Y las personas poco diferenciadas van a utilizar en mayor grado los triángulos para controlar el estrés (Bowen, 1989).

Sistema emocional de la familia nuclear. En este sistema se incluyen las opciones para resolver la tensión dentro de la familia, las cuales se pueden manifestar como: a) la ansiedad se resuelve a través del conflicto permanente entre los padres, que nunca se separan, porque esa es la manera que tienen de resolver el conflicto, b) la ansiedad se resuelve cuando uno de los dos miembros de la pareja de padres se enferma, cambiando así un mal menor por un bien mayor, de la misma manera en que el organismo preserva al corazón y al cerebro frente a la hipertensión, aunque se dañe el riñón, porque esto es mejor desde el punto de vista adaptativo, c) la manera de conservar la unidad familiar es, que alguno de los hijos se enferme o se comporte como “la oveja negra”, con lo que se resuelve la ansiedad del sistema y d) la familia puede resolver la ansiedad instaurando distancia emocional, principalmente entre padres e hijos, que hacen como si los demás no estuvieran; esto se ve en muchas familias, que comparten la casa, pero no se hablan. El nivel de tensión depende de la forma en cómo la familia se adapta a dicha tensión y de la conexión de una familia con la familia extendida y las redes sociales. Conforme aumente la tensión, aumentan los síntomas y son más severos; también a mayor tensión, aumenta el número de personas sintomáticas a la tensión. Bowen (1989), menciona que lo esencial respecto a este concepto está referido a una cantidad particular de inmadurez e indiferenciación que ha de ser absorbida dentro de la familia nuclear, que es fluida y cambiante en cierto grado, y que aumenta hasta un nivel sintomático durante el estrés.

Desconexión emocional. Se refiere a la manera de afrontar el estrés alejándose completamente de la persona o la situación. La manifestación principal de ésta, es la negación de la intensidad de apego emocional no resuelto a los padres: el sujeto se comporta fingiendo una mayor autonomía de la que en realidad tiene y alcanza la desconexión emocional tanto por medio de mecanismos internos como por medio de una real distancia física Las

manifestaciones de este apego son típicas en la adolescencia. También, se da cuando el individuo no llega a entablar relaciones intensas ni cercanas con nadie y reduce su grado de compromiso emocional para no sufrir ni desilusionarse (Bowen, 1989).

Proceso de proyección familiar. Está determinado por la forma en que los padres transmiten su indiferenciación a sus hijos. Dicho de otro modo, es la manera primaria que los padres transmiten sus problemas emocionales a un niño, en donde éste es el receptor de una porción grande de la proyección, mientras que los otros niños quedan relativamente al margen. El hijo que se convierte en objeto de la proyección es el más apegado emocionalmente a los padres y el que termina con un nivel más bajo de diferenciación del Yo (Bowen, 1989).

Proceso de transmisión multigeneracional. Es el flujo de emociones a través de las generaciones, lo que va generando la percepción de la unidad emocional en la familia multigeneracional a ritmo variable, es decir, describe cómo los niveles de diferenciación entre los padres y su descendiente conducen sobre muchas generaciones a las variaciones marcadas en la diferenciación entre los miembros de una familia (Bowen, 1989).

Posicionamiento entre hermanos. Abarca las expectativas funcionales sobre la posición de los hijos. Bowen (1989), observó el impacto de la posición del hermano respecto al desarrollo y al comportamiento en su investigación de la familia; por ejemplo si el hijo mayor tiene una diferenciación alta, esto tendrá influencia sobre el desarrollo de los hijos menores. No obstante las características de una posición no son mejores que las de otra posición, sino que son complementarias.

Proceso emocional en la sociedad. El proceso emocional en la sociedad es muy similar a lo que sucede en los procesos dentro del núcleo familiar ya que es ahí donde se gestan los comportamientos de cada individuo para externarlos fuera del hogar (Bowen, 1989).

Con la definición de estos conceptos se pueden describir algunos problemas frecuentes, pero por otro lado también está la cuantificación de la presencia de sintomatología. La cuantificación tiene dos ventajas:

Primero, los índices numéricos hacen posible comunicar los resultados con mayor precisión que con solo juicios personales. Así, la disponibilidad de

termómetros hace posible informar el incremento exacto de la temperatura cuando se combinan dos productos químicos; si no se dispusiera de tales instrumentos sólo podríamos decir que “la temperatura se incrementa”. De manera similar, mientras los maestros asignan intuitivamente a los niños categorías generales de inteligencia tales como “brillante”, “promedio” y “abajo de lo normal”, las pruebas de inteligencia ofrecen diferenciaciones más exactas (Nunnally, 1991).

La segunda ventaja de la cuantificación es que permite el empleo de métodos precisos de análisis matemático, lo cual es esencial en la elaboración de teorías y en el análisis experimental. Aunque en cierta forma esto puede apartarse un poco de la psicología, Nunnally (1991), afirma que es razonable suponer que en el futuro todas las teorías se expresarán en forma matemática, ya que sólo de esta manera es posible realizar las deducciones precisas para la investigación experimental. Sin los precisos métodos de análisis tales como el factorial y el de varianza, sería imposible evaluar los resultados de la investigación.

Por lo cual, en esta investigación se realizó un instrumento de evaluación para medir la diferenciación de las personas, ya que se tienen información teórica sobre el tema, pero muy pocos instrumentos para medir la diferenciación. Con la realización de este instrumento se aporta para futuras aplicaciones y así se realizan futuras investigaciones que ayuden a resolver la problemática social y las sintomatologías psicológicas individuales.

El orden y desarrollo de los capítulos es el siguiente:

En capítulo I, se desarrolla la teoría familiar de Bowen (1989), se menciona los principales puntos de esta teoría, siendo este tema el sustento de la investigación. También se menciona la importancia que tiene la convivencia familiar con el desarrollo de cada miembro de la familia, el sistema emocional y otros sistemas de funcionamiento dentro de la misma.

En el capítulo 2, se habla de los antecedentes y los componentes del término familia, así como las funciones que tiene la familia sobre sus miembros, la relación afectiva dentro de la familia, la fusión familiar y la individualidad de cada miembro.

En el capítulo 3, se presenta el funcionamiento psicológico de la familia, el cómo y cuándo se forma la triangulación familiar, cómo funciona el sistema

emocional en la familia. Se describe el proceso de proyección familiar el de desconexión emocional. También se habla de la posición entre hermanos dentro de la familia.

En el capítulo 4, se desarrolla el constructo “Diferenciación del yo”. Ya que se considera el punto clave de la investigación, se le asignó todo un capítulo solo para este constructo. En este se presentan los factores generales que influyen en el nivel de diferenciación y la escala de diferenciación.

En el capítulo 5, se abordaron sólo aplicaciones empíricas de la teoría de Bowen, para poder evidenciar el interés que se ha tenido sobre esta teoría.

En el capítulo 6, se presenta el método que se siguió para la elaboración de la presente investigación cuantitativa. Se mencionan los objetivos, el procedimiento que se llevó a cabo, las características de la población utilizada en este estudio y el instrumento revisado para la realización del “Cuestionario de Diferenciación”.

En el capítulo 7, se presentan los resultados. Los que se obtuvo de la aplicación de los cuestionarios, como son, datos demográficos, resultados de los reactivos y lo que se obtuvo del análisis funcional realizado. Esto se presenta por medio de tablas, gráficas y texto.

En el capítulo de la discusión (8), se presentan una comparación con lo que se obtuvo y lo que afirma Bowen (1989) y otros autores mencionados a lo largo del marco teórico. Finalmente se presentan las conclusiones a las que se llegó al finalizar el presente estudio (capítulo 9).

1. CAPÍTULO I

La teoría de Bowen.

El ser humano no puede sobrevivir por sí mismo las primeras etapas de su vida sin la ayuda de figuras protectoras que lo alimenten, cuiden, brinden calor y lo auxilien en circunstancias en las que se enferma o se lastima. Una de las aproximaciones teóricas que han abordado este tema y el cómo el niño, con el paso de los años, se va haciendo más y más independiente de estas figuras protectoras, es la teoría del sistema familiar de Bowen (1989). Esta teoría también explica la importancia de la familia en este desarrollo y menciona el cómo la familia puede fomentar el desarrollo o atrofiarlo.

El evaluar a una familia, es algo muy complicado, ya que cuando un clínico comienza a tratar algún problema psicológico, el primer paso siempre es evaluar la naturaleza del problema. Algunos clínicos han reconocido desde hace mucho tiempo la importancia de la evaluación de las variables, a partir de varios niveles de observación, pero esto se ha dificultado en ausencia de una teoría integradora. Una teoría integradora puede proporcionar una manera sistemática de recolectar, organizar e integrar información para todos los niveles de observación. En la ausencia de dicha teoría, esta es una fuerte tendencia para todos los clínicos a fragmentar el conocimiento y a enfocar el tratamiento en una sección en particular.

La teoría del sistema familiar de Bowen, ayuda a evaluar las variables con la aportación de postulados y hay dos razones del por qué esta teoría es importante: primero, que la teoría familiar ha definido una nueva serie importante de variables que influyen en enfermedades físicas, enfermedades emocionales y problemas sociales; y segundo, que esta teoría ha demostrado que la interrelación de estas variables pueden ser entendidas con los sistemas de pensamiento.

Para ello, Bowen (1989) aplica ocho conceptos importantes para el desarrollo de las personas: Sistema emocional de la familia nuclear, escala de diferenciación del Yo, triángulos, desconexión emocional, proceso de proyección familiar, proceso de transmisión multigeneracional, posicionamiento entre hermanos y

proceso emocional en la sociedad. Los cuales se irán desarrollando a lo largo de los capítulos.

Para poder entender la teoría del sistema familiar de Bowen (1989) es necesario saber cómo surgió, quiénes fomentaron, apoyaron e investigaron esta teoría. En esta teoría se considera que el comportamiento de los animales es muy similar al de los humanos, pero una diferencia muy notable es la presencia de sentimientos en los humanos y en los animales no. El término básico de esta teoría es la diferenciación del Yo, por lo cual, Bowen (1989), realizó diversas investigaciones referentes a la diferenciación, por ejemplo observar a personas internadas en hospitales psiquiátricos o a sus mismos pacientes, con esto pudo observar que los internos de la clínica eran menos diferenciados que los externos (Kerr y Bowen, 1988).

Al enfrentarse a temas tan complejos como las enfermedades crónicas o los problemas de salud mental algunos profesionales de la salud, consideraron que su formación en biología tendía a entorpecer, más que a facilitar, la comprensión y manejo de estas enfermedades; la teoría de Bowen (1989) permite enfrentar la temática de salud o enfermedad de una manera explícita, con un enfoque en las dimensiones sociales que resulta mucho más humano, comprensible y efectivo.

La teoría de Bowen (1989) es muy compleja, pero es importante comprender sus conceptos, porque permite hacer el enfoque más adecuado a la salud familiar. Esta teoría propone la comprensión de la familia como un organismo, dentro del cual, lo que le ocurra a cada uno de sus miembros va a repercutir en todos los demás. Una buena analogía es pensar que la familia es una planta y las personas que componen a esa familia son las hojas de esa planta; si un botánico examina a la planta y ve que una de las hojas se está secando, no saca esa hoja para llevarla a un consultorio y hacerle una serie de exámenes para descubrir la causa del problema, sino que revisa la planta completa y todo su contexto: si le llega el sol, si dispone de agua, qué cantidad y tipo de nutrientes tiene la tierra. De la misma manera, si una niña de 9 años consulta por síntomas de asma, el médico o la enfermera le piden una serie de exámenes, pero si no la analizan en su contexto

no se darán cuenta de que los padres se separaron hace un año y que los síntomas de la niña tienen justamente un año de evolución (Kerr, 2003).

Una preocupación de Bowen (1989) en esta teoría, es el cómo un niño logra separarse adecuadamente de manera emocional y física de su familia de origen, sin que esto le cause daños en su vida. Al igual, la manera en cómo se pueden transmitir disfunciones psicológicas de manera intergeneracional y el cómo afecta a la familia del perturbado (Sharf, 1996).

En el presente capítulo se desglosa una breve introducción sobre la historia de la teoría de Bowen (1989), el cómo se estudia la familia y las razones, así como los sistemas funcionales de las personas y el cómo, estos sistemas, se presentan al interactuar con las demás personas.

La teoría de Bowen (1989) se desarrolla a partir la Teoría Natural de los Sistemas, la cual afirma que la conducta del ser humano y los demás seres vivos esta regulada y se desarrolló a través de un proceso de evolución. De esta manera, al igual que los animales, la conducta humana ocurre dentro de un contexto natural, la única diferencia es que el ser humano es más complejo ya que hasta ahora los animales no han logrado modificar su entorno de la manera en que lo han hecho los humanos (Kerr y Bowen, 1988).

La postura de Bowen (1989), sobre el comportamiento humano, contrasta con otras aproximaciones sociales, donde colocan al humano dentro de un contexto diferente; afirmando que el medio natural de los animales es la naturaleza y el medio natural del ser humano es la sociedad, ya que éste nace dentro de dicho contexto y la sociedad es quien humaniza al hombre enseñándole y dándole las herramientas necesarias para su desarrollo dentro de esta, no importando si lo hace de manera adecuada o no. Pero la postura de Bowen (1989) no es tan elaborada, por lo que solo plantea el comportamiento humano desde la perspectiva naturalista (Kerr y Bowen, 1988).

Bowen (1989), considera que los animales y los humanos viven en organización social de manera similar. Se puede decir que la diferencia entre la organización animal y la organización humana es la individualidad que existe en los humanos, y que esta organización es más desarrollada que la de los animales.

Uno de los contextos organizacionales y sociales de los seres humanos es la familia, de hecho se puede decir que es el más importante. El estudio de la familia no es tarea fácil, ya que existen diversas teorías que la estudian desde perspectivas diferentes. En ocasiones se considera que al estudiarla debe ser vista como un conjunto y no considerar la individualidad de cada miembro de la familia, ya que lo más importante es verla como una agrupación la cual se forma con la interacción de todos los miembros de ésta; por ejemplo, en ocasiones se responsabiliza a la familia por ciertos males psicológicos y se considera que el estudio individual de la persona es ineficaz, que se necesita estudiar a las personas de su alrededor para encontrar respuesta a lo que se busca. Pero de acuerdo con Ainsworth, Blehar, Waters, y Wall (1978), todo comportamiento está contextualizado desde el funcionamiento general de la familia, si se toma al ser humano como una parte del todo, se puede entender la dinámica de este. Con esto se apoya la perspectiva sistémica, que afirma que el todo es algo más que la suma de sus partes, es decir, que el funcionamiento de una parte de la familia no puede ser entendida si no es a partir del funcionamiento total de la misma.

Para poder entender lo dicho por la teoría de los sistemas, se puede tomar un ejemplo de la física. El oxígeno es un gas que tiene cierto tipo de características físicas y químicas bien estudiadas. El hidrógeno, de la misma manera, tiene sus propias características. Una vez unidos dos moléculas de hidrógeno con una de oxígeno, se forma una molécula de agua. Ésta tiene características físicas y químicas que no pueden ser explicadas o entendidas solamente estudiando tanto al oxígeno como al hidrógeno por separado. En este sentido es que se entiende que el todo es algo más que la suma de sus partes. Desde esta perspectiva, se considera que el todo tiene “propiedades emergentes” que la hacen diferente y que no pueden ser entendidas separando las partes, sino solamente estudiándolas en su conjunto (Kerr y Bowen, 1988).

Bowen (1989) trabajó como psiquiatra en la Clínica Menninger a finales de los años 40's, comenzó por estudiar familias hospitalizadas. En opinión de él, la esquizofrenia es consecuencia de un proceso familiar que ocurre en al menos tres generaciones del modo siguiente: los abuelos pueden ser visiblemente maduros,

pero sus características de inmadurez combinadas las adquiere de alguna manera uno de los hijos (por lo regular el más apegado a la madre); luego éste se casa con alguien igualmente inmaduro y su inmadurez combinada se dirige también hacia uno de los hijos (otra vez el más unido a la madre), este hijo, que acarrea la inmadurez colectiva de dos generaciones previas, es el más inmaduro de todos y el candidato más propenso a presentar síntomas psicológicos graves (Neiner, 1992 y Bosholm, 2004).

Una de las observaciones que hizo Bowen (1989), dentro de los hospitales psiquiátricos donde trabajó fue la fuerte conexión emocional que había entre la madre y el esquizofrénico. Éstos se encuentran tan involucrados uno con el otro, que es difícil pensar en ellos como dos personas separadas. Esta conexión no es muy diferente a las relaciones que ocurren en toda la familia nuclear, es decir, que el proceso involucra siempre a toda la familia y no solamente a los dos más involucrados. El padre y los hermanos del paciente juegan una parte para fomentar un problema que inicialmente solo existía entre la madre y el paciente. No sólo es difícil pensar en la madre y el esquizofrénico como personas separadas, sino que también es difícil pensar en toda la familia como personas individuales. El funcionamiento individual es tan interdependiente que la familia puede conceptualizarse más bien como una unidad (Kerr y Bowen, 1988 y Bosholm, 2004).

Bowen (1989), llegó a la conclusión de que las familias funcionan como un solo organismo y el paciente identificado es la parte a través de la cual se expresan los síntomas manifiestos. Al estudiar estas familias, observó que cuando los pacientes establecían contacto con su familia, parientes y particularmente con sus madres, tenían un tremendo impacto emocional en forma mutua. El paciente y su madre, y en menor grado sus otros parientes, parecían estar emocionalmente conectados en forma especialmente fuerte. La mayor parte de los investigadores planteaban esta fuerte conexión emocional como una simbiosis que se establecía dentro de la familia (Kerr y Bowen, 1988).

El término simbiosis fue tomado desde una perspectiva naturalista, por lo cual es considerado como un hecho natural y que aparentemente tiene una

función evolutiva. Bowen (1989) planteaba que la simbiosis observada entre la madre y el paciente se basa en profundos procesos biológicos, al igual que sobre procesos psicológicos patológicos más evidentes. Afirma que lo que se observa en la situación clínica no son más que una serie de exageraciones de los procesos naturales. Nunca encontró necesario invocar procesos “inconscientes” para tratar de explicar estos fenómenos (Kerr y Bowen, 1988 y Berryman, 1994). El involucramiento del paciente con la madre durante su infancia era una característica de los mamíferos y, en la mayoría de las ocasiones, los cachorros mamíferos crecían y se alejaban de la madre para terminar siendo adultos independientes. En el caso de la esquizofrenia humana, el involucramiento madre-hijo es mucho más intenso que el promedio y termina prolongándose demasiado en la vida adulta.

De acuerdo con Kerr y Bowen (1988), una característica notable de la relación entre madre e hijo es la proyección, mediante la cual la madre dirige sus preocupaciones acerca de su propia seguridad, capacidad y desamparo hacia el niño quien acepta el rol asignado. Por otra parte, el padre accede tanto a la proyección como a la aceptación a fin de conservar el sistema familiar. Esta conclusión paterna es vital para este sistema, ya que la estrecha relación entre madre e hijo nunca se hubiera producido sin la aprobación funcional del padre. Esta mujer atribuye su desamparo al pequeño y luego lo “engendra” en él con su Yo (de ella) adecuado; así, lo que comenzó en ella como un sentimiento se convierte en una realidad en el niño. En ocasiones, la ansiedad de una persona produce síntomas físicos en la otra. Bowen (1989) describe movimientos de subibaja que ocurren en varias familias, en donde la mejoría de uno de sus miembros da lugar a enfermedad física en otro y viceversa.

Esta unión tan estrecha entre los miembros de la familia se considera como un aspecto importante en el funcionamiento familiar. Bowen (1989), nombra a esta influencia como “transmisión de disfunciones psicológicas”, sobre algunas generaciones que afectan la interacción entre las familias. Pero algo aún más importante es la manera en que los niños pueden separarse por sí mismos, emocional y psicológicamente de su familia de origen (Sharf, 1996).

Neiner (1992), considera que el concepto central de la teoría de Bowen es la “masa con egos no diferenciados”, esto se refiere a la unidad del conglomerado emocional de la familia, que se da con distintos niveles de intensidad y cambia de acuerdo con patrones definidos de respuesta emocional. La relación simbólica entre madre e hijo es ejemplo de una parte o fragmento de dicho patrón. Lo importante del concepto es que los miembros no actúan ni reaccionan cómo individuos autónomos, maduros y diferenciados, sino como subunidades de un sistema mayor. Es el sistema el que reacciona y por tanto el que dicta y controla las reacciones de los individuos o subunidades.

Al igual que Bowen (1989), Theodore Lidz (1957; en Neiner, 1992). empezó por examinar el ambiente intrafamiliar de 14 familias donde había un esquizofrénico. Ellos encontraron que el factor etiológico primario era una relación marital patológica. En estas familias los cónyuges no satisfacían sus mutuas necesidades emocionales, lo que provocaba que algunos de ellos establecieran una alianza patológica con el niño.

Como ya se mencionó, Bowen (1989) realizó estudios sobre esquizofrenia, en los que enfocó pacientes mujeres y sus madres. Al no lograr influir mucho en el proceso de padecimiento de ciertas díadas, instaló a varios esquizofrénicos y sus padres en un pabellón de hospital para que vivieran ahí por periodos hasta de dos años y medio. Al observar directamente a estas familias completas, se vio que todos los integrantes de la familia presentaban un trastorno grave. Al igual que Lidz (1957), Bowen (1989) concluyó que la relación marital patológica entre los padres y de estos enfermos era un importante factor etiológico, pero empleó términos diferentes para describir los tipos de discordias conyugales observados (Neiner, 1992).

Por otro lado, una de las ideas centrales de la teoría de Bowen (1989) es la habilidad que tiene el paciente en diferenciarse a sí mismo entre su familia de origen, que uno necesita resolver todos los asuntos emocionales con la familia de origen, y en su lugar rechaza reactivamente o acepta pasivamente a la familia, antes de que logre ser maduro e individual. Bowen (1989), considera que el estimular a los pacientes para resolver todas sus situaciones emocionales por sí

mismo ayuda a que las personas se responsabilicen de sus acciones y de su vida, y así aumente el grado de diferenciación de la persona. Al igual afirma que conflictos no resueltos con la familia de origen caería sobre el paciente y afectaría sus presentes relaciones (Nichols y Schwartz, 1995).

Los integrantes de la familia funcionan de manera que todos intervienen en todos, esto se da cuando un miembro de la familia llega a estar ansioso o preocupado sobre lo que percibe como un problema en sí o un problema potencial en otro miembro de la familia. Conforme la persona ansiosa llega a estar cada vez más preocupada (en la fantasía, en verbalizaciones, etcétera), con la apariencia y comportamiento de la persona que es percibida como problemática o que tiene un problema, la cual típicamente exagera su comportamiento, actitudes o apariencia que le preocupa a la otra persona "ansiosa". Esta exageración del "problema" incrementa, por supuesto, a la persona "ansiosa". A partir de aquí se da un ciclo de ansiedad y conducta problemática que deriva y resulta en que la persona preocupada se mete en una postura de cuidado, más de lo que le gustaría y la persona "problemática" se mete todavía más en una postura de niño o de paciente de lo que le gustaría (Kerr y Bowen, 1988 y Papero, 1990). Un ejemplo de esto es una discusión, un hombre se enoja con su esposa y le grita, le transmite esa ansiedad a ella, que también es poco diferenciada y le responde de igual forma con gritos, él también le contesta con gritos y se vuelve una cadena que se mantiene o aumenta el grado hasta llegar a los golpes.

Cada persona llega a ser un prisionero en función de lo que el otro hace y no es capaz de cambiar su comportamiento, hasta que pare el del otro. A través de esta interacción recíproca, el funcionamiento de la familia crea tantos problemas para el paciente, como el paciente crea problemas para la familia. Sin embargo, los miembros de la familia perciben que su ansiedad es causada por las actitudes y comportamientos del paciente, pero lo que no ven es que el comportamiento del paciente no es sino un reflejo de su propio funcionamiento ansioso. El paciente generalmente se percibe como el que "en verdad" causa los problemas de la familia; de acuerdo con la reciprocidad entre integrantes de la familia, se puede decir que para tratar a un miembro de la familia, es necesario ver el problema a

partir de la convivencia y dinámica familiar, ya que como se mencionó, la familia es un todo a pesar de que cada miembro es independiente, los demás miembros influyen el comportamiento de éste (Kerr y Bowen, 1988).

Los ciclos de cercanía-distancia que ocurren dentro de la familia son una explicación de la familia como un todo, pues la gente se junta, se mueve aparte, se vuelve a unir, vuelve a moverse aparte como si la relación fuera un acordeón. Aparentemente ningún miembro de la familia es responsable de estos movimientos, aunque generalmente es alguien el que se siente culpable. Estos ciclos son perpetuados por el funcionamiento de cada uno de los miembros de la familia. Estos ciclos son tan precisos que una explicación basada en el pensamiento individual de cada uno de los miembros de la familia parece bastante inadecuada (Sharf, 1996).

De acuerdo con Kerr y Bowen (1988), desde que se considera al ser humano como un ser social, se tiene que considerar al trabajar en alguna situación personal, la relación con las personas que la rodean; lo que ocurre con los sentimientos y pensamientos de una persona es tan importante como saber el proceso de relación, pero el proceso de relación es lo difícil de observar. La gente tiene una fuerte tendencia a considerar sus propios pensamientos, emociones y lo que las otras personas sienten y piensan como independientes de lo que ocurre dentro de las relaciones. Todo esto tiene profundas implicaciones para explicar el funcionamiento de la familia desde una perspectiva de la teoría de sistemas. A partir de esto podemos considerar que la teoría de Bowen (1989), a pesar de que parte de principios completamente naturales, enfatiza más el aspecto relacional dentro de la familia, más que estar investigando lo que ocurre en la cabeza de los pacientes.

1.1. La familia como un continuo.

Las familias existen dentro de un continuo que va desde el funcionamiento que se asocia a pocos problemas clínicos hasta las asociadas con fuertes problemas clínicos. La base de este continuo es el proceso emocional que,

conforme llega a ser más intenso, resulta en gente que es altamente dependiente sobre la reactividad del otro. Conforme la intensidad se incrementa, las reciprocidades llegan a ser cada vez más exageradas y los problemas en el funcionamiento son cada vez más pronunciados. En un extremo, la gente está tan entrelazada que es casi imposible evitar el efecto de balanceo. El funcionamiento de una persona sube mientras que el del otro disminuye. Cerca del otro extremo, todavía el efecto de balanceo permanece, pero es mucho menos pronunciado. La gente tiene más autonomía en su funcionamiento emocional (Kerr y Bowen, 1988 y Framo, 1996).

A partir de aquí, se desarrolló el concepto de diferenciación del Yo dentro de una escala. La escala intenta mediar el hecho de que no todas las familias están en los mismos términos en su funcionamiento emocional. Las familias que tienen problemas serios son más cuantitativamente diferentes, pero no cualitativamente diferentes que las familias que tienen menos problemas; esto es, que en todas las familias se presentan ciertos fenómenos pero en algunas familias con mayor intensidad que en otras, lo cual no quiere decir que no se presente.

Cuando se ve a la familia como un continuo, decir que es “una familia normal” o es “una familia anormal o patológica”, es algo inoportuno, pues regularmente se considera a las familias con algún paciente esquizofrénico como familias anormales, se marca cierta separación entre familia esquizofrénica y familia normal, pero no nos damos cuenta de que en realidad en todas las familias existe el mismo fenómeno, pero la diferencia es el grado de intensidad en que se presenta en cada una y no si la hay o no; por lo cual, para poder intervenir en una familia se requiere saber la intensidad del problema, sea esquizofrenia, dependencia, ansiedad, depresión, entre otras (Feeney y Ryan, 1994).

1.2. El sistema emocional.

Este concepto juega un papel importante para entender la teoría de Bowen (1989); postula la existencia de un sistema que ocurre naturalmente en todas las formas de vida, lo cual hace capaz al individuo a recibir información (tanto de sí

mismo como de su ambiente) para integrar esa información y para responder en base a la misma. El sistema emocional incluye mecanismos que están involucrados en la búsqueda y obtención de comida, alejarse de los enemigos, la crianza de los hijos y otros aspectos de las relaciones sociales. Incluye respuestas que van desde las más automáticas e instintivas hasta aquellas que contienen una mezcla de elementos aprendidos y automáticos. Guiado por el sistema emocional, el individuo parece responder algunas veces por el auto-interés y algunas veces basado en los intereses del grupo (Kerr y Bowen, 1988).

El sistema emocional es lo que nos asemeja a los animales, ya que es el sistema que controla todas las formas instintivas de los seres vivos, es una manera de reaccionar sin pensar lo que se está haciendo, el hacer las cosas por interés propio sin pensar en las personas que nos rodean, es una forma de ser egocéntrica que está en todos los seres vivos.

Aparentemente definido así, el sistema emocional no es tan útil, dado que incluye todos los mecanismos del organismo para impulsarlo y guiarlo a través de la vida. El concepto parece demasiado amplio como para servir a un propósito útil. No es así, el propósito más importante es establecer una piedra de toque de la teoría de los sistemas familiares sobre la suposición de que el comportamiento de todas las formas de vida tiene su pulsión y posee un sistema emocional semejante al que existe en todas las formas de vida (Kerr y Bowen, 1988). En el caso de los humanos es fácil dar razones de sus acciones e inacciones, mucho de lo cual hacen, es también hecho por otras formas de vida no comprometidas con dichas "razones". Los humanos se atraen mutuamente, se aparean, se reproducen, crían a sus hijos, ayudan a otros, compiten, huyen, dominan a otros, luchan por su vida, etcétera. Nos apareamos en nombre del "amor", peleamos en nombre de algún "ideal", ayudamos a otros en nombre de una "virtud" y criamos hijos en nombre de la "responsabilidad". Al observar a otros animales en la naturaleza, podemos darnos cuenta que hacen muchas de estas cosas sin importar las razones mencionadas. Este punto de vista no niega la influencia de los centros elevados del cerebro humano sobre su conducta. Más bien enfatiza la importancia del

sustrato sobre el cual descansa la actividad de las partes elevadas del cerebro humano.

Otro propósito del concepto de sistema emocional es que proporciona una forma novedosa de pensar, de tal manera que ayuda a salvar la visión fragmentada que persiste actualmente en la ciencia. Esto se ve reflejado en la insistencia de la dicotomía teórica de la biología y la medicina y la dicotomía mente-cuerpo. Mientras que inmunólogos, endocrinólogos, genetistas y otros profesionistas especializado pueden describir la actividad de los procesos patológicos en los sistemas que estudian, no pueden explicar la actividad en forma adecuada. No son capaces de explicar que “impulsa” el proceso. Es decir, que observan los fenómenos como separados uno del otro y no como un sistema, como un todo, por lo cual, les es difícil estudiar dicho sistema, ya que para estudiar el sistema se deben ir estudiando cada una de sus partes pero viéndolas como parte del sistema e ir conjuntando cada una de ellas (Kerr y Bowen, 1988; Maslow, 1990 y Framo, 1996).

De acuerdo con Kerr y Bowen (1988), otro propósito del sistema emocional es que puede ser fácilmente extendido más allá del individuo, de tal manera que incluya el sistema relacional. Esto es importante porque, mientras que los sustratos anatómicos y fisiológicos de las emociones están contenidas dentro de los límites físicos del los organismos individuales, mucho del funcionamiento emocional de los organismos se orienta hacia las relaciones con otros organismos y con el ambiente. De hecho, el funcionamiento del individuo frecuente no es comprensible fuera del contexto de la relación del individuo con el grupo. El ser humano tiene la capacidad de transmitir o expresar esas emociones a las personas o seres que los rodean lo cual ayuda al desarrollo social de la persona.

1.3. Otros sistemas de funcionamiento del ser humano.

La teoría de Bowen (1989), conceptualiza otros dos sistemas, además del sistema emocional, estos son muy importantes para el funcionamiento humano; y son el sistema de sentimientos y el sistema intelectual. Los términos emociones y

sentimientos por lo regular crean confusión al usarlos, usándolos en forma indistinta. Si no se hace la distinción entre emoción y sentimientos, es difícil aplicar el término a todas las formas de vida. La diferencia de emoción y sentimiento se refleja en la afirmación “los pájaros, peces e insectos tienen emociones”. Cuando se dice esto, lo que se quiere decir es que los animales inferiores no tienen sentimientos. Para la mayoría de las especies, probablemente esto es correcto. Sin embargo, para la teoría de los sistemas, la diferencia entre emociones y sentimientos, permite que el término “emocional” se aplique a todas las formas de vida (Kerr y Bowen, 1988).

Un ejemplo de comportamiento emocionalmente controlado son las manadas de leones que atacan a los intrusos que invaden su territorio, los leones no contemplan el significado de sus acciones, tampoco las consecuencias que ocasiona el agredir al intruso, ni tienen fuertes sentimientos nacionalistas, más bien simplemente actúan.

Es indudable que el sistema de sentimientos tiene mucha influencia en la actividad humana. De hecho, probablemente los sentimientos tienen la más grande influencia sobre los procesos sociales que el pensamiento. La gente puede saber de los sentimientos sobre la base de lo que percibe. Esto contrasta con las emociones, las cuales no se perciben. La influencia de las emociones debe inferirse a partir de observar lo que la gente hace y no hace en una situación determinada. Al parecer, los sentimientos son un conocimiento intelectual o cognitivo de aspectos más superficiales del sistema emocional. La gente se siente culpable, avergonzada, desaprobada, furiosa, celosa, ansiosa, con simpatía, con rechazo, etcétera. Muchos animales actúan como si tuvieran experiencias similares, pero hay poca evidencia de que así sea. Simplemente reaccionan en forma emocional. La suposición es que los humanos también reaccionan de manera emocional, pero con una capa de sentimientos sobre el mismo. Es el componente de sentimientos lo que conocen, pero reaccionan más de lo que explicarían los sentimientos (Kerr y Bowen, 1988).

Otro sistema que presenta la especie humana, es el “sistema intelectual” el cual se refiere a la parte del sistema nervioso del hombre que ha sido adquirido en

forma más reciente dentro de la evolución, esta parte generalmente es denominado como “cerebro pensante” del hombre. Este sistema incluye la capacidad humana de conocer y entender. Es la parte del hombre que lo convierte en una forma única de vida. El hombre es el único que tiene la capacidad de saber, entender y comunicar ideas complejas que excede en mucho el de cualquier otro animal. No hay evidencia de que la habilidad de pensamiento del hombre, el cual puede observar y abstraer el proceso del mundo natural, se aproxime por otra especie (Kerr y Bowen, 1988).

Pero hay una diferencia importante entre el pensamiento que no está influenciado por el proceso emocional y de sentimientos y el pensamiento que si está influenciado. Esta distinción es en términos de objetividad y subjetividad. Se puede decir que la mayoría del tiempo, el intelecto actúa al servicio de los sentimientos y las emociones. Cuando la imaginación corre en forma descontrolada al punto de distorsionar la realidad, cuando se planea un asesinato o cuando un grupo de personas justifican sus intentos de controlar a otros basándose en tener el punto de vista religioso o político “correctos”, el intelecto funciona en apoyo a los procesos emocionales y de sentimientos. Las opiniones y las acciones se justifican en base a evaluaciones subjetivas sobre el mundo y sus habitantes.

Cuando el ser humano reacciona en forma emocional ante estímulos internos o externos, puede haber manifestaciones de que reaccionan a niveles emocionales, de sentimientos e intelectuales. La manifestación a nivel intelectual es pensar que está muy influenciada por las emociones y los sentimientos (subjetividad). Pero las manifestaciones de sentimientos, probablemente sean las más evidentemente consideradas como “automáticas”, las cuales gobiernan emocionalmente el pensamiento de forma automática. Si alguien responde reflexivamente degradando las ideas o las personas, esto es una opinión que emana de la subjetividad de la persona. La respuesta puede sonar “intelectual”, pero está gobernada principalmente por las emociones y los sentimientos (Kerr y Bowen, 1988 y Bosholm, 2004).

Estos tres sistemas trabajan influenciándose mutuamente. No se puede decir que uno es mejor que el otro ya que los tres son importantes para un buen funcionamiento humano, sin embargo si se puede decir que el grado o intensidad en que se presenta cada uno si puede dañar o presentar problema psicológicos y por como consecuente problemas sociales.

Se concluye que, Bowen (1989), considera que la base de la familia es la capacidad de las personas para diferenciarse de su familia de origen. Este concepto se utiliza para describir las formas en que un individuo puede incluir o excluir en su proyecto de vida a otros miembros de la familia. Una preocupación particular de Bowen (1989) es la forma en que los niños pueden separarse por sí mismos, emocionalmente y físicamente, de su familia de origen. También la transmisión de algunas disfunciones psicológicas de generación en generación, que afectan a la interacción de las familias.

La premisa central de esta teoría es que uno debe resolver todos los problemas emocionales que vienen desde la familia de origen, en lugar de rechazar de manera reactiva o aceptar pasivamente lo que la familia dice, hace o pide, olvidando que uno puede convertirse en un individuo maduro y saludable. (Nichols y Schwartz, 1995).

El sistema emocional existe tanto en los humanos como en los animales, son una especie de reacciones instintivas que el individuo adopta en diversas situaciones ya sea de calma o estresantes; se considera que regularmente es el que controla nuestra vida, lo importante es saber hasta que grado nos controla y de que manera. Lo que nos hace diferentes de los animales es la presencia del sistema de sentimientos en los humanos.

Al hablar de individualidad o problemas emocionales se sabe que en ocasiones la familia es un factor influyente o generador de estos, ya que la convivencia con la familia es lo que va formando a la persona como ser social. Al igual, debería ser la que fomente la individualidad e independencia de las personas, para que aumente su grado de diferenciación, pero en ocasiones no es así, los mismos padres orillan a los hijos a ser tan dependientes de ellos con la

idea de que es lo mejor para ellos y que así los protegen de posibles problemas sociales, emocionales, entre otros.

2. CAPÍTULO II

Antecedentes de la familia.

Como ya se mencionó en el capítulo anterior la familia es un importante factor de desarrollo de las personas, es la primordial fuente de información y socialización que tienen los seres humanos, es considerada la base fundamental para la formación de la personalidad de los individuos y es una unidad sociológica e institución universal que cuenta con costumbres distintas en diferentes sociedades e implementadora de normas. Por lo cual, se puede decir que para estudiar un problema individual es de suma importancia considerar a la familia de origen de la persona, ya que muchas veces ésta es la que acarrea diversas sintomatologías físicas o psicológicas.

La diferenciación está muy vinculada con la familia, ya que a partir de ésta se va formando la persona como un ser independiente o un ser dependiente de las personas que la rodean. La familia es el primer estímulo de interacción y con el cual se aprenden estilos de vida y formas de afrontamiento, las cuales pueden ser asertivas o no; al igual se aprende a controlar las emociones o dejarse llevar por estas y reaccionar de manera impulsiva.

El concepto de familia es un término muy problemático, ya que conforme van pasando los años va cambiando de significado y de forma. Cada vez ocurren más cambios a nivel social, por ejemplo los integrantes de la familia, en años pasados la familia la conformaban padre, madre e hijos. Ahora las familias no son así, ahora las familias se conforman de diferentes integrantes, abuelos, madres solteras, matrimonios sin hijos, parejas homosexuales, entre otras.

Al igual las funciones de la familia van cambiando con el tiempo, de acuerdo con las necesidades de los integrantes y de la época en la que viven. El grado de apego de cada integrante de la familia es diferente, ya que la convivencia entre ellos es muy diferente siempre se va a concentrar la atención y el apego más en unos que en otros, esto provoca que los más apegados sean menos diferenciados que los menos apegados.

Se puede decir que la familia no es una entidad estática, ya que está en un continuo proceso de cambio, lo mismo que sus contextos sociales. En un primer momento la generación de los padres cuando se es infante, la de los

contemporáneos cuando se elige pareja, y la de los hijos cuando se forma una familia y se reproduce. Por lo tanto, con su propio estilo y de acuerdo a la época social que le corresponde vivir, acarrea estilos de comportamiento de una generación a otra (Vargas e Ibáñez, 2002).

Todas las experiencias de la familia de origen modulan y organizan estos complejos intercambios. Los niños que se desarrollan en un ambiente relativamente seguro podrán ser funcionales, amar y trabajar en un ambiente sano y productivo; pero aquellos que se desarrollan en un ambiente de grandes injusticias, que fueron chivos expiatorios, víctimas de engaños, etcétera, serán parte de un mundo interno de significados negativos, lo cual tendrá una fuerte influencia en sus relaciones con la familia que posteriormente formarán (Bowlby, 1993).

2.1. Definición.

El modelo estereotipado de familia tradicional es un agrupamiento nuclear compuesto por un hombre y una mujer unidos en matrimonio, más los hijos tenidos en común, todos bajo el mismo techo. El hombre trabaja fuera de casa y consigue los medios de subsistencia de la familia; mientras, la mujer en casa cuida de los hijos del matrimonio. Más tradicional, es el modelo de la familia troncal o múltiple (la familia de los padres y la de los hijos conviviendo) y de familia extensa (la familia troncal más parientes colaterales), pero los análisis históricos muestran que esos tipos de familia no han sido realidades igualmente extendidas por toda España, habiendo existido zonas en las que lo habitual ha sido la familia nuclear y otras con predominio de familias múltiples. Que se haya dado uno u otro modelo de familia ha dependido de factores como los diferentes sistemas de herencia y sucesión predominantes en distintos lugares, o el nivel de pobreza de las familias que se ven obligadas a albergar a los hijos casados (Blanco y Espinoza, 1998).

Después de mencionar la definición anterior, podemos ver que con el correr de los años se han hecho modificaciones y cambios en esta definición (Rodrigo y Palacios, 1998):

-Para que haya una familia, en la actualidad, no necesariamente es primordial el matrimonio, existen diversas parejas que viven en unión libre y tienen hijos.

-Uno de los dos progenitores puede faltar, quedándose entonces el otro solo con los hijos y en caso de ser la madre la que se queda sola, tiene que buscar la forma de mantener a la familia desde el ámbito económico hasta el personal.

-Los hijos del matrimonio son frecuentemente tenidos en común, pero en ocasiones se emplean diferentes métodos, como la adopción, o por las vías de las modernas técnicas de reproducción asistida, o provenientes de otras uniones anteriores.

-La madre no necesariamente se ocupa de los hijos y de la casa todo el tiempo, en ocasiones las madres se dedican a otras actividades laborales o de distracción y desarrollo personal fuera del hogar.

-El padre no necesariamente es sólo el proveedor de recursos de subsistencia de la familia, sino también se incluye en la dinámica familiar cuidando, apoyando, educando, entre otras, a los hijos.

-El número de hijos se ha reducido drásticamente, hasta el punto de que en muchas familias hay solamente uno.

-Existen parejas que deciden casarse y no tener hijos, y no solo porque no hay hijos no puede llamarse familia, también existen familias de dos personas.

-Algunos núcleos familiares se disuelven como consecuencia del proceso de separación y divorcio, siendo frecuente la posterior unión con una nueva pareja en núcleos familiares reconstruidos.

-Algunas familias están formadas por parejas homosexuales, los cuales deciden adoptar hijos o no.

-En ocasiones los padres faltan y los hijos se quedan solos o algunos tíos, abuelos, primos, entre otros, se hacen cargo de ellos.

Considerando los cambios anteriores se puede decir que familia es la unión de personas que comparten un proyecto vital de existencia en común, en el que se generan fuertes sentimientos de pertenencia a dicho grupo. Existe un compromiso personal entre sus miembros y se establecen intensas relaciones de intimidad, reciprocidad y dependencia (Musitu, Román y García, 1988).

Los criterios que parecen más definitorios del concepto de familia son aquellos intangibles y están relacionados con metas, motivaciones y sentimientos; características que, para la calidad de la vida familiar y de las relaciones entre sus miembros, tiene una importancia mucho más primordial que el vínculo legal, las relaciones de consanguinidad, el número de sus miembros o el reparto de roles. Resulta crucial, en primer lugar, la interdependencia, la comunicación y la intimidad entre los adultos implicados; en segundo lugar, la relación de dependencia estable entre quien cuida y educa, por un lado y quien es cuidado y educado, por otro; y en tercer lugar, que esa relación esté basada en un compromiso personal de largo alcance de los padres entre si y de los padres con los hijos.

2.2. Funciones de la familia.

Las principales funciones de la familia son facilitar el aprendizaje de diversos conocimientos y habilidades, proporcionar la motivación para nuevos aprendizajes e influir en la formación de modelos de interacción social. Al respecto Ackerman (1997), menciona que las funciones principales de la familia son la provisión de necesidades biológicas y sociales, la oportunidad de manifestar la identidad personal, el modelamiento de los valores, el fomento del aprendizaje y el apoyo de la creatividad e iniciativa individual. Sin embargo existen otras funciones inmersas en éstas que cumple la familia, de acuerdo con Andolfi (1985), Minuchin (2002), Cook y Goldstein (1989):

Desde la perspectiva de los hijos que viven en la familia, esta es un contexto de desarrollo y socialización. Pero desde la perspectiva de los padres, es un contexto de desarrollo y de realización personal ligado a la adultez humana y a las etapas posteriores de la vida. Hacerse adulto en familia supone el establecimiento de un compromiso de relaciones íntimas y privilegiadas con, al menos, otra persona (la pareja). En esa relación hay elementos que la hacen diferente tanto de la dependencia que se tenía cuando vivía en el hogar de los padres, como a la independencia que caracteriza otras formas de agrupamiento (por ejemplo, cuando dos o más personas tienen en común la misma vivienda sin por ello compartir sus subjetividades y sus proyectos a largo plazo).

Andolfi (1985), Cook y Goldstein (1989), Ackerman (1997) y Minuchin (2002), consideran a los padres no solo como promotores del desarrollo de los hijos, también como personas en proceso de su mismo desarrollo, por lo cual mencionan una serie de funciones de la familia:

-Es un escenario donde se construyen personas adultas con una determinada autoestima y un determinado sentido de si mismo, y que experimentan un cierto nivel de bienestar psicológico en la vida cotidiana frente a los conflictos y situaciones estresantes.

-Es un escenario de preparación donde se aprende a afrontar retos, así como a asumir responsabilidades y compromisos que orientan a los adultos hacia una dirección productiva, plena de realizaciones, proyectos e integración en el medio social. Es un lugar donde se encuentran multitud de oportunidades para madurar y desarrollar los recursos personales y así salir reforzados de las pruebas y retos que depara la vida. También es un lugar donde encontrar el suficiente empuje motivacional para afrontar el futuro.

-Es un escenario de encuentro intergeneracional donde los adultos amplían su horizonte vital formando un puente hacia el pasado (la generación de los abuelos) y hacia el futuro (la generación de los hijos). La principal materia de construcción y transporte entre las tres generaciones son por una parte, el afecto y, por otra, los valores que rigen la vida de los miembros de la familia y sirven de inspiración y guía para sus acciones.

-Es una red de apoyo social para las diversas transiciones vitales que ha de realizar el adulto: búsqueda de pareja, de trabajo, de vivienda, de nuevas relaciones sociales, jubilación, vejez, etcétera. La familia es un núcleo que puede dar problemas y conflictos, pero que también constituye un elemento de apoyo ante dificultades surgidas fuera del ámbito familiar y un punto de encuentro para tratar de resolver las tensiones surgidas en su interior. A pesar de que la familia puede dar problemas, también es función de la misma evitarlos o ayudar a resolverlos, al igual funciona como apoyo en las dificultades de las relaciones de los miembros con sus relaciones externas pero sin ser entrometidos.

Ya mencionadas las funciones anteriores, Maslow (1989), menciona ciertas necesidades básicas todos los individuos deben cubrir y son: fisiológicas (hambre, sueño, etcétera), de seguridad (estabilidad, orden), de

amor y pertenencia (familia, amistad), de estimación (respeto por sí mismo, reconocimiento) y de auto-actualización (desarrollo de las capacidades).

2.3. El apego familiar.

La teoría del apego propone un marco sistemático para relacionar la interacción temprana de la triada madre-padre-niño/a con el desarrollo del niño a través de un desarrollo funcional (Perris, 1994). Los teóricos del apego se han centrado en el estudio de la relación parento-filial, debido a que es la más importante desde el punto de vista de la influencia que ejerce en el desarrollo temprano de la personalidad.

La formación de lazos afectivos es una necesidad vital del ser humano, estos proporcionan la base de su desarrollo psicosocial. Desde el nacimiento el hombre depende totalmente de un adulto para su supervivencia y posteriormente, el vínculo que forma con él, constituye el medio a través del cual logra elaborar un sentido de sí mismo, el cual es único y específico.

Bowlby (1993) considera que la conducta de apego es cualquier forma de conducta que tiene como resultado el que una persona obtenga o retenga la proximidad de otro individuo diferenciado y preferido, que suele concebirse como más fuerte y/o más sabio. Las conductas infantiles como succionar, aferrarse, seguir, sonreír y llorar tienden a inducir respuestas protectoras de los cuidadores adultos y a establecer un vínculo entre el niño y el cuidador. El apego existente entre madre e hijo se puede observar cuando el bebé llora, la madre lo carga y lo aferra a su pecho, éste al sentir el contacto con su madre deja de llorar; al igual el apego se forma ya que la madre es la fuente de alimento para el hijo y con ella se siente protegido.

El apego es un vínculo afectivo que una persona (niño, adolescente o adulto) establece con algunas personas del sistema familiar, es un lazo emocional que impulsa a buscar la proximidad y el contacto con las personas a las que se apega, llamadas figuras de apego. Aunque este vínculo forma un todo, pueden distinguirse en él tres componentes básicos: conductas de apego, representación mental de la relación y sentimientos. Estos tres componentes se mantienen a lo largo del ciclo vital, pero van cambiando su contenido concreto (Bowlby, 1958 y Marrone, 2001). La tesis fundamental de la Teoría del Apego

es que el estado de seguridad, ansiedad o temor de un niño es determinado en gran medida por la accesibilidad y capacidad de respuesta de su principal figura de afecto (persona con que se establece el vínculo).

Desde el punto de vista subjetivo, la función del apego es proporcionar seguridad emocional. El sujeto quiere las figuras de apego porque con ellas se siente seguro, aceptado incondicionalmente, protegido y con los recursos emocionales y sociales necesarios para su bienestar. La ausencia o pérdida de figuras de apego es percibida como amenazante, como pérdida irreparable, como situación de desprotección y desamparo, como situación de riesgo. Para cumplir estas funciones básicas (supervivencia y seguridad emocional) el vínculo de apego tiene cuatro manifestaciones fundamentales: a) buscar y mantener la proximidad, b) resistirse a la separación y protestar si ésta se consuma, c) usar la figura de apego como base de seguridad desde la que se explora el mundo físico y social y d) sentirse seguro/a buscando en la figura de apego el bienestar y el apoyo emocional (Feeney y Noller, 2001).

La figura de apego con el paso de los años va cambiando, en ciertas etapas del desarrollo del niño, hasta puede haber más de una figura de apego, sin embargo, siempre hay una figura primaria, la que se prefiere como refugio seguro en momentos de angustia. Por ejemplo, en el bebé la figura de apego es la madre y con el paso de los años esta figura de apego cambia, ya sea el padre, el tío, el primo, un amigo, un músico, un actor, la pareja, entre otros.

El deseo origina el apego a todo lo que produzca placer o evite el dolor. El apego nace del sentimiento de que debemos tener algo para nuestro propio placer o satisfacción. La idea del desapego significa gozar del todo lo que uno reciba, pero también estar listo a abandonarlo siempre que sea necesario, sin experimentar pena o una sensación de pérdida (Marrone, 2001). Esto se puede ver cuando se casa un hijo, hay madres que sufren cuando sus hijos se van de casa, de manera que parece que en lugar de casarse se hubiera muerto; la madre está tan apegada al hijo que no quiere dejarlo ir y sufre con su ausencia.

2.4. Persona como ser social e individual.

Como todo ser vivo, los individuos al nacer intentan adaptarse a las condiciones ambientales que lo rodean y esto condiciona una forma particular de ligarse emocionalmente con los demás. Dentro de este desarrollo personal puede tener una variedad de estilos de relacionarse con la pareja, los hijos, los amigos y la familia (Charles, 2001).

Fadiman y Frager (1979), afirman que nuestra persona es la forma como nos presentamos ante el mundo; a través de ella nos relacionamos con los demás. La persona incluye nuestro papel social, el tipo de ropa que escogemos y nuestro individual estilo de vida y de expresión. Esta claro que la familia es una institución muy importante para el desarrollo personal de los individuos, ya que dentro de esta se adquieren creencias, valores, patrones de conducta a imitar de las personas que se admira, pero no se debe olvidar que paralelamente al desarrollo social está el desarrollo personal, esto es, lo que la persona es en realidad; al convivir con ciertas personas se es dependiente de ellas pero no completamente, siempre debe existir cierta individualidad ya que si se depende completamente de las demás personas no se pueden tomar decisiones propias ni resolver problemas por sí mismo. Si se depende completamente de las personas, se espera que ellas resuelvan y decidan por uno, y si esa o esas personas desaparecen se acaba el mundo o la existencia de la persona dependiente.

La personalidad de cada individuo tiene aspectos positivos y negativos. Una persona dominante puede reprimir a otros y aquellos que se identifican con su persona tienden a verse sólo en función de su papel social y su apariencia superficiales. Y una persona no dominante es lo contrario, personas reprimidas e imitantes de las otras personas, no tienen decisiones propias. La persona constituye también una herramienta valiosa para la comunicación. En el drama griego, las exageradas máscaras informaban a todo el auditorio en forma clara, aunque algo estereotipada, sobre el carácter y las actitudes del papel desempeñado por cada actor. La persona puede a menudo jugar un papel importante en nuestro desarrollo positivo. A medida de que empezamos a actuar de determinada manera, a representar un papel, nuestro ego va cambiando poco a poco hacia esa dirección (Fadiman y Frager, 1979).

2.5. Fusión familiar como problema social.

Un concepto importante dentro de la familia es la diferenciación del Yo, que de acuerdo con Bowen (1989), es cuando el sujeto puede relacionarse afectiva y emocionalmente con los demás, al mismo tiempo que conserva su individualidad y perspectivas personales; es la habilidad que desarrolla uno para afrontar, en forma adaptada, el estrés y la ansiedad. La diferenciación exitosa se logra de acuerdo con la habilidad que tiene uno de balancear tanto las dimensiones interpersonales como intrapsíquicas del Yo. De acuerdo con el autor mencionado, a mayor nivel de diferenciación, más recursos psicológicos se tienen disponibles para afrontar las situaciones que producen ansiedad; a mayor diferenciación, mejor es el nivel de ajuste psicológico. En resumen, la diferenciación se refiere a la habilidad que uno tiene de experimentar tanto intimidad como independencia de los demás, la habilidad de lograr separar lo individual de lo social; el separar y saber combinar de manera adecuada lo racional y lo emocional, de acuerdo a requerimiento. Por ejemplo, una persona que reacciona de manera emocional, es una persona que vive y se comporta espontáneamente sin pensar en las consecuencias, conveniencias, entre otras, de sus actos.

Pero en ocasiones no se logra tener dicha individualidad y las personas sin darse cuenta se vuelven dependientes de los demás. Un extremo de esta dependencia es luchar por conservarse cerca de las personas significativas y tratar de agradarles lo más posible sin importar su individualidad y sin importar hacer cosas que no se quiere hacer, por ejemplo, cuando un hombre quiere agradarle a una mujer y quiere tenerla a su lado, a él no le gusta ir al cine, le aburre y lo estresa, pero como a ella le encanta el cine, él va al cine y finge disfrutar el momento. El otro extremo es lo que Bowen (1989), conceptualizó como “desconexión”, es decir, que el sujeto es emocionalmente tan dependiente y esto le provoca grados extremos de ansiedad que decide retirarse físicamente y emocionalmente de las personas importantes de su existencia.

Una persona que no logra la diferenciación está tan fusionada con la familia que puede presentar sobre-funcionamiento o sub-funcionamiento. Gilbert (1992) afirma, referente al sobre-funcionamiento, son personas que dan

consejos, que exigen cambios a las demás personas de acuerdo a sus intereses o a lo que ellas quieren, resuelven problemas de otras personas sin permitir que la persona del problema intente resolverlo, se sienten responsables de las demás personas, hacen las cosas que la otra persona puede realizar por si misma. Y referente al sub-funcionamiento, son personas que piden consejos en lugar de pensar, son irresponsables en lo que hacen, buscan ayuda de los demás cuando no se necesita, consideran que su vida no tiene sentido y no ven nada a futuro, generalmente son adictos a alguna sustancia o algo, ponen su existencia a merced de los demás y llegan a estar física o mentalmente enfermo.

Para poder entender las relaciones significativas de las personas es necesario conocer la dependencia emocional hacia las personas que la rodean. Lo lógico sería que las personas con el paso del tiempo, dentro de su desarrollo personal, vaya siendo independiente de la familia, en todos los sentidos, física, emocionalmente, económicamente, entre otras; pero la situación social en ocasiones no lo permite, desde la sociedad hasta la familia misma, a través de los medios de comunicación, las canciones, las películas, la literatura nos invitan a seguir siempre siendo dependiente emocionalmente de otra persona; cuantas veces no hemos escuchado canciones en las que la letra indica algo como “eres todo para mi, sin ti no podría vivir, por ti haría lo que fuera, si no te tengo no soy nada, eres la razón por la que sigo vivo...” y esto ocasiona grandes conflictos emocionales en las personas. Con esto lo que se quiere decir, es que pasamos de la dependencia emocional hacia la familia a la dependencia emocional hacia la pareja, el amor, el enamoramiento, el matrimonio, la compañía con el otro. Socialmente se enseña que, si no tiene una pareja, tiene algún tipo de patología.

Para poder afrontar problemas personales, el individuo tiene que tener claro que es una ser independiente y libre de elección, por ejemplo, saber que cuando va a elegir pareja debe buscar una persona que lo acompañe en sus planes o proyectos de vida, que él acepte y respete la individualidad del otro; y no una persona que le resuelva la vida o que sea como él quiere que sea.

Se puede concluir afirmando que la familia es el primer contacto al mundo que el niño tiene, es aquí en donde el niño se va formando como persona individual y ser social e independiente de las personas que lo rodean. Y dentro

de esta relación familiar se da el apego, el cual es una conducta natural que se da en todos los seres vivos. Pero el que sea una conducta natural no significa que se de en todos de igual manera, la diferencia esta en el grado en que se presenta en cada persona. El exceso de apego junto con otras características que se mencionarán más adelante son causantes de fusión emocional o baja diferenciación. Al igual la familia es la proveedora de valores, creencias y en ocasiones disfunciones psicológicas.

Lograr ser una persona diferenciada dentro de la familia es tarea de todos los individuos, aunque no siempre se da, el ser diferenciado dentro de la familia incluye el saber tomar decisiones por uno mismo, saber controlar las emociones y no actuar de manera impulsiva, el ser responsable de uno mismo.

De acuerdo con Bowen (1989), la base de una relación familiar está en la diferenciación del yo de cada integrante, es decir, entre el yo y el objeto. En los sistemas de relaciones humanas hay dos fuerzas que debieran permanecer en un equilibrio dinámico, una fuerza hacia la autonomía y la otra hacia la fusión, que se acentúa cuando las personas se encuentran ansiosas; comúnmente las personas con similares necesidades de unión se atraen y llegan a formar relaciones potencialmente largas (complementariedad emocional). Las personas pobremente diferenciadas de su familia de origen establecen relaciones caracterizadas por la fusión con su pareja y su familia actual. Existiría un continuo en el que un extremo estaría constituido por los dominados por un sistema emocional automático, poca flexibilidad, poca capacidad de adaptación y bastante dependencia emocional; en el otro nivel se encontrarían los sujetos bien diferenciados, presentando rasgos opuestos. Mientras más alto es el nivel de diferenciación en una pareja, más probable es que puedan sobrevivir a una crisis matrimonial.

Regularmente en las familias se forman alianzas entre los miembros de la misma u otros externos, las cuales ocasionan más problemas o hacen que se reduzca la tensión pero no de manera definitiva, puede disminuir un poco pero después vuelve a aumentar. Estas alianzas son llamadas triángulos, las cuales ocurren dentro de la familia de manera constante.

3. CAPÍTULO III

La familia y su funcionamiento psicológico.

La familia es donde el individuo adquiere sus primeras pautas de comportamiento ya que es dentro de ésta donde se encuentra ayuda, seguridad, cuidado, amor, etcétera, en los primeros años de vida. Es también donde se satisfacen necesidades primarias como la alimentación y el cuidado. Por lo que la familia es considerada como la célula básica de la sociedad, en donde se adquieren reglas, creencias, costumbres, hábitos, un lenguaje específico y vínculos que se dan entre cada uno de sus integrantes. La relación que se da en las familias es la que va a hacer que el niño se desarrolle de manera responsable dentro de la misma. Se puede decir que la familia es un factor muy importante para encaminar la formación de la personalidad y el desarrollo de las diversas capacidades de los seres humanos.

De igual manera la familia interviene en el desarrollo de la diferenciación de sus hijos, ya sea favoreciendo o no. La relación que se da de los padres a los hijos es muy diferente con cada uno y con esto se logra que cada hijo tenga diferente grado de diferenciación. Por lo cual se puede decir que el objetivo de la familia es intentar satisfacer las necesidades los niños. Por ejemplo, un niño no tiene ansiedad porque se siente digno de amor, sabe que pertenece al mundo y que hay alguien que lo respeta y lo quiere, que hay alguien que está con él y lo apoya; con esto crea cierta seguridad y el niño puede llegar a formar un alto grado de diferenciación.

Dentro de las familias se dan diversos procesos, tales como: triangulación familiar, el sistema emocional, proyección familiar, desconexión emocional y el desarrollo de acuerdo a la posición entre hermanos. Los cuales en el presente capítulo se desarrollan brevemente.

3.1. El triángulo familiar.

El triángulo familiar o triangulación es uno de los ocho conceptos básicos de la teoría de Bowen, por lo cual en este capítulo se presenta la descripción de lo que es el triángulo familiar, quiénes lo forman, cómo se forma y cuál es su función. También se habla del cómo funciona el sistema emocional en los

integrantes de la familia y cómo se dan los procesos de proyección y desconexión emocional.

El lugar ocupado entre hermanos es un tema importante a tratar ya que de acuerdo al lugar que ocupan en ocasiones desarrollan alta o baja diferenciación y con esto, al buscar pareja se observa que los poco diferenciados buscan personas poco diferenciadas; una persona altamente diferenciada es poco probable que busque una persona poco diferenciada

El término diferenciación del Yo solo se menciona y no se explica en este y los anteriores capítulos, ya que se considera un término de suma importancia y es el tema clave del presente proyecto; por lo cual se merece un capítulo completo en el cual se desarrolla y explica.

El triángulo central domina la estructura del sistema familiar y frecuentemente contiene a un miembro de la familia que es poco diferenciado. Es importante identificar el triángulo central, por que su funcionamiento y control es crítico en la evaluación de la estructura y proceso. La triangulación se produce cuando dos personas en una familia tratan de disolver el estrés, la ansiedad o tensión que existe entre ellos en una tercera persona. Las personas menos diferenciadas en la familia, regularmente son las afectadas en estos triángulos. La tercera persona no siempre es un familiar, puede ser un amigo, un pariente o un terapeuta.

Un triángulo, como su nombre lo dice, es un sistema relacional entre tres personas. Se le considera la base de los sistemas emocionales más grandes porque el triángulo es el sistema de relación estable más pequeño. En un sistema de dos personas no se tolera mucha tensión antes de involucrar a una tercera persona, por lo cual se considera que es menos inestable. Un triángulo puede contener mucha más tensión antes de involucrar a otra persona porque la tensión se puede desplazar entre las tres personas. Si la tensión se vuelve demasiado alta para ser contenida dentro de un triángulo, se esparce a una serie de triángulos "interconectados". El esparcir la tensión puede estabilizar un sistema pero no resolver los conflictos (Sharf, 1996; Gilbert, 1992 y Bowen, 1989).

El involucrar a otra persona se cree que disminuye la tensión, pero en realidad aumenta esa tensión y genera más problemas, esto se ejemplifica cuando en una relación de pareja existe ya demasiada tensión y al no soportar

ya esta tensión decide uno de los dos involucrar a la madre platicándole todo, pidiéndole consejos, etcétera; esto ocasiona que la tercera persona se llene de la tensión de ellos y en lugar de disminuir los problemas se ocasionan más. Ya que la madre, en este caso, en lugar de ayudar a resolver los problemas se alía con su hijo y atacan al otro.

Las acciones de las personas dentro de un triángulo, muestran en gran medida el apego emocional hacia otras personas de importancia para ellas, sus reacciones son demasiado intensas en relación a esos apegos y ven cómo obtener beneficio en los conflictos de los demás. Paradójicamente, un triángulo es más estable que un par, pero un triángulo forma un mal tercio, lo cual es una posición muy difícil de tolerar para los individuos. La ansiedad generada por el anticipar ser, o el ser el mal tercio es una fuerza de gran potencia en los triángulos (Kerr y Bowen, 1988).

El triángulo se puede explicar usando los términos alianza y coalición. Una alianza es la unión y el apoyo mutuo que se dan entre si dos personas; supone compartir intereses sin estar dirigidos contra nadie. Una coalición es la unión de dos miembros contra un tercero; es un acuerdo establecido por mutuo beneficio de aliados frente a un tercero. Estos dos conceptos se incluyen en la triangulación la cuál son formas de relación en que tres miembros están involucrados en alineaciones y la función del tercer miembro es de protección a la díada. La coalición divide a la tríada en dos compañeros y un oponente.

El triángulo de acuerdo con Charles (2001) y Bowen (1989), es una coalición intergeneracional entre los miembros con distancias generacionales (una esposa aliada con su madre o con un hijo contra su esposo), son cambios en los sistemas diádicos a sistemas triádicos o triángulos, que se dan al aumentar el estrés y que después de un tiempo los roles, en el arreglo triangular, empiezan a tener posiciones estables y funcionales.

Los patrones en un triángulo cambian al incrementarse la tensión. Cuando hay calma, dos de las personas son los “internos” y presentan cierta cercanía y confianza y la tercera persona es un “externo” incómodo ante la relación. Los internos excluyen al externo y el externo intenta acercarse a uno de ellos. Siempre hay uno que se encuentra incómodo en esta relación y busca un cambio dentro de un triángulo. Los internos solidifican su vínculo al elegirse el uno al otro e intentan ignorar al externo menos deseable. Cuando alguien elige

a otra persona en lugar de a uno mismo, se crean sentimientos muy intensos de rechazo (Kerr, 2003).

Cuando aumenta la tensión entre los internos, el más incómodo de éstos se acercará al externo. Uno de los internos originales se convierte ahora en el nuevo externo y el externo original es ahora uno de los internos. El nuevo externo tomará medidas predecibles para restaurar su cercanía con uno de los internos. A niveles moderados de tensión, los triángulos regularmente tienen un lado en conflicto y dos lados armoniosos. El conflicto no desaparece está presente y se refleja en el funcionamiento del triángulo en general. Un ejemplo de un triángulo, es un matrimonio que tiene conflictos. Uno de los hijos se da cuenta del conflicto y trata de llamar la atención de alguna de ellos y se convierte en un alcohólico, adicto a las drogas o niño problema. Y con esto los padres se envuelven en el hijo y así forman su triángulo conflictivo (Nichols y Schwartz, 1995).

Cuando existe un nivel alto de tensión el lugar del externo es el más deseable. Al aumentar el grado de conflicto entre los internos, uno de los internos se cambia a la posición del externo al conseguir que el externo actual se pelee con el otro interno. Si el interno que está intentando ser el externo tiene éxito, se apodera de la posición más agradable y observa a los otros dos pelearse. Al disminuir la tensión y el conflicto, el externo intentará convertirse en interno.

Regularmente a la persona menos diferenciada en la familia se le atrae o se le empuja del sistema familiar con el intento de disolver el estrés: comúnmente se da el triángulo padre e hijo, éste absorbe el estrés de la díada marital y lo carga fuera de la familia. La tensión se manifiesta en problemas de conducta en la escuela o en una variedad de conductas delictivas. Padres con problemas son capaces de lograr unión a través de un miembro particular, el más apegado o menos diferenciado. Con esto la relación de los padres se presenta como calmada razonable y estable. Mientras que los hermanos refuerzan el rol del menos diferenciado tachándolo como malo o loco (Shursen, 2006).

El retirar a la persona menos diferenciada puede ocasionar en la familia inestabilidad o algún grado de caos en el sistema. Generalmente hay un movimiento para generar otro triángulo central que conducirá a restaurar el

balance homeostático en el sistema familiar. Como consecuencia de esto otro hijo en la familia podría ser triangulado al subsistema marital para mejorar la tensión liberada. Y en ciertos casos el matrimonio comienza a manifestar estrés creando conflictos, si la pareja es muy vulnerable cuando el estrés y conflicto regresa puede llevar al divorcio.

La triangulación se da por ejemplo, cuando un cónyuge que está experimentando cierta tensión en su matrimonio llega a obtener un aliado como una manera de reducir la tensión. O el caso de un niño, puede tratar de reducir la tensión entre sus padres actuando de una manera que haga que los padres trabajen juntos en la solución del problema del comportamiento del niño

Fogarty (1975, en Nichols y Schwartz, 1995), afirma que los triángulos se presentan en diferentes formas y tamaños. El triángulo equilátero: todos los miembros son equidistantes unos de otros. El triángulo isósceles: se observa una cercana coalición entre dos miembros con el tercero ubicado igualmente distante de los otros dos. El triángulo rectángulo: también muestra un patrón en el que hay una considerable distancia entre dos miembros y una distancia igual entre dos de ellos y el tercer miembro. El triángulo escaleno grafica un patrón variable en que los dos miembros son distantes del tercer miembro pero no igualmente distantes.

3.2. El sistema emocional en la familia

Para poder entender un poco cómo se dan los problemas, Kerr (2003) supone que el sistema emocional de la familia nuclear describe cuatro patrones de relación básicos en donde se desarrollan los problemas en una familia: conflicto marital, disfunción en un cónyuge, distancia emocional y desarrollo de un impedimento en uno o más hijos. Las actitudes y creencias también son un factor importante para crear conflicto, pero se considera que la principal fuerza responsable es la del sistema emocional.

Los 4 patrones de relación básicos del sistema emocional de acuerdo con Kerr y Bowen (1988) son:

Conflicto marital: Es cuando incrementa la tensión familiar y afecta a ambos cónyuges, los cuales externalizan su ansiedad hacia la relación marital. Cada uno se enfoca en lo que está mal en el otro, cada uno intenta controlar al

otro y cada uno resiste los esfuerzos del otro para controlarlo. Esto es, que a causa de esa ansiedad que existe en cada uno, entre ellos hay una lucha de poderes, ambos se quieren mandar y dominar, esto crea un conflicto en el matrimonio.

Disfunción en un cónyuge: En este caso un cónyuge presiona al otro para pensar y actuar de ciertas maneras y el otro lo hace sin ningún problema. Ambos cónyuges se ajustan para conservar la armonía, pero uno lo hace en mayor medida. La interacción es cómoda para ambas personas hasta cierto punto, El problema empieza cuando la tensión familiar se eleva más, el cónyuge sumiso puede ceder tanto autocontrol que su ansiedad se incrementa significativamente. La ansiedad alimenta, si están presentes otros factores necesarios, el desarrollo de una disfunción psiquiátrica, médica o social. Al aumentar la tensión familiar el cónyuge que siempre había sido controlado aumenta su ansiedad al sentirse dominado e intenta controlarse pero esto no evita que su ansiedad aumente.

Desarrollo de un impedimento en uno o más hijos: Esto se da cuando los cónyuges enfocan sus ansiedades en uno o más de sus hijos. Se preocupan excesivamente por el hijo y normalmente tienen una imagen idealizada o negativa de él o ella. Esta preocupación excesiva de los padres hacia el o los hijos también se presenta, en consecuencia, de los hijos a los padres. Regularmente el hijo que más se enfoca a sus padres es el más reactivo entre sus hermanos a las actitudes, necesidades y expectativas de los padres. El proceso va poco a poco disminuyendo la diferenciación del niño con respecto a la familia y lo hace vulnerable a comportarse mal o interiorizar las tensiones familiares. Esta ansiedad presentada en el niño suele reflejarse en el desempeño escolar, en sus relaciones sociales e incluso en su salud.

Distancia emocional: Está relacionado con los anteriores, la diferencia está en que las personas se lejan de los demás para reducir la ansiedad o tensión de la relación, y así disminuir su propia ansiedad; pero estas personas corren el riesgo de volverse demasiado aisladas y poco expresivas.

Estos patrones mencionados dan como resultado que las tensiones de la familia se enfoquen solo en ciertos integrantes de la familia. Entre más ansiedad sea absorbida por una persona o una relación, menos tendrán que absorber las demás personas. Esto significa que algunos miembros de la

familia viven en función de otros. Las personas no se quieren hacer daño los unos a los otros, pero cuando la ansiedad controla el comportamiento de manera crónica, regularmente alguien sufre.

3.3. Proyección familiar.

El proceso de proyección familiar muestra la principal manera en que los padres transmiten sus problemas emocionales a un hijo. El proceso de proyección daña el funcionamiento de uno o más hijos e incrementar su debilidad a síntomas clínicos. En ocasiones los hijos heredan varios tipos de problemas (así como también fortalezas) mediante la relación con sus padres, estos problemas que heredan son esencialmente la sensibilidad a las relaciones tales como necesidades de atención y aprobación elevadas, dificultades para enfrentarse a las expectativas, la tendencia a culparse a uno mismo o a otros, o el sentirse responsable por la felicidad de los demás o que los demás son responsables por nuestra propia felicidad. O el actuar impulsivamente para liberar la ansiedad del momento en lugar de tolerar la ansiedad y actuar con cordura. Si el proceso de proyección es moderadamente intensa, el hijo desarrolla sensibilidades a las relaciones más fuertes que a sus padres. Las sensibilidades incrementan la vulnerabilidad de la persona a síntomas, al desencadenar comportamientos que elevan la ansiedad crónica en un sistema de relación (Kerr, 2003 y Charles, 2001).

El proceso de proyección tiene tres pasos: (1) el padre o madre se enfoca en un hijo por miedo que haya algo mal con el hijo; (2) el padre o madre interpreta el comportamiento del niño como confirmación del temor y; (3) el padre o madre trata al hijo como si verdaderamente hubiera algo mal con el hijo. Estos tres pasos comienzan a temprana edad del niño y continúan. Los temores y percepciones del padre o madre afectan el comportamiento del niño al grado de que esté los ve como algo cierto y lo refleja en y lo refleja en su desarrollo, temores y percepciones. Una razón por la cual el proceso de proyección es una profecía que se vuelve realidad automáticamente, es que los padres intentan “arreglar” el problema que le han diagnosticado al hijo; por ejemplo, los padres perciben que su hijo tiene un problema de baja autoestima,

ellos constantemente reafirman al hijo y el autoestima del hijo crece dependiendo de la afirmación de ellos (Charles, 2001).

Los padres regularmente se sienten culpables de no saber darle a su hijo el suficiente amor, atención o apoyo que necesita el hijo con problemas, y con esto invierten más tiempo, energía y preocupación a este hijo que a sus hermanos. Los hermanos que están menos involucrados en el proceso de proyección familiar tienen una relación más madura y basada en la realidad con sus padres, que permiten que los hermanos se desarrollen como personas menos necesitadas, menos reactivas, y más orientadas a los resultados.

Ambos padres participan equitativamente en el proceso de proyección familiar, pero en distintas maneras. La madre es generalmente la persona que pasa más tiempo en el cuidado de los hijos y es más dada que el padre a involucrarse emocionalmente en exceso con uno o más de los hijos. El padre típicamente ocupa la posición de externo en el triángulo paternal, excepto durante los periodos de tensión elevada en la relación madre-hijo. Ambos padres se sienten inseguros consigo mismos en relación con el hijo, pero normalmente uno de los padres actúa con seguridad y el otro le sigue la corriente. La intensidad del proceso de proyección no está relacionada a la cantidad de tiempo que los padres pasan con un hijo.

La teoría de Framo (1996) sobre transmisión intergeneracional que los padres transmiten a los hijos, plantea la necesidad que hay en los humanos de cubrir necesidades emocionales que los lleva a comportarse de manera determinada frente a la familia a través de las generaciones. Cada uno de los miembros de la familia cubren alguna parte de las necesidades emocionales de los demás y esto se encadena con la idea de que la principal necesidad del ser humano es la relación con los demás. El ser humano desde que nace, tiene esta necesidad que se convierte en biológica en determinado momento y que generalmente es cubierta por los padres. Sin embargo, el niño crece y comienza a remontar y superar estas dependencias. Pero la sociedad no es la que le enseña a ser relativamente autosuficiente, simplemente alienta estas dependencias con la finalidad de que el humano cubra los deberes civiles con la misma, tales como buscar pareja, enamorarse, casarse, tener hijos, quererlos y protegerlos y conservar intacto el núcleo familiar. Esto ocasiona

que el ser humano no encuentre sus máximos niveles de independencia emocional.

3.4. Desconexión emocional.

El concepto de desconexión emocional describe como manejan las personas sus problemas emocionales sin resolver con padres, hermanos y otros miembros de la familia, reduciendo o cortando por completo el contacto emocional con ellos. El contacto emocional se puede reducir cuando las personas se van lejos de sus familias y casi nunca los visitan, o se puede reducir cuando las personas se quedan en contacto físico con sus familias pero evitan los temas delicados. Las relaciones pueden parecer estar “mejor” si las personas se distancian extremadamente para manejarlas, pero los problemas están latentes y sin resolver. Las personas reducen las tensiones de las interacciones de la familia distanciándose extremadamente, pero arriesgan darle a sus nuevas relaciones demasiada importancia (Moore, 2005).

Por ejemplo, entre más se distancié extremadamente un hombre de su familia de origen, más buscará que su esposa, hijos y amigos satisfagan sus necesidades. Esto lo hace vulnerable a presionarlos para que actúen de ciertas maneras para él o a que él se ajuste demasiado a las expectativas que ellos tienen de él por miedo a poner en peligro la relación. Las relaciones nuevas comúnmente son fáciles al principio, pero los patrones de los cuales intentan escapar las personas eventualmente se presentan y generan tensiones. Las personas que están extremadamente distanciadas podrán intentar estabilizar sus relaciones íntimas al crear “familias” sustitutas con relaciones sociales y de trabajo.

Las personas comúnmente desean ir a casa con la esperanza de que las cosas serán diferentes esta vez, pero las antiguas interacciones normalmente salen a relucir en unas cuantas horas. Podrá tomar la forma de armonía en la superficie con profundas corrientes emocionales poderosas o podrá deteriorar hasta el punto de gritos e histeria. Tanto la persona como su familia podrán sentirse exhaustos, incluso después de una visita corta. Podrá ser más sencillo para los padres si un hijo adulto mantiene su distancia. La familia se pone tan ansiosa y reactiva cuando él esta en casa, que se sienten liberados cuando se

va. Los hermanos de un miembro muy distanciado a menudo se enfurecen con él cuando está en casa y lo culpan de mortificar a los padres. A la gente no le gusta que las cosas sean así, pero las sensibilidades de todos los involucrados impiden el contacto cómodo (Ring, 1998).

3.5. Posición entre hermanos.

La teoría Bowen incorpora las investigaciones del psicólogo Walter Toman (1962), como una base para su concepto de posición entre hermanos. Bowen (1989), observó el impacto de la posición entre hermanos en el desarrollo y el comportamiento en sus investigaciones de la familia. Sin embargo, pensó que el trabajo de Toman (1962) estaba tan completo y tan de acuerdo con sus ideas, que lo incorporó a su teoría.

La idea básica es que las personas que crecen con la misma posición entre hermanos tienen, de manera predecible, características importantes en común. Por ejemplo, los hijos mayores tienden a gravitar a posiciones de liderazgo y los hijos menores a menudo prefieren ser los seguidores. Las características de una posición no son “mejores” que las de otra posición, pero son complementarias. Por ejemplo, un jefe que es un hijo mayor podría trabajar excepcionalmente bien con un primer asistente que es un hijo menor. A los hijos menores les podrá gustar estar al mando, pero su estilo de liderazgo típicamente difiere del estilo de un hijo mayor.

Las investigaciones de Toman (1962) mostraron que la posición entre hermanos de los cónyuges afecta la probabilidad de que se divorcien. Por ejemplo, si un hombre mayor que su hermana se casa con una mujer menor que su hermano, existe menos posibilidad de divorcio que si un hombre mayor que su hermano se casa con una mujer mayor que su hermana. El número u orden de hermano se complementan en el primer caso y cada cónyuge está acostumbrado a vivir con alguien del sexo opuesto. Sin embargo, en el segundo caso, las posiciones en el orden no se complementan y ninguno de los cónyuges creció con un miembro del sexo opuesto. Un hermano mayor de un hermano y una hermana mayor de una hermana, están predispuestos a pelearse por estar al mando; los hijos menores están predispuestos a pelearse por quién se puede apoyar en quién.

Los problemas o síntomas clínicos normalmente se desarrollan durante periodos de tensión familiar elevada y prolongada. El nivel de tensión depende del estrés al que una familia se enfrenta, de cómo se adapta una familia el estrés y de la conexión de una familia con la familia extendida y redes sociales. La tensión incrementa la actividad de uno o más de los cuatro patrones de la relación. En dónde se desarrollen los síntomas depende de cuales patrones estén más activos. Entre más elevada la tensión, será más probable que los síntomas sean severos y que varias personas presentaran los síntomas.

Se puede concluir afirmando que los triángulos, aparecen como la reacción a un conflicto en las relaciones de pareja y se da cuando uno de los miembros de la pareja busca la fusión con una tercera persona, esto es, que hay dos miembros integrados y uno excluido. Bowen (1989), elaboró este concepto al analizar los procesos de fusión y diferenciación familiar, con este término describe las modificaciones que se producen en la estructura familiar de acuerdo con el aumento o la disminución de la tensión intrafamiliares. Cuando el nivel de tensión emocional en una díada aumenta, a través de la inclusión de un tercero, la armonía en la relación se reestablece; éste, a la vez, origina una relación altamente fusionada con uno de los miembros de la díada, situación que permite regular la distancia emocional de ese subsistema. De esta forma el conflicto queda absorbido con la incorporación de un tercero, debido a los movimientos de distanciamiento a que obliga a la díada.

Bowen (1989), destaca como aspecto fundamental de la triangulación el factor emocional. Las emociones familiares se manifiestan en el grado de fusión observable entre los miembros de la familia; de este modo, a mayor grado de fusión existe un mayor grado de ansiedad y por lo tanto una mayor probabilidad de existencia de triangulaciones. A la inversa, si los niveles de ansiedad y emocionalidad son bajos, las triangulaciones se debilitan y tienden a desaparecer.

El último concepto triangulación tiene implicaciones psicoterapéuticas. En general, el desarrollo de la familia se va dando a través de triángulos. Bowen (1989), afirma que casi todas las relaciones se dan de esta forma. Cuando la tensión se incrementa, la pareja tiende a incluir dentro de su relación a otra persona, que puede ser un hijo, el profesor del colegio, etcétera. Si la tensión es poca, entonces la relación triangular se establece de tal forma que la tercera

persona es considerada como un extraño, pero cuando esta tensión se incrementa, entonces se le tiende a incluir cada vez más personas y a establecer triángulos cada vez más complejos con la finalidad de manejar la tensión. Los triángulos se multiplican en una familia grande y estos triángulos trabajan de tal forma que la familia va brindando apoyo emocional dependiendo del tipo de problema al que se enfrenten. Por ejemplo, cuando se porta mal uno de los hijos menores, tal vez alguno de los hijos mayores decida apoyar a su madre en contra del menor. O tal vez decida apoyar al menor en contra de la madre.

La teoría de Bowen (1989), implica un mecanismo interno de regulación que va estableciendo las pautas de comportamiento a lo largo de la vida. Lo aprendido en la niñez, el tipo de familia, lo que el niño haya adquirido, es con lo que llega al matrimonio, mezclándose con el aprendizaje de su pareja, adaptándose y formando un nuevo estilo de comportamiento que, a su vez, transmitirán a sus hijos

El término diferenciación es un punto clave en las personas y en su desarrollo social, ya que de acuerdo a este nivel de diferenciación actuamos ante la vida y las personas que nos rodean. Por lo cual se va a hablar del término en el siguiente capítulo.

4. CAPÍTULO IV

Diferenciación del Yo.

El término diferenciación del Yo es el más importante de los ocho conceptos básicos de la teoría de Bowen (1989), es el término que ayuda a definir la personalidad, a dar explicación a ciertos padecimientos en las personas y sobre todo el desarrollo de las personas. Hace referencia a cómo las personas se diferencian, esto es, cómo se dan cuenta de que son distintas unas de otras en cuanto a personalidad, libertad, entre otras. El concepto de diferenciación fue desarrollado para describir el grado de separación emocional que la gente logra conseguir. Únicamente se puede dar la diferenciación completa en personas que han resuelto completamente el vínculo emocional con su familia de origen y se responsabilizan de sí mismos. Al igual, por medio de una escala de diferenciación se puede definir la personalidad de los individuos. Esta escala fue diseñada por Bowen y se presenta en este capítulo una breve explicación de ésta, como del constructo diferenciación del Yo. Las personas diferenciadas tienen la habilidad de balancear la fusión y la desconexión emocional con sus seres queridos, no evaden ni se involucran demasiado ante situaciones de estrés.

Existen pruebas de que los patrones de origen, en particular, los patrones de regulación de distancia emocional, tienen un impacto significativo en los niveles de ansiedad, el funcionamiento social y síntomas psicósomáticos de manera generacional. La diferenciación es un concepto que se ha utilizado para describir los patrones de interacción familiar que, en mayor o menor medida, regula la distancia entre los miembros de la familia y ayuda a equilibrar la individualidad y la intimidad. Es una manera de caracterizar el balance entre dos fuerzas de vida o instintos: la fuerza de unión y la fuerza de individualidad (Peleg, 2005). Fuerzas que están en constante movimiento tratando de superar la una a la otra y muy pocas veces quedan perfectamente balanceadas. Por ejemplo, en una persona poco diferenciada (la cual reacciona de manera impulsiva ante las personas que la rodean) no hay un balance entre ambas fuerzas, la fuerza de unión supera a la fuerza de individualidad.

El término diferenciación también puede ser entendido como un proceso o como una personalidad característica. El proceso de diferenciación del Yo

implica la emergencia de uno mismo en un sistema familiar caracterizado por varios niveles adjuntos de emociones y proyecciones de ansiedad. El proceso de diferenciación requiere que una persona se convierta en un ser individual sin desconectarse completamente de los miembros de la familia (Kerr y Bowen, 1988). Las personas exitosamente diferenciadas se separan de sus apegos emocionales en sus familias, sin romper significativamente las relaciones. Por el contrario, las personas poco diferenciadas tienden a permanecer fusionadas en las relaciones con sus padres y/o crean un corte emocional en estas relaciones de manera abrupta (Jenkins, Buboltz, Schwartz y Johnson, 2005). Por ejemplo, un individuo altamente diferenciado logra responsabilizarse de sí mismo sin necesidad de requerir de los demás, no culpa a los demás de lo que hace o de lo que le pasa, sin embargo, no se aleja de ellos completamente, los escucha y acepta sus opiniones de lo que ellos piensan. Y la persona menos diferenciada culpa a los demás de lo que acontece en su vida, pide consejos y no logra hacer las cosas o tomar decisiones por sí misma.

El constructo diferenciación del Yo se basa en el supuesto de que la diferenciación es la variable de personalidad más crítica para el desarrollo físico y la salud psicológica. El concepto de diferenciación se utiliza para describir la manera en que los patrones de convivencia familiar afectan la salud y el desarrollo individual e influye en la medida en que los individuos son capaces de actuar con un grado apropiado de autonomía, al tomar responsabilidad personal para las tareas apropiadas a su edad, al experimentar importantes relaciones con otros sin fusionarse con estas relaciones (Peleg, 2005). Esto se refiere al cómo la familia influye en el desarrollo personal de los hijos, la cual puede fomentar el desarrollo de la diferenciación u obstruirlo. Una madre que sobreprotege a su hijo, haciéndole todo lo que el niño puede hacer por sí mismo, le resuelve la vida cuando el niño lo requiere y lo refuerza de manera exagerada hasta cuando no lo merece; es un claro ejemplo del cómo una madre puede obstruir el desarrollo individual de su hijo.

Bowen (1989) y Faber (2004) definen diferenciación del Yo como el equilibrio en el funcionamiento intelectual y emocional. La intimidad y la autonomía en las relaciones. Afirman que la diferenciación del Yo se encuentra en un continuo que van desde indiferenciado a altamente diferenciado.

Las personas muy diferenciadas pueden distinguir los pensamientos y las emociones y puede elegir entre responder guiada por la inteligencia o guiada por las emociones. Las personas diferenciadas son menos reactivas y más independientes. Son flexibles y adaptables al estrés, pueden presentar un fuerte razonamiento lógico cuando la situación lo requiere. Además, son capaces de mantener una "posición del Yo" en las relaciones íntimas sin dejar de ser autónomos (Faber, 2004). Esto se puede ver cuando una persona se enoja con facilidad o se enamora obsesivamente, es una persona poco diferenciada, ya que responde de acuerdo a sus emociones.

Las personas pobremente diferenciadas tienen problemas constantemente y responden de manera reactiva o emocionalmente cuando se enfrentan a situaciones estresantes (Kerr & Bowen, 1988). Los componentes de su funcionamiento intelectual y emocional se encuentran fusionados y las decisiones se basan en lo que siente, se encuentran atrapados en un mundo emocional (Bowen, 1989). Las personas pobremente diferenciadas tienen problemas para mantener una "posición del Yo" dentro de las relaciones, su funcionamiento y bienestar dependen de la relación.

Como ya se mencionó, la diferenciación del Yo se caracteriza por la capacidad para distinguir e integrar tanto las emociones como el intelecto: lo que uno siente y lo que uno piensa. Individuos óptimamente diferenciados son capaces de sentir y expresar sus emociones, al igual que contener sus impulsos. En las personas pobremente diferenciadas los sentimientos y pensamientos se funden y la persona tiende a reaccionar de forma automática e impulsiva. Las personas bien diferenciadas son capaces de tomar decisiones bien planeadas, incluso en situaciones estresantes; y las personas pobremente diferenciadas tienden a ser menos flexibles, menos adaptables, se presionan fácilmente y más emocionalmente dependientes que los demás compañeros mejor diferenciados (Baum, 2003). Un ejemplo de una persona diferenciada es una mujer quien está viviendo su proceso de divorcio, en lugar de reaccionar de manera impulsiva demandando a su esposo o poniendo a sus hijos en contra de él, ya que él fue el que decidió divorciarse y no ella. La mujer toma esa situación de manera racional y empieza a analizar las ventajas y desventajas de la situación, llegando a la conclusión de que debe respetar las dediciones del esposo, se considera un ser humano independiente que sin él

puede seguir su vida normal y no cae en depresión no se fusiona ni se desconecta emocionalmente de él. Por lo cual, decide no levantar demandas en contra de él y le permite ver a sus hijos las veces que se pueda y quiera; no siente rencor hacia él.

Bowen (1989), Karpel y Sager (1976, en Baum, 2003) sostienen que el nivel de diferenciación del Yo afecta la dinámica de las relaciones conyugales. Afirman que las personas tienden a seleccionar un cónyuge con un nivel similar de diferenciación al propio. Cónyuges bien diferenciados, serán capaces de formar lazos íntimos, pero conservando su independencia y se relacionan entre sí a través del diálogo. En cambio los cónyuges pobremente diferenciados tienden a fusionarse con otros y usan el conflicto para mantener una pseudo-independencia. Una relación con un cónyuge bien diferenciado y uno pobremente diferenciado no funcionaría, ya que el cónyuge diferenciado no toleraría la fusión y poca diferenciación del otro.

La diferenciación del Yo es la capacidad de una persona para separarse de manera física y emocional de su familia de origen, así como alcanzar la madurez emocional y la independencia sin perder la capacidad de conectarse emocionalmente con los demás. Un individuo es indiferenciado cuando su necesidad emocional y de inseguridad lo obliga a renunciar o no desarrollar su individualidad a fin de preservar o asegurar el amor y la aceptación de los demás. Por otro lado, una persona diferenciada es mucho más segura de su identidad, tiene la libertad para decidir participar en las relaciones de proximidad, así como para perseguir significativamente objetivos y más probabilidades de lograr éxito en cada aspecto de la vida (Wilie, 1991).

El nivel de diferenciación determina la capacidad de adaptación a la ansiedad crónica. La ansiedad se define como una amenaza real o imaginaria. Bowen (1989) hace una distinción entre la ansiedad aguda y la ansiedad crónica. La ansiedad aguda se produce en relación a las amenazas reales y es alimentado por el miedo de lo "qué es". La ansiedad crónica se produce en relación con las amenazas imaginarias y es alimentado por el miedo de "lo que podría ser" (Kerr y Bowen, 1988). Por ejemplo, un cónyuge que esta viviendo un divorcio, presenta ansiedad aguda, con el hecho de que su pareja se va de la casa, ya no siente el mismo aprecio por él, ya tiene otra pareja; y esta situación lo hace sentirse estresado. Un caso de ansiedad cónica es cuando un

cónyuge al ver un ligero distanciamiento de su pareja, piensa que ya no lo quiere, que esta pensando en el divorcio, o infinidad de cosas que lo estresan, pero en realidad solo son cosas que el otro cónyuge nunca le ha dicho pero el imagina todas esas suposiciones. La cantidad de ansiedad crónica experimentada por los individuos varía significativamente y es paralela al nivel de diferenciación en el individuo. Las personas pobremente diferenciadas experimentan más ansiedad crónica debido a que son más dependientes de la relación y ésta dependencia generará más ansiedad con el paso del tiempo (Kerr y Bowen, 1988).

Con respecto al funcionamiento intrapsíquico, la diferenciación se utiliza para describir la capacidad de un individuo de separar las reacciones emocionales instintivas y las reacciones racionales lo cual se considera la meta del funcionamiento psicológico (Skowron y Friedlander, 1998). Se cree que los niveles de diferenciación disminuyen de acuerdo al grado en que el sistema familiar no muestra tolerancia ante la individualidad y/o la intimidad, lo cual resulta en niveles más bajos de funcionamiento entre todos los miembros de la familia

Teóricamente los cuatro factores que están relacionados con el nivel de diferenciación personal son: reactividad emocional, la habilidad de tomar la posición del Yo, desconexión emocional y la fusión con otros (Kerr y Bowen, 1988). En primer lugar, las personas pobremente diferenciadas son emocionalmente reactivas y las personas muy diferenciadas no están controladas por sus emociones. En segundo lugar, los individuos más diferenciados son capaces tener una posición del Yo y se hacen responsables de sus pensamientos y sentimientos sin necesidad de ajustarse a las expectativas de los demás. En tercer lugar, cuando las experiencias interpersonales son demasiado intensas, las personas pobremente diferenciadas se aíslan de los demás así como de sus emociones, mientras que los individuos altamente diferenciados no sienten la necesidad de aislarse emocionalmente. En cuarto lugar, las personas muy diferenciadas son capaces de mantener relaciones bien definidas, mientras que las personas menos diferenciadas se fusionan en la mayor parte de sus relaciones (Peleg, 2005).

Las personas poco diferenciadas, difícilmente pueden distinguir sus sentimientos de sus pensamientos; en el sentido de, por ejemplo, decir lo que

sienten cuando se les pregunta lo que piensan. Por otra parte, las personas diferenciadas tienen la capacidad de separar la sensación de pensar, a decidirse acerca de sus creencias y actuar sobre éstas (Charles, 2001).

Mayores niveles de diferenciación predice niveles más altos de madurez psicológica y la satisfacción marital y menos trastornos psicológicos, mientras que los niveles bajos de diferenciación se vinculan a los trastornos psicológicos y mayores niveles de ansiedad, de síntomas fisiológicos y de ansiedad social (Peleg, 2005).

4.1. Factores generales que influyen en el nivel de diferenciación.

Los seres humanos llegan al mundo siendo completamente dependientes a la madre o persona que lo cría. El niño comienza la vida en un estado de completa fusión emocional o simbiosis con su madre. Ambos, madre e hijo, responden automáticamente el uno con el otro, esto se toma como un proceso de simbiosis natural. La madre no tiene que aprender mucho acerca de cómo cuidar a sus hijos, ni el niño tiene que hacer mucho para aprender como obtener las respuestas de su madre. Algunas madres ansiosas y estresadas pueden sentirse abrumadas e inseguras sobre el cuidado de sus hijos, pero se calman cuando saben que hacer. Durante los años de desarrollo del niño, en gran parte debido a la maduración física, esta capacidad de hacerse cargo de su propio Yo incrementa gradualmente (Kerr y Bowen, 1988).

La teoría del sistema familiar asume la existencia de una fuerza instintiva de vida (diferenciación o individualidad) en todos los humanos que impulsa al desarrollo del niño para crecer y ser una persona emocionalmente independiente e individual, con la habilidad de pensar, sentir y actuar por sí mismo. También asume la presencia de una fuerza instintiva de vida (compañerismo) que impulsa al niño a permanecer emocionalmente conectado y a operar en reacción el uno con el otro. La fuerza de compañerismo propulsa al niño y la familia a actuar, pensar y sentir como uno. Los resultados de este contrapeso de fuerzas es que nadie logra separarse completamente de su familia de origen; el apego temprano no es completamente resuelto (Charles, 2001 y Peleg, 2005).

Las diferencias considerables entre las personas es la cantidad de separación emocional que ellos logran tener de su familia de origen. Estas diferencias son vinculadas en dos variables primarias: 1) el grado en que una persona logra separarse emocionalmente de sus padres y sus respectivas familias y 2) las características de la relación que tiene la persona con sus padres, hermanos u otras relaciones cercanas (Kerr y Bowen, 1988). De cualquier manera no todos los integrantes de la familia logran el mismo grado de separación emocional de los padres, esto se debe a que la relación de los padres con cada uno de los hijos no es la misma. Su relación con uno de los hijos puede fomentar la separación en sus relaciones con otros. Pero de lo contrario, esta relación puede fomentar la fusión con otras relaciones fuera de la familia. El grado de separación emocional entre un niño desarrollado y su familia tiene influencia en la habilidad de diferenciación del Yo por la familia. Un niño desarrollado en el campo emocional de una familia, es vulnerable a enredarse en el proceso de relación familiar.

En una familia pobremente diferenciada, emocionalmente y subjetivamente tiene una fuerte influencia con las relaciones familiares. La elevada intensidad de unión y de presión emocional no permite crecer a un niño, no le permite pensar, sentir y actuar por sí mismo. El niño funciona de acuerdo a los otros. Un claro ejemplo es un adolescente rebelde. Su rebeldía refleja la poca diferenciación que existe entre él y sus padres. El rebelde es una persona elevadamente reactiva, una persona pobremente desarrollada y por lo tanto, pobremente diferenciada. Él opera en oposición a sus padres y a los otros; ellos a su vez, son suficientemente inseguros de sí mismos que reaccionan automáticamente a sus reacciones o conductas.

4.2. La escala de diferenciación.

De acuerdo con Bowen (1989) hay dos niveles de diferenciación el nivel funcional y el nivel básico: El nivel funcional de diferenciación del Yo varía de vez en cuando debido a circunstancias externas, considerando que el nivel básico es firme, estable y no se ve afectado por circunstancias externas. Sin embargo, los cambios en el nivel básico se pueden producir si los cambios en

el nivel funcional pueden trasminarse y mantenerse durante un largo período de tiempo (Griffin y Apostal, 1993).

La diferenciación del Yo también se ha conceptualizado como una personalidad variable que se puede colocar en una escala (0-99), que representa diferentes niveles de determinadas características intrapsíquicas e interpersonales (Bowen, 1989; Johnson y Waldo, 1998, en Kerr y Bowen, 1988). La diferenciación intrapsíquica se refiere a la capacidad para equilibrar los pensamientos y las emociones, mientras que la diferenciación interpersonal se refiere a la habilidad de experimentar profunda intimidad sin poner en peligro el sentido de independencia. El centro de ambos tipos de diferenciación, intrapsíquica e interpersonal, es el nivel de reactividad emocional en que una persona presenta mayores niveles de diferenciación, esto se asocia con menores niveles de reactividad. Skowron y Friedlander (1998) resumen los componentes clave de la diferenciación como la suma de (a) la clara posición del Yo; (b) la desconexión emocional con los demás; (c) la fusión con otros y; (d) la reactividad emocional.

La escala de diferenciación es un continuo que va de bajo a elevado nivel de diferenciación. Una diferenciación completa existe en una persona quien ha resuelto por completo la vinculación emocional con su familia. Él ha alcanzado completa maduración emocional, en el sentido de que su Yo es suficientemente desarrollado, puede ser individual en un grupo. Él es responsable de sí mismo y nunca fomenta la irresponsabilidad de los otros. A este nivel de funcionamiento le es asignado arbitrariamente en la escala el valor de 99. Una indiferenciación completa existe en una persona quien no ha logrado una completa separación emocional con su familia. Él no toma la posición del Yo y es incapaz de ser individual ante un grupo. A este nivel de funcionamiento le es asignado arbitrariamente un valor de 0 (Kerr y Bowen, 1988). Es imposible encontrar personas en los puntos 0 y 99, ya que no existe persona en estos puntos.

La escala es de importancia teórica, no fue diseñada como un instrumento para asignar exactamente en que nivel se encuentran las personas. Es muy difícil asignar a un individuo un nivel específico, porque la evaluación de una persona requiere mucha información acerca de esa persona. En lugar de diagnóstico la escala define si un individuo es capaz de adaptarse al estrés

(Kerr y Bowen, 1988). Personas con pocos puntos en la escala son suficientemente estresadas y pueden desarrollar sintomatologías físicas, psicológicas y sociales. Un elevado nivel de diferenciación requiere de más estrés para desencadenar sintomatologías. Hay que tomar en cuenta que esta cuantificación del nivel de diferenciación pertenece a una escala ordinal. Es decir, que podemos saber que una persona es más diferenciada que otra, pero no podemos afirmar qué tanto lo es.

La característica que mejor describe la diferenciación de las personas en puntos de la escala es el grado en que ellos son capaces de distinguir el proceso de sentimientos y el proceso intelectual. Asociado con la capacidad de distinguir entre sentimientos y pensamientos, es la habilidad de saber elegir entre tener un funcionamiento guiado por las emociones o los pensamientos. Lo más enredado e intenso es la atmósfera emocional en la que una persona crece y más cuando en su vida comienza a gobernar por si mismo a otras personas con respuestas emocionales. Personas quienes tienen menos cantidad de separación emocional de su familia (las personas pobremente diferenciadas) tienen la mínima habilidad de diferenciar sus emociones de sus pensamientos. Personas que tienen un alto grado de separación emocional con su familia (las personas más diferenciadas) tienen más habilidad de diferenciar sus pensamientos de sus emociones. Incrementando la habilidad de distinguir las emociones y pensamientos propios y los de las demás personas y usar esta habilidad para dirigir su vida y resolver sus problemas.

El nivel básico de diferenciación que es, en gran medida, determinado por el grado de separación emocional que una persona logra con su familia de origen. Las personas pueden funcionar a niveles que son altos o bajos en el nivel básico, dependiendo de las circunstancias del sistema relacional en que se está operando. Por ejemplo dos personas con nivel básico de 35 puntos los cuales se casan. Durante el curso del matrimonio, se lleva a cabo una especie de préstamo y comercio del nivel del Yo, donde un cónyuge, cuyo nivel funcional se eleva a un nivel promedio de 55; mientras que el otro se reduce a un nivel promedio de 15. Estos procesos de préstamo y comercio se refiere a la manera en que las personas se adaptan el uno al otro para disminuir la ansiedad.

El nivel funcional está influenciado por el nivel de ansiedad crónica en las personas en el sistema relacional más importante. Cuando la ansiedad es baja, la gente es menos reactiva y más reflexiva. Esto tiende a estabilizar el funcionamiento individual y para disminuir la presión que ejerce la población sobre otras, pueden llegar a afectar el funcionamiento de alguien.

Este amplio enfoque es necesario, ya que el nivel funcional generalmente no es equivalente al nivel básico. Si una persona está funcionando con un nivel de diferenciación del Yo "prestado", se hará evidente en el funcionamiento con quienes lo rodean. Si en un cónyuge su nivel funcional es de 55 y el de otro es de 15, o si el nivel de ambos padres es de 50 y el de uno de sus hijos es de 20, una discrepancia entre básico y funcional nivel existe. Todos en una unidad de núcleo familiar pueden funcionar en un rango entre 40-45, ya que dependen de un sistema de apoyo. Después de la muerte de alguna persona que tiene un papel relevante, tal como el padre o la madre, el nivel del Yo cambia en función de lo que puede ocurrir cuando se exista más presión en las familias que se encuentran a un nivel más básico. Algunas sintomatologías seriamente crónicas pueden ser desarrolladas en personas que se encuentran en el rango de 25-30. Generalmente son personas que pertenecen a comunidades estables por su estricta adherencia a valores, a la religión y a costumbres. Estas personas pueden mejorar su nivel de funcionamiento dentro la comunidad y familia, a diferencia de las personas del rango más bajo, es muy difícil que logren ese cambio.

Bowen y Kerr (1988) han dividido la escala de diferenciación en 4 rangos de funcionamiento (0-25, 25-50, 50-75, 75-99). Y definieron cada una de las características de la gente en cada rango. También han definido algunas variaciones dentro de los márgenes en relación con las personas que están en el nivel alto o bajo de un rango en particular. Los autores afirman que es necesario que se hagan investigaciones adicionales para hacer distinciones más precisas entre los niveles de diferenciación.

Rango de 0 a 25. Las personas en este rango viven en un mundo completamente emocional, están emocionalmente necesitadas y son muy reactivas con los demás, es muy difícil para la gente en este rango mantener relaciones a largo plazo. Mucha energía de su vida la gastan amando y

buscando ser amadas. No desarrollan la habilidad para diferenciar pensamientos y emociones.

La mayoría de sus decisiones se basan en los sentimientos y su criterio de verdad es lo que sienten y no lo que piensan. Están tan acostumbrados a la comodidad y a las emociones que son incapaces de crecer y de incrementar su nivel básico de diferenciación. Son excesivamente egoístas o dejan el funcionamiento de sus vidas a las demás, pidiendo consejos y dejando o buscando que los demás resuelvan sus problemas. Se aferran a las personas o a las cosas y les duele demasiado dejarlas ir.

Habiendo logrado una pequeña separación de sus familias, regularmente ellos viven en una continua búsqueda de relaciones que pueden reproducir la original dependencia del lazo familiar. Es fácil y común que estas personas sean adictas a algo, por ejemplo, al alcohol, al cigarro, algún tipo de químico, al sexo, etcétera.

Las personas que se encuentran en estos primeros rangos de diferenciación siguen dos caminos. Uno, se fusionan con los demás, haciéndose muy dependientes de ellos. Y dos, se desconectan emocionalmente hablando debido a que la ansiedad que les provoca su relación con las personas significativas es muy elevada y costosa, por lo que prefieren alejarse de las mismas en un intento de manejo de emociones, evadiendo la relación.

Rango de 25 a 50. Las personas en este rango de la escala son altamente sugestivas a lo que las otras personas les digan. Tienden a imitar a otras personas para ser aceptadas, sobre todo imitan personas importantes, personajes de la historia, de la religión, científicos, entre otros. Ideológicamente son considerados “camaleones” por su forma de imitar y reaccionar ante las situaciones. Son personas que se interesan mucho en lo que los demás piensan de su persona, por lo cual, tratan de dar siempre una buena impresión a los demás.

Sus emociones todavía influyen en sus decisiones y su comportamiento. Gastan mucha energía buscando amar y ser amados, y dejan poca energía para actividades con objetivos definidos o buscar sus propias metas. Se adaptan rápidamente a la ideología que prevalece en ese momento debido a su falta de creencias y convicciones. Por lo que es común que se apoyen en

valores culturales, la religión, la filosofía, las leyes, la ciencia y otros recursos para sustentar su posición ante la vida.

Una diferencia básica entre las personas en el rango de 0-25 y las de 25-50 es que estas últimas si tienen la capacidad para trabajar e incrementar su nivel de diferenciación.

Rango de 50 a 75. Las personas en este rango tienen un sistema intelectual desarrollado, toman decisiones por sí mismas sin consultar a otras personas. Saben distinguir y separar las emociones de los pensamientos y saben decidir cuál de ambos controlará su comportamiento. Tienen menos ansiedad crónica que los individuos de los rangos anteriores y saben responder ante estas situaciones de manera racional. Tienen un Yo más sólido. Mantienen relaciones estables y duraderas sin fusionarse con el otro.

Son emocionalmente menos reactivos que los de los rangos anteriores, sin embargo no están exentos de hacerlo en una situación extrema. Ante situaciones extremas pueden desarrollar síntomas, pero se recuperan mucho más rápido que la gente menos diferenciada y soportan niveles más altos de estrés que las menos diferenciadas. En la parte más baja de este rango las personas aún se sienten responsables del sistema emocional dentro de una relación que en ocasiones dudan en decir lo que creen o piensan, o hacer lo que quieren hacer.

Rango de 75 a 99. Es imposible encontrar personas que se encuentren en 100. Las personas en éste alto rango son personas orientadas hacia sus metas. No se apasionan en sus creencias o religión pues están seguros de éstas, pero son capaces de analizarlas y ponerlas en duda o cambiarlas. Pueden escuchar sin reaccionar y pueden comunicarse con otros sin enemistarse. No se ofenden ni intenta cambiar al escuchar críticas o alabanzas sobre su persona, a menos de que sea algo que consideren que es conveniente. Saben escuchar a los demás sin reaccionar emocionalmente.

Respetan la identidad de los otros y no cuestionan o critican por eso. Son capaces de responsabilizarse de sus personas, de sus emociones y de sus actos. Pueden hacerse cargo de otros sin involucrarse emocionalmente. Toleran y respetan las opiniones de los demás escuchando y aceptando lo que ellos proponen. Las expectativas que tiene de los demás son realistas y puede amar sin esperar nada a cambio. Son capaces de adaptarse bien a las

situaciones estresantes sin reaccionar de forma reactiva y su ansiedad crónica es muy baja. Toleran los sentimientos intensos sin involucrarse con la persona, aceptan a los demás como seres humanos y no categorizan a las personas como buenos o malos.

El termino diferenciación del Yo es el grado en que la persona es lo que quiere ser y no lo que debe se ser. Al igual la manera de afrontar las situaciones estresantes y el hacerse responsable de sí mismo y de su comportamiento. El hecho de que la persona es independiente de los demás sin necesidad de desconectarse emocionalmente.

La diferenciación en el ámbito clínico es una variable con la cual se pueden tratar diversos problemas psicológicos, ya sea individuales, de pareja, de familia, etcétera. El trabajar con el grado de diferenciación es esencial, por ejemplo en los casos de estrés. Con el hecho de aumentar el grado de diferenciación de las personas podrán afrontar de manera asertiva las situaciones de estrés y distress; considerando que el estrés es el problema mas grave en la sociedad en general, ya que todos los días se presentan situaciones estresante, la diferencia esta en el grado en que se presentan y la manera de afrontarlo.

De igual manera en todas las familias se presenta la triangulación como método para afrontar el estrés, lo que no se sabe es que esa no es la manera adecuada de afrontarlo, ya que aparenta regular un poco el estrés, pero al contrario, al incluir más personas en un par, el estrés aumenta con mayor medida.

La diferenciación del Yo es un término el cual es estudiado y aplicado en algunas investigaciones, en el siguiente capítulo se presentan algunas investigaciones en las cuales aplicaron algunos de los ocho conceptos de Bowen (1989) a diferentes poblaciones.

5. CAPÍTULO V

Aplicaciones empíricas de la teoría de Bowen.

Ya revisado el enfoque teórico de la teoría de Bowen (1989), es bueno evidenciar dichos conceptos y afirmaciones con algunas investigaciones empíricas que han realizado. Por lo cual, en este capítulo se presentan algunas investigaciones realizadas por seguidores de esta teoría, que han ampliado y dado seguimiento a dicha teoría.

5.1. Diferenciación del Yo y el distress Psicológico.

En primer lugar tenemos a Skowron y Friedlander (1998), quienes crearon un instrumento de auto-reporte denominado "Inventario de Diferenciación del Yo (DSI por sus siglas en inglés)". El Inventario de Diferenciación del Yo es una escala que involucra varios aspectos de la diferenciación de las personas (principalmente en adultos de 25 años en adelante), principalmente su relación con su familia de origen o relaciones actuales. Para realizar esta investigación los autores la dividieron en tres estudios en los cuales participaron 609 adultos en total.

En el primer estudio se comenzó a realizar la escala de diferenciación del Yo. El objetivo de este estudio fue realizar la escala de diferenciación del Yo, con definiciones, descripciones y ejemplos propuestos por Bowen y sus sucesores; con esto generaron reactivos para ejemplificar la diferenciación del yo. Estos reactivos reflejaban: a) la capacidad de distinguir y equilibrar pensamientos y sentimientos; y b) la capacidad de intimar con autonomía en las relaciones con sus seres queridos o conocidos. En este estudio participaron 313 personas, los cuales resolvieron la escala de diferenciación del Yo compuesto de 96 reactivos. En estos reactivos lograron distinguir cuatro factores: 1) reactividad emocional (12 reactivos); 2) posición del Yo (10 reactivos); 3) desconexión emocional (13 reactivos); y 4) fusión con otros (9 reactivos). Resultando 44 reactivos.

Ya obtenidos los 44 reactivos y las 4 subescalas, se realizó el segundo estudio. El propósito fue revisar el enfoque teórico y el contenido de los reactivos de la escala de diferenciación del Yo original por la considerable

cantidad de varianza no contada en el análisis anterior. Se juntaron los reactivos anteriores con otros que se crearon, resultando 78 reactivos seleccionados para cada subescala (reactividad emocional, posición del Yo, desconexión emocional y fusión con otros). En este estudio participaron 169 adultos.

Con este estudio se obtuvo una escala de diferenciación del Yo de 43 reactivos, ya que 35 reactivos fueron eliminados debido al bajo nivel de correlación que se obtuvo. El contenido de estos 43 reactivos guió la decisión acerca de modificar o mantener el nombre o definición de cada subescala. Éstos contenían las 4 subescalas: 11 reactivos de reactividad emocional, la cual, refleja el grado en que una persona responde ante estímulos ambientales, si responde emocionalmente, si no es firme en sus emociones y si es muy sensible a estímulos afectivos o emocionales. La subescala de posición del Yo contiene 11 reactivos que reflejan una clara definición de sentido de sí mismo y la capacidad de incorporarse a sus convicciones aún estando presionados a hacer otra cosa. La subescala, desconexión emocional, contiene 12 reactivos y refleja sentimientos de amenaza por la excesiva sensación de intimidad y vulnerabilidad en las relaciones con los demás. Estos reactivos reflejan los temores y la conducta de defensa como sobrefuncionamiento, distanciamiento o negación. Finalmente la subescala de fusión con otros contiene 9 reactivos que reflejan el involucramiento con otros, incluyendo la triangulación y la identificación con los padres.

Después de la revisión de las subescalas en el segundo estudio y de resultar 43 reactivos en la escala de diferenciación del Yo, se realizó el tercer estudio, el cual pretendía evaluar la estructura del factor de la escala de diferenciación del Yo utilizando un análisis de factor confirmatorio y para poner a prueba la teoría predictiva de las relaciones entre la diferenciación del Yo, síntomas psicológicos y satisfacción marital. En este estudio participaron 127 adultos.

Las hipótesis de esta investigación fueron que la relación inversa significativa entre la sintomatología y las subescalas de la escala de diferenciación del Yo que apoyaría lo asumido por Bowen (1989), que la alta diferenciación individual está menos propensa a síntomas y generalmente se ajusta mejor. Y que las relaciones son significativamente positivas entre la

satisfacción marital y las subescalas de la escala de diferenciación del Yo que apoyaría lo propuesto Bowen (1989), acerca de que altos niveles de diferenciación establece matrimonios más satisfactorios y duraderos.

Como resultado de esta investigación, se obtuvo que la diferenciación del Yo, estimado por las subescalas de la escala de diferenciación del Yo, se correlacionaron significativamente con la cantidad y la intensidad de los síntomas de distress. Los únicos predictores del desajuste global fueron reactividad emocional y desconexión emocional, cuyos reactivos reflejan dificultades en el manejo de afecciones. Estos resultados, tomados en conjunto, sugieren el apoyo a Bowen (1989) de que la diferenciación del Yo es un importante aspecto del bienestar psicológico.

Las 4 subescalas presentan gran relación con la satisfacción marital. Pues como afirma Bowen (1989), el grado de diferenciación de los cónyuges tiene una fuerte relación con la satisfacción marital. Un cónyuge poco diferenciado reacciona de manera reactiva y se desconecta emocionalmente ante situaciones estresantes, lo cual genera baja satisfacción marital, debido a los problemas que acarrea dichas reacciones. Por ejemplo, un hombre es muy celoso con su esposa, estos celos extremos son debido a la baja diferenciación que él tiene; y esto ocasiona que cada que la esposa recibe una llamada, él contesta e interroga a la persona que llama. En caso de ser un hombre quien busca a su esposa, él reacciona de manera reactiva y la golpea o la violenta psicológicamente; con esto, la esposa se siente incómoda con la relación y no esta a gusto, al igual que el esposo, pues todo el tiempo la esta celando.

También se encontró que, en la subescala de posición del Yo, no existe relación entre sexo y edad, esto es, los adultos más jóvenes son tan capaces como los adultos mayores de comportarse de manera autónoma. Los resultados de estos estudios, también revelaron que las mujeres informaron de forma significativa una mayor reactividad emocional que los hombres; y en la subescala de corte emocional no se encontraron diferencias entre géneros.

En estos tres estudios las puntuaciones obtenidas del Inventario de Diferenciación del Yo reflejaron poca reactividad emocional, desconexión y fusión con otros y una gran habilidad de tomar su propia posición del Yo; esto predijo poca ansiedad crónica, un mejor ajuste psicólogo y una gran satisfacción matrimonial. Otros consistentes resultados son discutidos a lo largo

de la potencial contribución del inventario de Diferenciación del Yo para probar la teoría de Bowen (1989), como herramienta clínica y como indicador del resultado de la psicoterapia.

Otro estudio realizado por Skowron, Holmes y Sabatelli (2003) en donde trataron, en particular, la escala de diferenciación del Yo fue un estudio implícito que examinó las similitudes entre el Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar (PAFS; Bray, Williamson y Malone, 1984) y el Inventario de Diferenciación del Yo (DSI; Skowron y Friedlander, 1998). En esta investigación participaron 221 adultos (87 hombres y 134 mujeres) y el rango de edad fue de 51 años. Los participantes contestaron los cuestionarios: Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar (PAFS), la escala de diferenciación del Yo (DSI) y el Índice de Satisfacción de Vida (LSI; McCrae y Costa, 1991), el cual mide el bienestar psicológico de las personas. Éstos fueron enviados por correo.

Al generalizar el factor de la diferencia de cuadrados, produjo dos factores relacionados: la regulación del Yo y el relacionarse independientemente, contabilizado en un 60% de varianza entre ambos. La mayor regulación del Yo (definida en la escala de diferenciación del Yo, como la habilidad de tomar la posición del Yo y de reaccionar de manera racional y no reactiva) se vio marcada por una gran autoridad personal, intimidad intergeneracional, poca fusión intergeneracional (en el Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar) y menos desconexión emocional (en el inventario de Diferenciación) y se presentó en ambos, hombres y mujeres.

Por otra parte, mayores niveles de diferenciación medidos por el Inventario de Diferenciación del Yo y los resultados del Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar se asociaron con un mayor bienestar psicológico en hombres y mujeres. Estas dos dimensiones fueron moderadamente relacionadas entre sí, tanto la regulación del Yo y la relativa interdependencia, mostraron relaciones significativas con el bienestar psicológico de las mujeres y los hombres. Estos resultados sugieren que la disminución de la reactividad emocional y la capacidad para desarrollar un claro sentido del Yo, son el centro del auto-reporte en las personas para la regulación de problemas, como son los elementos relacionales de la diferenciación. Es decir, la capacidad para lograr tanto la intimidad y la

autonomía en las relaciones importantes. Además, los hombres más viejos de la muestra reportaron mayor salud emocional que sus jóvenes homólogos. Igualmente para las mujeres, la relación de la auto-regulación y la mayor interdependencia, también representó mayor bienestar psicológico, sin embargo, no surgieron diferencias de edad entre las mujeres de la muestra.

Otro estudio que tomó el Inventario de Diferenciación del Yo como referencia para su investigación es el realizado por Murdock y Gore (2004) en donde indican que la diferenciación del Yo de la familia de origen es un factor importante en el funcionamiento psicológico y apoyan lo propuesto por Bowen (1989), quien afirmó que la diferenciación del Yo modera los efectos del estrés; niveles altos de estrés generan mayor impacto en individuos poco diferenciados comparado con los individuos más diferenciados. Ellos justificaron esta hipótesis y determinaron las relaciones entre la tensión, resistencia, diferenciación del Yo y disfunciones.

En este estudio participaron 119 estudiantes (78 mujeres y 41 hombres); los cuales contestaron un paquete de cuestionarios que se les dio, el cual incluía: el Inventario de Diferenciación del Yo (DSI; Skowron y Friedlander, 1998), la Escala de Estrés Percibido (PSS; Cohen, Kamarck, y Mermelstein, 1983), el Inventario de Estilos de Afrontamiento Centrados al Problema (PFSOC; Heppner, Cook, Wright, y Johnson, 1995), el cual fue utilizado para acceder a las habilidades de resistencia, el Índice Global de Severidad (BSI, Derogatis, 1993) y una prueba demográfica. Los resultados apoyaron las predicciones de Bowen (1989); que el estrés, la diferenciación del Yo, los estilos de afrontamiento y la disfunción psicológica estaban relacionados de manera predecible. El estrés percibido, la diferenciación del Yo y su interacción fueron predictores significativos de los trastornos psicológicos. Además, se encontró que los estilos de afrontamiento se relacionan con el distress y el uso de diversas estrategias de afrontamiento se relacionó con la diferenciación del Yo; utilizando respuestas reactivas y represivas para hacer frente a los problemas.

La diferenciación del Yo de la familia de origen resultó ser inversamente proporcional al distress psicológico (tomando en cuenta que el distress es el estrés negativo que tienen las personas); las personas altamente diferenciadas presentan menos síntomas psicológicos que las personas poco diferenciadas.

La interacción de la diferenciación y del estrés, predijo varianza en el funcionamiento más allá de lo que se consideró por estilos de resistencia, sugiriendo esto que aunque la resistencia y la diferenciación están relacionadas, no son sinónimos.

Un estudio, realizado por Shursen (2006), examinó el nivel de diferenciación del Yo y la capacidad de intimar en agresores sexuales y sus parejas. Participaron 52 adultos (26 agresores sexuales y sus parejas). Se les aplicaron tres instrumentos: el Inventario de Diferenciación del Yo (Skowron y Friedlander, 1998), el Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar (Bray, Williamson y Malone, 1984) y el Inventario de Evaluación Personal en Relaciones Íntimas (Schaefer y Olsen, 1981).

El Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar, está diseñado para evaluar el proceso familiar y se basa en aspectos de la actual teoría familiar intergeneracional. La autoridad personal en un sistema familiar es la habilidad para dirigir los propios pensamientos, expresar estos pensamientos a pesar de las presiones sociales, es tomar juicios personales y usar estos juicios en las acciones, es tomar responsabilidad de nuestro propio Yo y recibir o tener intimidad con límites claros de sí mismo y para relacionarse con todos los demás como iguales.

El Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar, es visto como un continuo, en el cual se encuentra la autoridad personal en un extremo y la intimidad intergeneracional en otro. Implica la integración de los patrones de conducta característicos y la diferenciación del Yo, definidos por Bowen (1989). Este inventario consta de ocho escalas: Fusión e individualidad conyugal (es el grado en que una persona opera de manera fusionada o individual en sus relaciones con los otros, ya sea su cónyuge u otras relaciones significativas); fusión e individualidad intergeneracional (el grado en que una persona opera de manera fusionada o individual con sus padres); Intimidad conyugal (evalúa la satisfacción o insatisfacción reportada y el grado de intimidad con el cónyuge); intimidad intergeneracional (evalúa la satisfacción o insatisfacción reportada y el grado de intimidad con los padres); triangulación en el núcleo familiar (mide la triangulación entre los cónyuges con sus hijos); triangulación intergeneracional (mide la triangulación de una persona con sus padres); intimidación intergeneracional (El grado de intimidación personal

experimentada por un individuo con sus padres; es decir, qué tanto te sientes amenazado por tus padres); y autoridad personal (refleja temas de conversación que requiere una íntima interacción con los padres, pero manteniendo una respuesta individual).

El inventario de diferenciación del Yo, el cual ya se explicó en el artículo de Skowron y Friedlander (1998). El Inventario de Evaluación Personal en Relaciones Íntimas fue diseñado para medir la experiencia de intimidad individual y determinar las ideas o expectativas individuales en el grado de intimidad. Este inventario está dividido en cinco escalas: Intimidad social, intimidad sexual, intimidad intelectual, intimidad recreativa e intimidad emocional.

Al comparar la puntuación de la media de los agresores y de sus parejas se apoyó la teoría de Bowen (1989), ya que no hubo diferencias significativas en el nivel de diferenciación de los agresores sexuales y de sus parejas en el Inventario de Diferenciación, esto es, que los individuos eligen a sus parejas con su mismo nivel de diferenciación.

En la subescala de reactividad emocional del Inventario de Diferenciación del Yo no se encontraron diferencias significativas entre los agresores sexuales y sus parejas. Esto es, que sus parejas tienen el mismo grado de habilidad para mantener la calma o exhibir demasiada ansiedad ante los otros. Al igual en las otras tres subescalas no presentaron diferencias significativas.

En la subescala de intimidad conyugal del Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar, si se encontraron diferencias significativas y en las demás subescalas del cuestionario, no. En todas las puntuaciones totales no tuvieron diferencias significativas. Esto es, que tienen el mismo grado de diferenciación los agresores sexuales y sus parejas.

La comparación de las puntuaciones normales de la media establecidas en las muestras no clínicas por el Inventario de Diferenciación del Yo y el Cuestionario de Autoridad Personal en el Sistema Familiar y las puntuaciones del agresor y su pareja producen resultados inesperados. El investigador esperaba encontrar niveles de diferenciación más bajos en los agresores y sus parejas que lo que establece la norma. Los niveles fueron consistentemente altos.

Johnson y Michael (1998), compararon e integraron el límite continuo de Minuchin (1974) y la Escala de Diferenciación del Yo de Bowen (1989). El límite continuo de Minuchin (1974), proporciona un marco de referencia para entender el proceso de proximidad y distancia en las relaciones; éste, representa en una gráfica la salud en las relaciones, en el centro se encuentra el equilibrio o salud, en un extremo se encuentra el apresamiento o fusión y en el otro extremo el desenganchamiento o desconexión emocional. Y la escala de diferenciación destaca las diferencias en la salud emocional, tal como la habilidad de separar y equilibrar pensamientos y sentimientos, y esto se asocia con las variaciones existentes en el nivel de diferenciación de las personas. Al igual del equilibrio que debe haber en las personas, para llevar una vida saludable, el equilibrio entre no fusión y no desconexión emocional.

Ambas representan la afiliación/diferenciación en medio de una curva. Al igual ambos afirman que las personas con altos niveles de diferenciación se describen como las personas que han alcanzado el medio o límite emocional adecuados en sus relaciones, que las personas pobremente diferenciadas se representan como rígidas o con límites difusos en sus relaciones.

Ambos, consideran al corte emocional como un proceso caracterizado por la reacción de separación y se le atribuye los niveles de diferenciación más bajos. Del mismo modo, la fusión en las relaciones se caracteriza por apresamiento o enganchamiento con los demás y también se le atribuye la falta de diferenciación.

El origen de la fusión/enganchamiento y corte emocional/separación es aún más marcado con una gráfica curvilínea. Cada extremo del continuo se basa en los bajos niveles de diferenciación. En ambos extremos, las consecuencias del bajo nivel de diferenciación son evidentes, esto es, caracterizado por relaciones inestables y por límites inapropiados. De igual manera, los individuos con altos niveles de diferenciación tienen relaciones con claros y apropiados límites.

En conclusión, estas investigaciones nos muestran la relación que hay entre diferenciación del Yo y la habilidad de tomar las propias decisiones sin requerir de los consejos de los demás, al igual, que las personas con alto nivel de diferenciación saben separar los pensamientos de las emociones y no actúa

de manera impulsiva y con esto sus relaciones con las personas que los rodean son estables y duraderas.

El nivel de diferenciación en las personas también está muy relacionado con las sintomatologías físicas y psicológicas y con el bienestar psicológico, esto es, que las personas altamente diferenciadas presentan menos sintomatologías mayor bienestar psicológico que las personas poco diferenciadas.

Cuando los seres humanos eligen pareja, el nivel de diferenciación es un factor importante como el estudio de Shursen (2006) lo muestra. Una persona poco diferenciada va a buscar a una persona con el mismo nivel de diferenciación o menor pero no mayor. Por ejemplo un hombre poco diferenciado no puede llevar una relación con una mujer más diferenciada que él, ya que él tiene, como ya se mencionó, poca visión de sí mismo, no sabe tomar decisiones, reacciona de manera reactiva, está fusionado o se desconecta emocionalmente de su pareja, y la mujer es todo lo contrario, por lo cual no podrá convivir con una persona así.

5.2. La transmisión intergeneracional de trastornos psicológicos.

Martin (2005) realizó un estudio acerca de los estilos de apego a lo largo de tres generaciones; en este estudio participaron 31 niños de preescolar (de 2 a 6 años), sus madres y sus abuelas. Los participantes completaron unos cuestionarios que incluyeron la Escala Adulta de Apego Parental (ASPA; Snow, Martin y Helm, 2004), un cuestionario de datos demográficos y el Método del Sistema de Grado de Interacción de Marshack (MIM-RS; Marshack, 1960).

El cuestionario de datos demográficos, se aplicó para recolectar información demográfica, de las madres de los niños de preescolar seleccionados para el estudio. Algunos reactivos de éste cuestionario incluyen la edad de los padres y los abuelos, raza, nivel educativo, entre otros. Ésta información recolectada, fue usada para proveer información descriptiva relevante en el estudio.

La Escala Adulta de Apego Parental, fue usada para evaluar el apego que existe en los adultos. El análisis de factores, generó cinco patrones de relación: seguro, parentalizado, dependiente, reservado y tímido. Estas cinco subescalas

describen los estilos de apego y nombran a la persona como insegura o segura.

El Método del Sistema de Grado de Interacción de Marshacks un método observacional, diseñado para medir la interacción padre-hijo. Las observaciones son categorizadas en cuatro dimensiones: estructura (proveer al niño los límites necesarios, para tener un ambiente apropiado u ordenado), compromiso (comprometer al niño en la interacción con los demás de acuerdo a lo que pide el contexto), educación (reunir las atenciones para el cuidado, atención y tranquilidad del niño) y cambio (ofrecer al niño un desarrollo de nivel apropiado).

A las madres de los niños se les aplicaron todos los cuestionarios y a las abuelas solo se les aplicó la Escala Adulta de Apego Parental.

En esta investigación se encontró que algunos patrones de relación en los estilos de apego, se transmiten de generación en generación. Sin embargo, algunos estilos de apego no están basados únicamente en los estilos de apego de previas generaciones.

Como se predijo, los estilos de apego se transmiten a lo largo de las generaciones, se encontró que las abuelas tenían patrones significativos similares a los de sus hijas. De igual manera, las madres tienen patrones significativos en relación con sus hijos en edad preescolar. El análisis discriminante de la función predijo que los patrones de apego de las abuelas, al relacionarse, se predijeron en las formas de apego de los nietos; para entender mejor la predicción de los estilos de apego a lo largo de las generaciones es una larga investigación que se utilizó por la necesidad clínica y de la sociedad.

Bartle-Haring y Probst (2004), también retomaron la teoría de Bowen para su investigación. Esta investigación fue una réplica de un trabajo previo de Bartle-Haring, Rosen y Stith en el 2002. En el modelo propuesto por Bartle-Haring y colaboradores (2002), se utilizó el Índice de Comportamiento y Reactividad Emocional (Bartle & Sabatelli, 1995) para demostrar la relación entre reactividad emocional hacia la madre, el estrés y el distress psicológico. Considerando lo propuesto por Bowen (1989), quien afirma que, aquellos con bajos niveles de diferenciación se ven muy influenciados por el sistema emocional y son incapaces de tomar decisiones acerca de su comportamiento. Ésta reactividad emocional se presenta en varias formas: la defensa de sí

mismo, el contra ataque o o la evitación. Bartle y Sabatelli (1995) diseñaron el Índice de Comportamiento y Reactividad Emocional para reflejar situaciones en las que pueden encontrarse adolescentes y adultos jóvenes con los padres.

Bartle-Haring y Probst (2004), indican que la reactividad emocional, activa y pasiva, hacia los padres están relacionados con el estrés y sintomatologías psicológicas. Este modelo sugiere que comúnmente las experiencias de la familia de origen afectan las experiencias individuales de eventos en la vida estresantes y distress psicológico que resultan de estos acontecimientos de la vida, así como una directa relación entre las actuales experiencias de la familia de origen y el distress psicológico.

Los participantes en esta investigación fueron 211 adultos (pacientes), que acudían a una clínica de terapia familiar y se les dió a contestar un paquete que contenía: cuestionario demografico, sintomas psicologicos, diferenciacion, relaciones de pareja, satisfacion marital, problemas de conducta infantil y eventos estresantes en la vida; se les dió un tiempo máximo de 3 meses para llenar estos cuestionarios.

La diferenciación del Yo de la familia de origen fue medida con el uso del Índice de Reactividad Emocional y el Comportamiento de Adultos (Bartle-Haring, Leite, Brucker, Griffin, Miller y Yang, 1997). Las respuestas de este índice se categorizaron en cinco tipos de respuesta: retirarse (salir de la sala, colgar el teléfono, etcétera); contra ataque (presentar alguna reacción ofensiva contra el avance de un rival); ventilar (decirle a otra persona sobre algún conflicto, pero no al padre); arremeter (no darse cuenta de cuan furioso se está y agredir a los demás debido a la frustración con los padres); ceder (aunque no se está de acuerdo con lo que dicen los padres, se cede porque no se quiere pelear).

Los acontecimientos estresantes de la vida se midieron con el Inventario Familiar de Acontecimientos de Vida y Cambios (FILE, McCubbin y Patterson, 1987); y la sintomatología psicológica se midió usando la Lista de Síntomas de Hopkins (HSCL: Derogatis, Lipman, Rickels, Uhlenhuth y Covi, 1974).

Esta investigación pretendía realizar una prueba de acuerdo al modelo propuesto por Bartle-Haring (2002) y comparar los resultados de hombres y mujeres. Los resultados del Índice de Reactividad Emocional y el

Comportamiento de Adultos fueron similares al estudio anterior y parecía funcionar mejor como dos factores, con formas activa y pasiva de reactividad.

Con este estudio, se encontró que el género no fue importante en términos del modelo en sí, el género no importa cuando se trata de formas pasiva y activa de reactividad, esto es, que tanto hombres como mujeres, reaccionan de manera pasiva y activa, con la misma frecuencia y grado. Cabe señalar que cuando Bartle-Haring (2002) eliminaron a los hombres de su muestra, la activa reactividad hacia el padre se convirtió en un predictor significativo de estrés. Esto puede ser evidencia de un proceso de desarrollo hasta cierto punto.

Tanto la forma activa y pasiva de reactividad emocional son indicadores de baja diferenciación del Yo, en adultos al igual que en adolescentes, de acuerdo con Bowen (1989). Tal vez las expectativas sociales de comportamiento en estas dos etapas de la vida varían e interactúan entre sí. Si un adolescente tardó reacciona pasivamente o se retira cuando su padre le solicita hacer algo, esto puede ser el encuentro de las expectativas de los adolescentes y los padres, más que el argumento o golpear cosas. Para una población adulta, reaccionar pasivamente sin hablar por sí mismo, por así decirlo, no es lo que se espera. Williamson (1981) sugiere que la autoridad personal en el sistema de la familia no se ha resuelto hasta la cuarta década de la vida. La autoridad personal, es similar a la diferenciación del Yo, se trata de elegir. Para Williamson (1981) tener autoridad personal significa saber elegir con quien se quiere tener intimidad, incluidos los padres, sin fusionarse con la persona. Los resultados de esta investigación mostraron un retraso en el desarrollo de autoridad personal, de modo que, cuando los adultos reaccionan ante los padres en formas que parecen significar una falta de elección, ellos son más vulnerables presentar distress psicológico. Cuando los adolescentes responden de manera similar, no son tan vulnerables, dado que la autoridad personal no debe ser tan destacada en esa edad.

Una diferencia entre los dos modelos de pruebas es que Bartle-Haring y cols (2002) demostraron una relación entre la reactividad emocional y la experiencia de acontecimientos de vida estresantes, mientras que el actual modelo de prueba no. Hay varias explicaciones alternativas para ello. En primer lugar, el tamaño de la muestra hizo una diferencia. En segundo lugar, quizá

esto publicado en este trabajo es un umbral (un primer paso). Friedman (1991) sugiere que las personas con niveles más bajos de diferenciación van a experimentar más estrés que aquellos con niveles más altos de diferenciación en respuesta al mismo evento.

Los resultados obtenidos mostraron que no existen diferencias significativas entre hombres y mujeres en el indicador de estrés o en la reactividad emocional a escala de los padres. Sin embargo, hubo importantes diferencias entre hombres y mujeres, en la depresión, ansiedad y sensibilidad interpersonal.

Peleg (2005) realizó una investigación relacionada a la diferenciación y, especialmente, a la transmisión de ésta. El estudio intentó probar la relación entre la diferenciación de los padres y la ansiedad social de su descendencia, usando una muestra de estudiantes universitarios y sus padres para reflejar los patrones familiares a través de tres generaciones. Participaron 40 triadas de estudiantes universitarios y sus padres (madre, padre); a estos se les dio tres paquetes, uno para cada miembro de la familia y cada paquete contenía un cuestionario demográfico, tres inventarios: el Inventario de Diferenciación del Yo (DSI; Skowron y Friedlander, 1998); la Escala de Diferenciación en el Sistema Familiar (DIFS; Anderson y Sabatelli, 1992), se utilizó para evaluar los niveles de diferenciación en las relaciones recíprocas: la tríada de cada participante y sus dos padres; y la Escala de Ansiedad Social (SAS; La Greca y Stone, 1993), la cual, como su nombre lo indica, sirvió para medir la ansiedad social entre los participantes. Se les pidió a los participantes que contestaran las pruebas y las regresaran en un plazo de dos semanas.

Los resultados de esta investigación, indicaron que los niveles de diferenciación de los padres y de la ansiedad social estuvieron altamente correlacionados y tuvieron una posible relación a su descendencia o fueron heredados. Con esto se apoyó la afirmación de la transmisión emocional de la familia a través de las generaciones dicha por Bowen (1989). Por otra parte la ansiedad social del estudiante fue inversamente relacionada con los niveles de diferenciación de sus padres. La conclusión de que los niveles más bajos de diferenciación estuvieron significativamente relacionados con una mayor ansiedad social, al igual indicó que la ansiedad se extiende a la dinámica de otras tareas sociales; los hijos pudieron haber sido "enseñados" a estar

ansiosos, no sólo dentro de su propia familia, sino también con otras personas en otras situaciones sociales.

Stabenau (1973), examinó la relación entre la identificación de la proyección familiar y el desarrollo de la esquizofrenia en niños. Aunque la identificación proyectiva es un término de la teoría psicoanalítica su significado es muy similar al de proceso de proyección familiar de Bowen (1989).

Para realizar este estudio Stabenau (1973) trabajó con una familia con un par de gemelos (varones) monocigóticos no esquizofrénicos. Los padres y la hermana mayor marcaban diferencias en el comportamiento de los gemelos ya que uno era más tolerante, un poco más pesado y con poca capacidad para estar alerta mientras que el otro era mas despierto y un poco mas ligero. El autor sugiere que tales características psicológicas juegan un rol importante en la selección de una familia de un gemelo como el más vulnerable. Los sentimientos algunas veces están mal con el pre-esquizofrénico ya que son importantes en el desarrollo de la esquizofrenia ya que los padres pueden ayudar a establecer una expectativa negativa, una identidad negativa o un sentido deficiente de la estima del Yo dentro del niño pre-esquizofrénico.

Caesar (1988) examinó transmisión multigeneracional de la violencia en la familia de origen comparando una esposa agresora y un hombre no violento. En este estudio se incluyo 26 esposas abusadoras y 18 hombres no violentos los cuales se encontraban en terapia y se formaron dos grupos el violento o de ruptura y el no violento. La exposición temprana a la violencia en la familia fue determinada por entrevistas cualitativas y cuantitativas.

Los hombres completaron una versión modificada de la Escala de Tácticas de Conflicto (Strauss y Gelles, 1986) y el Inventario Multifásico de Personalidad de Minnesota (MMPI; Hathaway y MacKinley, 1967), y dos horas de entrevista clínica. Los resultados indicaron que los golpeadores fueron abusados significativamente ya de adultos, más que los hombres no violentos y significativamente más, los golpeadores que refirieron ser golpeados por sus padres cuando eran pequeños. En resumen, este estudio apoya el concepto de transmisión multigeneracional, ya que es posible que personas violentas, que de niños fueron directamente involucrados en la separación marital entre sus padres, fueron golpeados, fueron abusados, etcétera, fueron objeto del proceso de proyección familiar y por la transmisión multigeneracional desarrollada en su

familia con pocos niveles de diferenciación; y por lo cual son tan poco diferenciados que reaccionan de manera activa o agresiva con sus familias.

Kalmuss (1984) realizó un estudio, en el cual investigó la transmisión multigeneracional de la agresión marital. Datos nacionales representativos de una muestra de 2,143 fue usada para explorar la relación entre ser observador de los golpes entre sus padres, ser golpeado por sus padres como adolescente y ser causante de la agresión marital en edad adulta. Las entrevistas con los esposos fueron conducidas de manera aleatoria. El golpeador parental fue codificado como una variable dicotómica así que se les preguntó a los sujetos si su madre siempre le pegaba a su padre o viceversa. El golpeador padre-hijo se basó en una determinada pregunta: ¿con que frecuencia los padres le pegaban cuando él era adolescente? y la agresión marital fue medida por la Escala de Tácticas de Conflicto (Strauss y Gelles, 1986).

Los resultados de este estudio indicaron que la observación de golpear entre sus padres esta muy relacionada con la agresión marital en la adultez, más que ser golpeado por uno de sus padres cuando era un adolescente; además, los resultados indicaron que el género no es variable importante en esta cuestión, esto es, que tanto hombres como mujeres tienen la misma tendencia a ser agresivos de adultos. El gran tamaño de la muestra hizo que los resultados del estudio fueran de gran alcance; sin embargo, esta investigación consideró la variable “ser golpeado por los padres” como una variable dicotómica y con esto no aportó información referente a la frecuencia ni a la magnitud de la conducta de golpear. Este estudio provee un fuerte soporte al concepto de transmisión multigeneracional, ya que se encontró que, si de niños, las personas viven en un ambiente de violencia ya sea directa o no, es muy probable que de adultos sean personas igualmente violentas. Sin embargo, cuanto más temprana se presente la violencia familiar, la probabilidad de ser adulto violento es más grande.

Con estas investigaciones se pudo demostrar que el grado de diferenciación se puede transmitir de padres a hijos, esto se debe, a que los padres educan a sus hijos de manera similar a como ellos fueron educados. Al igual, los estilos de apego y la ansiedad se transmiten de generación en generación. Los hijos pudieron ser enseñados a ser ansiosos en ciertas situaciones.

La violencia es otro fenómeno que se transmite de manera multigeneracional, si una persona de niño o adolescente vivió violencia intrafamiliar, fue golpeado por los padres, o simplemente fue observador de violencia entre sus padres, es muy probable que de adulto sea una persona poco diferenciada y violenta.

5.3. Desconexión emocional.

Moore (2005), realizó un estudio cualitativo en el cual usó los ocho conceptos de la Teoría de Bowen (1989) para desarrollar el marco teórico, en este estudio la desconexión emocional y su fenomenología fueron utilizados para construir las preguntas de la entrevista. Éste se centro principalmente en la desconexión emocional entre las madres y sus hijos o hijas adultos. Para esto, se entrevistaron a 10 participantes para explorar sus experiencias y sus significados acerca de la desconexión emocional en la cual estaban involucrados. El objetivo principal de este estudio fue saber si los participantes deseaban o no deseaban volver a conectarse con sus madres biológicas o con sus hijos o hijas.

Como resultado se encontró que cuatro de los participantes deseaban volver a conectarse, tres no deseaban volver a conectarse y tres fueron indiferentes. Durante el análisis de los datos tres temas surgieron: para los tipos y estilos de comunicación fueron: elevado e impetuoso y bajo e indiferente; para los recuerdos surgieron: buena, mala y repugnante; y para la auto evaluación con respecto a la emocionalidad de la desconexión en la relación. En conclusión, con este estudio se puede decir que los hombres y las mujeres manejan sus desconexiones emocionales de manera distinta; ya que se encontró que las mujeres estuvieron visiblemente más afectadas por sus desconexiones emocionales que los hombres, esto se debe a que las mujeres presentaron llanto y depresión, mientras que los hombres solo presentaron tristeza.

Cada participante tuvo uno de tres significados diferentes de su corte emocional: de satisfacción o libertad, de dolor o tristeza, e indiferente. Tres participantes (dos hombres y una mujer) sentían que el corte emocional era bueno y positivo. Cuatro participantes (un hombre y tres mujeres) sentían que

el corte emocional era negativo, doloroso y triste. Tres participantes (un hombre y dos mujeres) fueron indiferentes al corte emocional. Por tanto, más mujeres consideraron el corte emocional como malo y los otros dos tipos fueron mixtos.

Ring (1998) hizo una investigación acerca de la desconexión emocional. Para realizar dicho estudio, ella analizó las experiencias de 15 padres y sus hijos (en un rango de edad de 30 a 50 años), quienes percibían que tenían desconexión emocional y habían logrado volver a conectarse. Aquí se presentaban relaciones biológicas entre los padres y los hijos que recordaban estar en contacto por lo menos desde que el niño tenía 17 años. Se entrevistó a los participantes y las entrevistas fueron grabadas, transcritas y examinadas por temas recurrentes. Los temas para la desconexión emocional fueron: los detalles de la historia, la historia de la familia en la desconexión y las reacciones acerca de esta, y las respuestas de los sujetos. Los temas para la reconexión fueron: los detalles de la historia de la reconexión, las respuestas familiares y la experiencia del sujeto. Los participantes consideraron que ellos han sido emocionalmente desconectados por un periodo mínimo de 6 meses y reconectados de igual manera por un periodo mínimo de 6 meses, con sus padres o con sus hijos.

Los resultados de esta investigación indican que las palabras usadas para describir el periodo de desconexión emocional fue indicativo para el nivel de emoción que ellos tienen acerca del evento o periodo. Las respuestas menos emocionales fueron: “no escucho”, “incómodo”, “dejo de hablar”. El rango medio de respuestas usaron fueron: “separación emocional”, “alejamiento”, “evitación”, “ruptura”. Las palabras más emocionales fueron: “abismo”, “repudiado”, “vacío”, “odio” y “disfunción”. Con estas frases o palabras dadas por los participantes indicaron el grado de afección que ocasionó el corte emocional en ellos.

Las conclusiones de este estudio fueron que además de las percepciones acerca de la desconexión emocional y la reconexión fueron altamente variables, los sujetos generalmente reaccionaban de forma negativa a la desconexión emocional; y reaccionaban de forma positiva a la reconexión, excepto los sujetos con reconexión incompleta. Ambas experiencias fueron vistas como un proceso. Una conclusión mayor fue que la reconexión fue

benéfica para la personalidad de los participantes así como para sus otras relaciones.

Kerr (1977), investigó la relación entre la cantidad de desconexión emocional del miembro más viejo de la familia de su red de parentescos y el funcionamiento de éste miembro. Creía que el miembro más viejo, es más probable que sea disfuncional socialmente, emocionalmente o físicamente, ya que es más común que se desconecte emocionalmente de sus familiares.

En esta investigación, la autora consideró el hecho de que las personas pueden vivir juntas y estar emocionalmente desconectadas el uno del otro. Ella definió la desconexión emocional como la situación en que, independientemente del contacto físico, hay una distancia emocional entre los participantes en una relación; además distinguió la distancia emocional, en la vida de las personas, cuando las áreas mayores de pensamientos y sentimientos no están comunicadas entre sí y la relación es superficial.

Usando estas inferencias Kerr (1977) desarrolló una entrevista y tomó una prueba piloto de 10 personas para medir la desconexión emocional; tres de las personas de la muestra inicial no pudieron completar la entrevista, dos resultaron ser psicóticas y una muy depresiva. Encontró que tres de las personas participantes tenían un pobre funcionamiento de desconexión emocional con su familia de origen y que presentaban sintomatologías psicológicas.

Se puede decir que la manera de ver la desconexión emocional está muy ligada con la diferenciación de la persona ya que una persona poco diferenciada es más probable que se desconecte emocionalmente de la familia

5.4. La triangulación en la familia.

Cheek (1964), examinó a familias que contaban con un niño esquizofrénico y comparó la interacción de los padres con su hijo esquizofrénico, así como la interacción de los padres con su hijo no esquizofrénico. La muestra consistió en 67 familias con niños esquizofrénicos y 56 familias con niños sin esquizofrenia; las familias con descendencia esquizofrénica incluían 40 pacientes hombres y 27 pacientes mujeres con una edad de entre 15 y 26 años y las familias sin descendencia esquizofrénica

incluían 30 pacientes hombres y 25 pacientes mujeres con una edad de entre 15 y 26 años.

A todos los participantes se les entrevistó acerca de la interacción familiar, el cuestionario consistía de 20 preguntas acerca de problemas específicos de la familia; las entrevistas se codificaron en 12 categorías empaquetadas en la técnica de proceso de análisis de la interacción. El autor examinó si las familias con hijos esquizofrénicos difieren de las familias sin hijos esquizofrénicos de acuerdo con 158 variables. Una relevante aportación fue que en las familias con un niño esquizofrénico, la coalición madre-hijo es mas fuerte; en cambio en las familias no psicóticas la coalición padre-madre es la mas fuerte.

En la familia con un esquizofrénico hubo gran similitud en la actitud del niño y la madre. Los padres de niños esquizofrénicos difieren significativamente de los padres que no tienen niños esquizofrénicos, esta diferencia es muy notable cuando se trata de acuerdos con sus hijos y con sus esposas; se puede decir que el padre con un hijo esquizofrénico ocupa la posición periférica dentro de la familia y con la participación del padre en la díada madre-hijo se forma un triangulo, con el cual pretenden disminuir la tensión o distress que hay en ellos.

Bell y Bell (1979) realizaron un estudio sobre los niños involucrados en la triangulación, para así analizar su ajuste dentro de la relativa normatividad de los sistemas familiares. En este estudio los ajustes personales de los niños incluyen aspectos tales como: auto-aceptación, auto-control, desarrollo del ego y efectividad interpersonal. Los instrumentos que utilizaron fueron una entrevista estructurada (con una duración de dos horas) y una forma reducida de la Escala de Ambiente Familiar de Moss (Moss, Moss y Tricwell, 1984). Después de la aplicación del cuestionario, los autores examinaron dos tipos de patrones de triangulación; uno era de patrones maritales, con el cual se evitaba el conflicto por el enfoque en el niño y el otro donde uno de los cónyuges se aliaba con el niño y el otro cónyuge ocupaba el centro de atención y el alejamiento con los patrones externos del triángulo.

Los experimentadores hipotetizaron que los miembros de la familia involucrados en cualquier tipo de patrones de triangulación pueden percibir a la familia de una manera similar, mientras que la tercera persona que se encuentra fuera del triángulo puede captar diferentes percepciones.

Kleiman (1981), también incluye el concepto de triangulación para su estudio e investigó la relación entre la estructura familiar en la salud psicosocial en adolescentes varones; especialmente se trato de coaliciones parentales, límites generacionales y su relación con el funcionamiento individual. La muestra consistió en 20 familias y estas fueron divididas en dos grupos llamados “sano” y “normal” y se basaron en las puntuaciones del Cuestionario de la Oferta de Autoimagen para denominarlas así. Ambos grupos fueron comparados con variables demográficas tales como, el tamaño de la familia, clase social, edad de los padres, sin embargo, no se encontraron diferencias significativas.

Los resultados mostraron que los padres en el grupo sano tienen una habilidad más característica de discutir con mayor frecuencia, de excluir a los niños de las decisiones parentales y de soportar conflictos dentro del subsistema marital. En conclusión, con este estudio se demostró que las familias sanas mostraron más evidencia de coalición parental y de límites generacionales; estos padres se involucran más con cada uno íntimamente, esto es, que las familias sanas tienden a triangular menos a sus hijos que las familias no sanas, pero la efectividad de esta coalición estuvo basada en gran parte por la relaciones maritales.

Como conclusión del capítulo se puede decir que de acuerdo a las investigaciones realizadas el grado de diferenciación del Yo es una variable muy significativa referente a la calidad de vida. Esto se ve por ejemplo en la relación diferenciación del Yo-nivel de estrés, en las personas poco diferenciadas el estrés va afectar su vida diaria más que las personas con un nivel más alto de diferenciación. Al igual, las personas más diferenciadas tienen mayor habilidad para ejecutar técnicas de afrontamiento.

Todas estas investigaciones muestran el avance e interés que se ha tenido con lo referente a la teoría familiar de Bowen y la gran intervención de ésta en el ámbito clínico. Así como la gran importancia que tiene la transmisión multigeneracional en la diferenciación, como el grado de diferenciación se puede heredar. Si una madre es poco diferenciado, es muy probable que los hijos, o por lo menos uno de los hijos, también sean poco diferenciados.

La desconexión emocional afecta de diferente manera las personas como lo demostraron las investigaciones sin embargo, la teoría indica que de acuerdo al grado de diferenciación de la persona se va a desconectar o fusionar

6. MÉTODO

Objetivos:

Objetivo general: Desarrollar, confiabilizar y validar un instrumento que evalué el grado de dependencia emocional.

- Describir un conjunto de principios conceptuales que expliquen el fenómeno de la dependencia emocional dentro del indicador de diferenciación
- Realizar un instrumento que evalué el grado de dependencia emocional.
- Aplicar el instrumento de evaluación para confiabilizar y validar el instrumento.

Sujetos.

Se aplicó el instrumento a 500 personas que se encontraban en un rango de edad de 18 a 45 años. Este criterio se consideró ya que se piensa que es la etapa productiva de las personas. No importó si eran casadas, solteras o divorciadas. La clase social a la que pertenecían fue de clase media, la cual se evaluó con la primera parte del cuestionario, en datos demográficos.

Instrumento de evaluación.

Se elaboró, a partir de los instrumentos ya realizados (Skowron y Friedlander, 1978; Skowron y Dendy, 2004), un instrumento que evaluó los indicadores del grado de diferenciación del individuo con respecto a las personas significativas. Los reactivos de dicho instrumento reflejaban la capacidad de distinguir y equilibrar pensamientos y sentimientos y la capacidad de intimar con autonomía en las relaciones con sus seres queridos o conocidos. El instrumento contenía cuatro subescalas: reactividad emocional, posición del Yo, desconexión emocional y fusión con otros.

La subescala de reactividad emocional, reflejaba el grado en que una persona responde ante estímulos ambientales (si responde emocionalmente). La subescala de posición del Yo, reflejaba la clara definición de sentido de sí mismo. La subescala desconexión emocional, reflejaba los sentimientos de amenaza por la excesiva sensación de intimidad y vulnerabilidad en las

relaciones con los demás. Y, la subescala de fusión con otros, reflejaba el involucramiento con los demás.

Procedimiento.

El cuestionario se construyó siguiendo los pasos conceptuales establecidos para la elaboración de un cuestionario de este tipo (Cohen y Swerdlik, 2001). En la primera fase, se llevó a cabo un trabajo teórico sobre el constructo donde se conceptualizó el instrumento. La segunda fase (construcción de la prueba), se elaboró a partir del paso anterior. En la tercera fase (ensayo de la prueba), se realizó un estudio piloto para eliminar los reactivos que no funcionaban; el instrumento se aplicó a personas adultas y se les pidió que retroalimentaran los reactivos, esto es, si se entendían, si eran claros, etcétera. También se les pidió retroalimentación a algunos jueces expertos en el tema y hubo una confiabilidad inter-jueces. En esta fase se eliminaron y corrigieron los reactivos. En la cuarta fase (análisis de los reactivos), se determinaron la confiabilidad y dificultad de los reactivos. Por último, en la quinta fase (revisión de la prueba), se trabajó con la validez del instrumento, realizando un análisis estadístico a los resultados, mediante el programa estadístico SPSS, obteniendo la confiabilidad del instrumento reactivo por reactivo. Para delimitar la prueba se eliminaron todos aquellos reactivos con un Alpha menor a .200.

Las alternativas de respuesta del cuestionario ya finalizado fueron cuatro: muy de acuerdo, de acuerdo, en desacuerdo y completamente en desacuerdo. No se consideró la respuesta intermedia para evitar que la mayoría de las respuestas de los sujetos cayeran en esta. Y el número de reactivos que resultaron del instrumento fueron 45.

Después de aplicar el Alpha de Chronbach, se llevó a cabo un análisis de factores para determinar la forma en que se agrupan los ítems, calculando las cargas factoriales de cada reactivo y agrupándolos en los tres factores que resultaron.

7. RESULTADOS

Después de diseñar el cuestionario de diferenciación (compuesto por 43 reactivos) y de aplicarlo a una muestra de hombres y mujeres entre 18 y 45 años de edad, se presenta lo obtenido con dicho cuestionario.

Los resultados se presentan con gráficas comenzando por los datos demográficos de los encuestados, después se pasará al análisis de resultados de cada reactivo.

La confiabilidad obtenida del instrumento fue de .92, la cual se obtuvo aplicando el Alpha de Chronbach como se muestra en la tabla 1.

R E L I A B I L I T Y A N A L Y S I S - S C A L E (A L P H A)				
Item-total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Alpha if Item Deleted
C2	123.6560	322.0618	.2041	.9233
C3	123.5880	310.3109	.5104	.9205
C4	123.5840	317.2174	.3489	.9221
C5	123.2740	309.8787	.5438	.9202
C6	123.5780	311.3266	.5419	.9203
C7	123.5480	312.1400	.4620	.9210
C8	123.0220	311.9013	.5370	.9204
C9	123.5440	318.7456	.3123	.9224
C10	123.1240	311.8523	.5231	.9205
C11	122.9880	313.3385	.4827	.9209
C12	123.0440	309.8818	.6061	.9197
C13	122.5340	318.8626	.3693	.9219
C14	122.8140	312.9894	.5134	.9206
C15	122.8740	311.6174	.5484	.9202
C16	122.7880	314.4760	.4990	.9208
C17	123.1160	309.4535	.6069	.9196
C18	122.9500	313.6869	.2199	.9266
C19	123.2260	313.6342	.4561	.9211
C20	122.9200	312.6269	.5335	.9204
C21	123.6900	316.0901	.3764	.9219
C22	122.9720	314.9932	.4282	.9214
C23	122.8560	312.0834	.5592	.9202
C24	123.1940	312.7018	.5194	.9205
C25	123.2020	312.9711	.4899	.9208
C26	123.2440	311.7480	.4241	.9215
C27	123.1540	311.8420	.4319	.9214
C28	122.9440	312.0289	.4823	.9208
C29	122.6340	316.2606	.4163	.9215
C30	122.8900	311.9819	.5188	.9205
C31	122.6940	314.3731	.4793	.9209

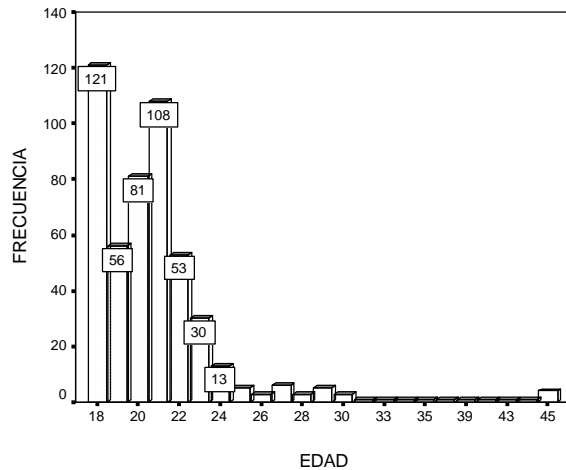


Figura 1. Frecuencia de edad de las personas a las que se les aplicó el instrumento.

También se pudo observar que 446 (89.2%) personas son estudiantes, 26 (5.2%) estudian y trabajan, 25 (5%) trabajan y 3 (0.6%) son desempleadas. La figura 2 muestra la distribución de la población en esta categoría. El hecho de que la mayoría de los encuestados son estudiantes se puede relacionar con la edad, ya que son más jóvenes que personas adultas y el rango de edad de la mayoría de las personas encuestadas esta dentro de la educación académica preparatoria-universidad.

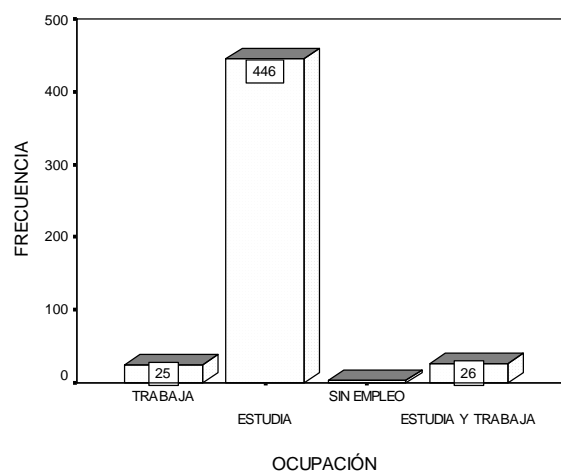


Figura 2. Frecuencia de la ocupación que tienen las personas encuestadas.

Se puede decir que las personas encuestadas son de un nivel académico regular ya que la mayoría presentan la escuela superior 408 (81.6%) personas, 82 (16.4%) la medio superior, como nivel máximo de estudios y muy pocas

presentan la primaria secundaria y postgrado como nivel máximo de estudios (fig. 3); esto puede deberse a la edad de las personas ya que la mayoría son muy jóvenes.

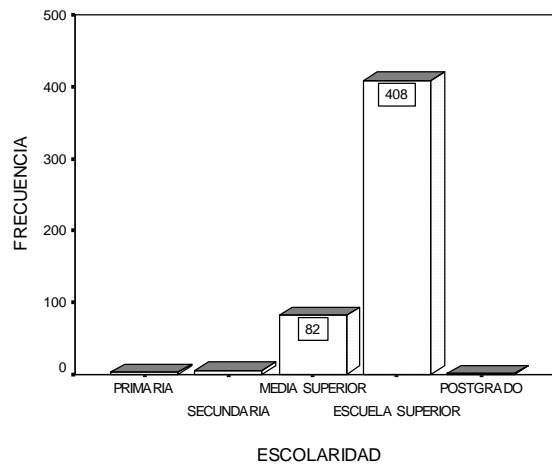


Figura 3. Frecuencia de escolaridad que presentan las personas encuestadas.

La mayoría son de familias tradicionales ya que 325 (65%) viven con sus padres y hermanos, 82 (16.4%) viven con su madre y hermanos únicamente, y 44 (8.8%) con otros familiares o conocidos, como lo muestra la figura 4.

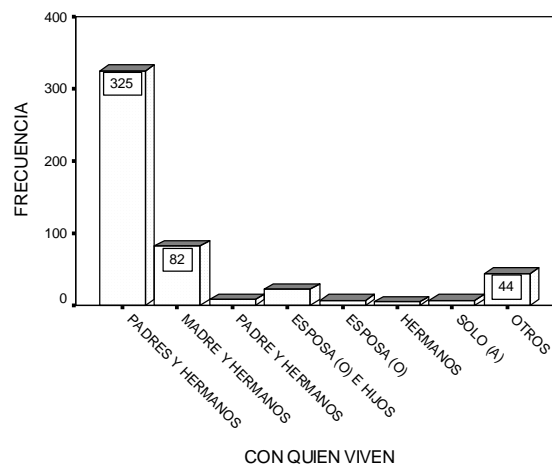


Figura 4. Frecuencia de las personas con quien viven los encuestados.

La mayoría de ellos son el primogénito, ya que como se muestra en la figura 5, 196 (39.2%) son los primeros entre sus hermanos, 136 (27.2%) los segundos, 84 (16.8%) los terceros, 54 (10.8%) los cuartos, 20 (4%) los quintos y muy pocos el sexto, séptimo y octavo lugar.

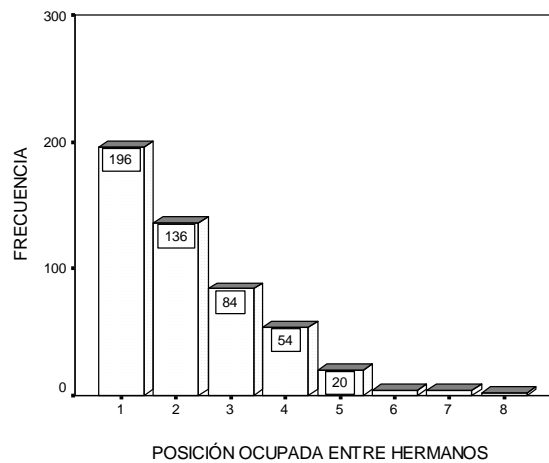


Figura 5. Frecuencia de la posición que ocupan los encuestados entre sus hermanos.

Los ingresos económicos de estos van de un sueldo mínimo a tres, ya que 130 (26%) cuentan con un salario, 103 (20.6%) con dos salarios, 100 (20%) con tres salarios, 64 (12.8%) con cuatro salarios, 36 (7.2%) con cinco salarios y 67 (13.4%) con más de cinco sueldos (fig. 6).

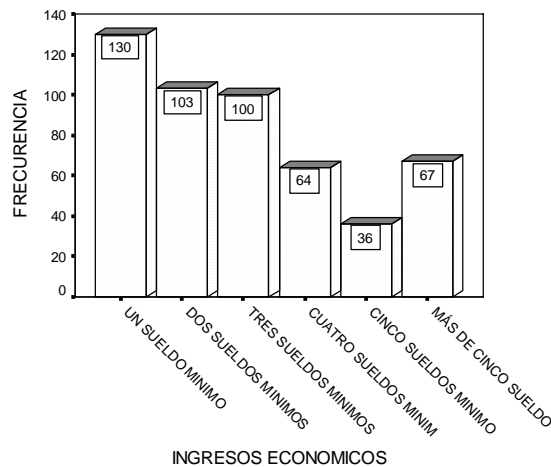


Figura 6. Frecuencia de ingresos económicos de los encuestados.

La mayoría tiene pareja y una minoría no tiene, esto lo muestra la figura 7 en la cual se puede ver que 307 (61.4%) personas tienen pareja y 196 (38.6%) no tienen pareja.

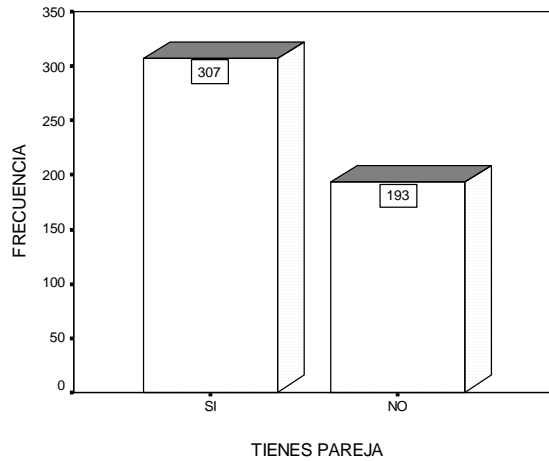


Figura 7. Frecuencia de las personas que tienen pareja y las que no la tienen.

Respecto al tiempo que llevan de relación se observó que 125 (25%) personas llevan de un año a tres años, 107 (21.4%) menos de un año, 51 (10.2%) de tres años a seis años y muy pocas personas llevan más de 6 años (fig. 8).

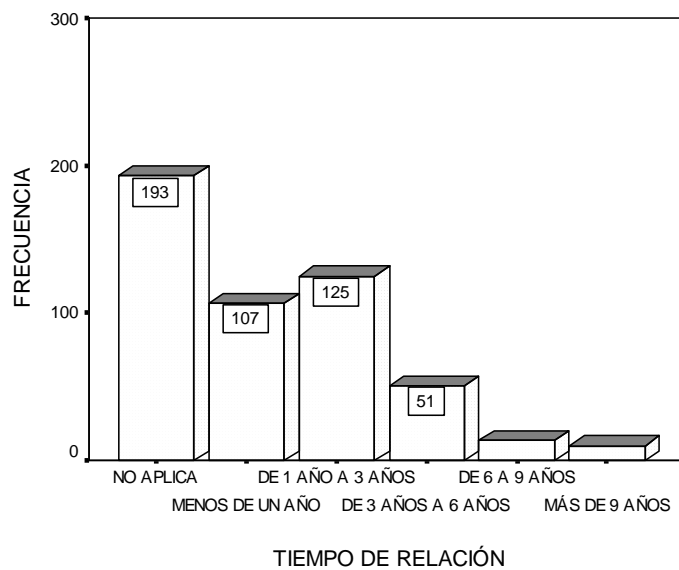


Figura 8. Frecuencia del tiempo que llevan de relación las personas encuestadas.

7.2. Resultados de los reactivos.

Se presentan los ítems más significativos del instrumento “Cuestionario de Diferenciación” como lo muestra la figura 9, en la cual el reactivo relacionado a la reacción que se tiene cuando otras personas nos ofenden, el 62 % de las

personas mencionaron que sufren cuando los ofenden y el 38% de las personas no. Esto indica que las personas encuestadas son poco diferenciadas, ya que consideran de gran importancia lo que la gente piensa o dice de ellos.

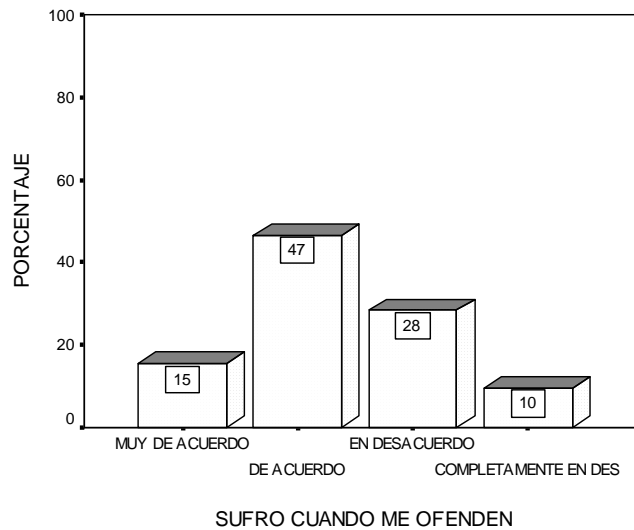


Figura 9. Porcentaje de presentar sufrimiento cuando se recibe una ofensa.

La figura 10 muestra que el 61% de las personas consideran que su comportamiento es emocional y el 39% están en desacuerdo. Con esto se puede decir que las personas son poco diferenciadas al dejarse llevar por sus emociones y reaccionar emocionalmente.

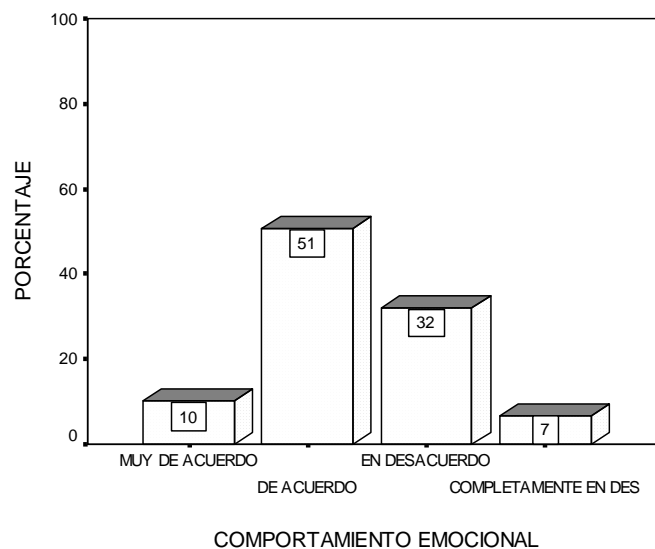


Figura 10. Porcentaje de presencia de comportamiento emocional.

En el ítem referente a actuar sin pensar las cosas, el 53% de las personas están de acuerdo y el 47% en desacuerdo (figura 11). Esto indica que el mayor porcentaje de las personas es emocional, ya que reaccionan con sus emociones y no de manera racional, reaccionan sin pensar las consecuencias.

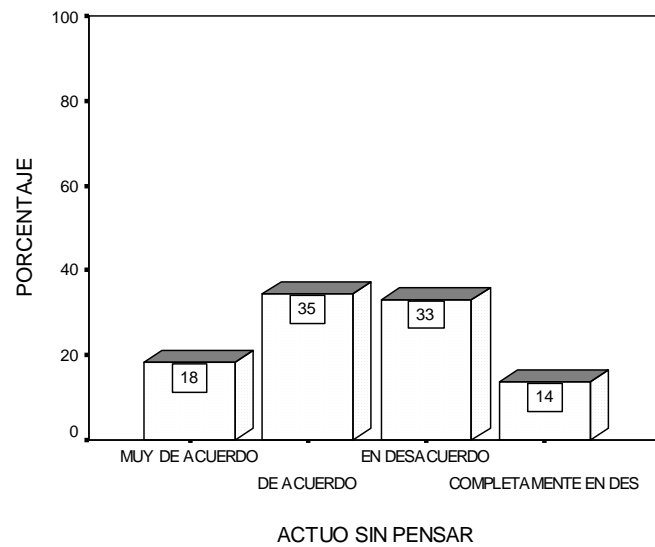


Figura 11. Porcentaje de actuar sin pensar.

La figura 12 muestra que el 54% de las personas consideran que son abiertamente sensibles a las críticas y el 46% no lo son. Esto es, las personas son poco diferenciadas al considerar muy importante lo que las personas dicen de ellos, ya sean cosas positivas (se engrandecen) o cosas negativas (se humillan). Son personas que tratan de dar una buena impresión a los demás, les importa mucho la apariencia que tienen ante otros y lo que piensan de él.

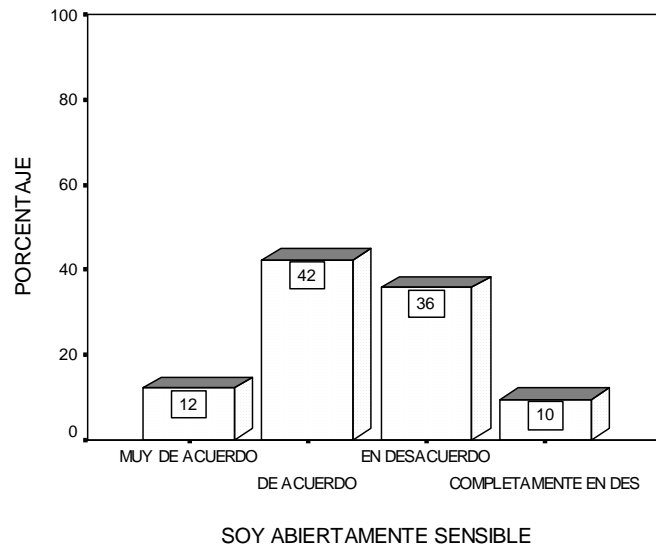


Figura 12. Porcentaje de ser abiertamente sensible.

La figura 13 muestra que el 56.2% de las personas consideran que no pueden pensar con claridad cuando están enojados y el 43.8% están en desacuerdo. Son personas dominadas por las emociones y el estrés y con esto no pueden afrontar la situación ni pensar en una solución. Con esto se puede decir que son poco diferenciadas.

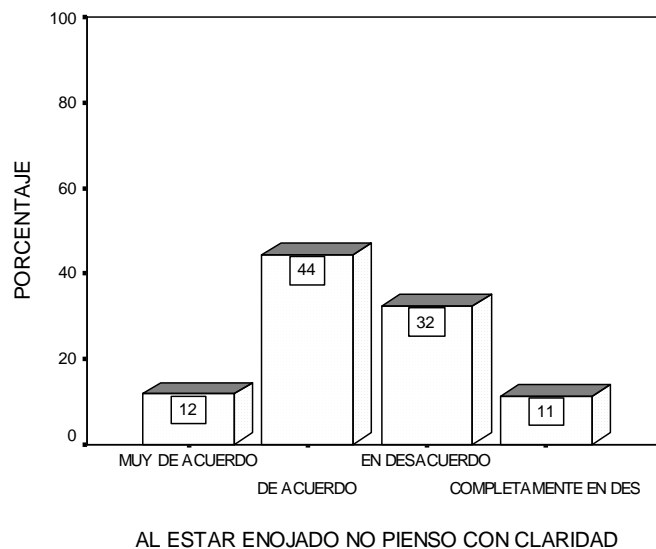


Figura 13. Porcentaje de no pensar con claridad cuando se esta enojado.

Con la figura 14 se puede ver, que el 53.8% de las personas consideran que son personas emocionales y el 46.2% de las personas consideran que no

lo son. Esto indica que son personas poco diferenciadas ya que las emociones dominan su comportamiento.

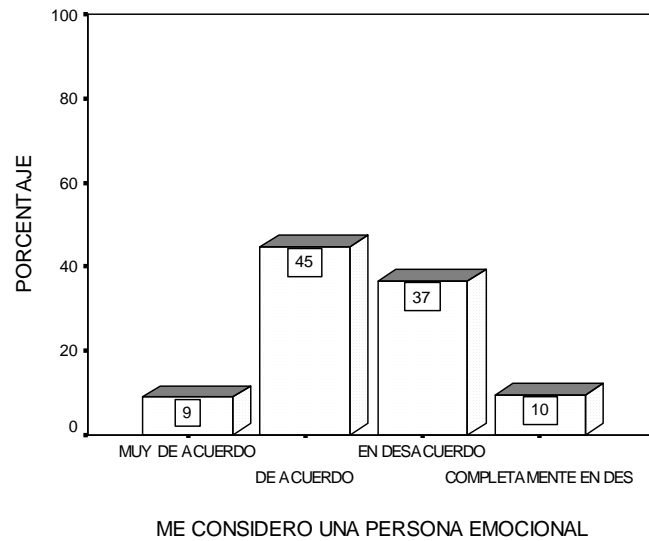


Figura 14. Porcentaje del considerarse una persona emocional.

La figura 15 muestra que el 54% de las personas se preocupan excesivamente por lo que le pueda pasar a su familia y el 46% están en desacuerdo. Con esto se puede decir que las personas están muy fusionadas con su familia al preocuparse en exceso por ellos, una posible relación con esto puede ser que la mayoría de las personas son jóvenes que dependen de sus padres ya que viven con ellos.

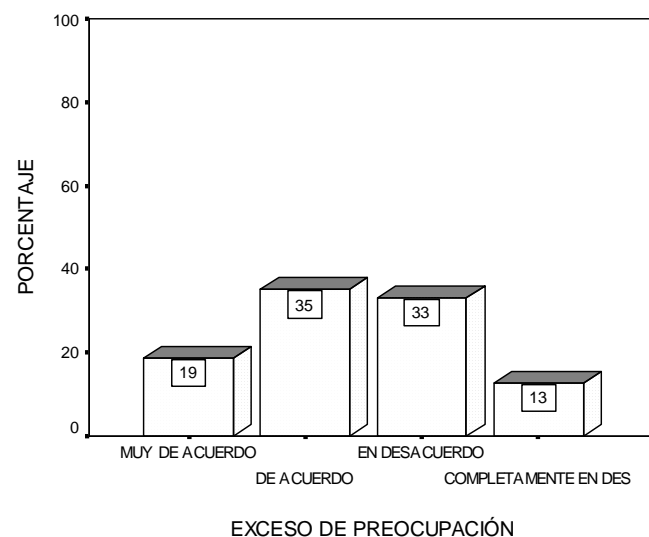


Figura 15. Porcentaje de preocupación excesiva.

La figura 16 muestra que el 54% de las personas se sienten terriblemente cuando discuten con sus padres o parientes y el 46%, no. Se puede decir que son personas fusionadas con su familia y por tal, poco diferenciadas; ya que les afecta demasiado el discutir con ellos.

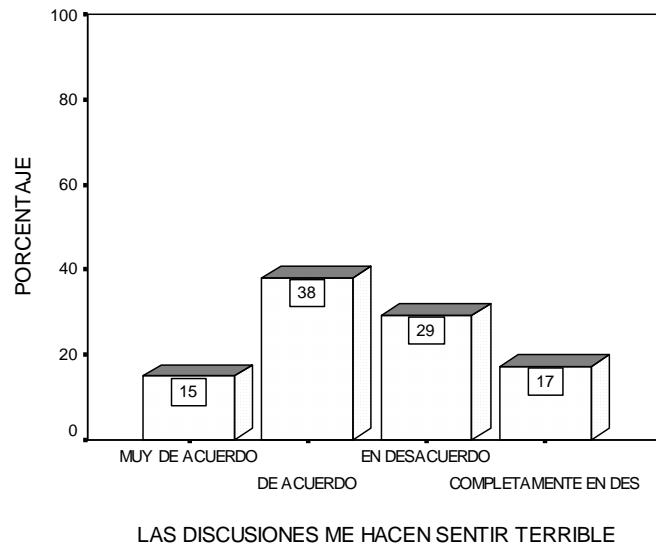


Figura 16. Porcentaje de sentirse terrible ante discusiones.

7.3. Análisis factorial.

Para poder agrupar los reactivos y crear categorías, se hizo un análisis factorial y resultaron tres factores (3 categorías) los cuales se presentan en la tabla 2. Los reactivos del factor 1, “Impulsividad”, son 12; en el factor 2, “Indiferenciación” son 14; y en el factor 3, “Comportamiento emocional”, son 9.

Reactivos	Factor 1 Impulsividad	Factor 2 Indiferenciación	Factor 3 Comportamiento emocional
Cuando me enojo mucho, actúo sin pensar las cosas	.749		
A veces mis sentimientos sacan lo peor de mí y tengo problemas para pensar con claridad.	.645		
No puedo pensar con claridad cuando estoy muy enojado	.760		
Generalmente, cuando me enojo, soy muy impulsivo	.787		
Sufro constantes cambios en mis emociones que en ocasiones se salen de control	.619		
Me enojo en forma relativamente fácil	.535		
Cuando me enojo mucho, me vuelvo muy agresivo	.689		
Cuando me enojo mucho, pierdo el control de mis emociones	.772		
Cuando me siento triste no me puedo controlar y hago cosas de las que después me arrepiento	.431		
Cuando estoy enojado, actúo sin pensar en las consecuencias	.758		
Si la gente no reconoce lo que hago me enojo	.382		

mucho			
Cuando me enojo, pierdo el control y no sé lo que hago	.549		
Si alguien piensa diferente a mí, me molesta tanto que no lo escucho y evado el tema		.464	
Si hablan mal de mí reacciono de manera agresiva con la persona		.499	
Me afecta mucho lo que hablan de mí los demás		.372	
Si me enojo con mi pareja, tardo mucho en que se regule mi coraje		.435	
Cuando estoy con mi esposa o pareja frecuentemente me siento asfixiado		.516	
Cuando las cosas van mal, hablar sobre ello me hace sentir peor		.599	
Cuando tengo un problema no me gusta platicarlo a nadie, por miedo a que se enojen o me juzguen		.623	
Cuando estoy muy triste finjo estar feliz para que la gente no se entere de mis penas		.486	
Me preocupo en exceso por lo que le pueda pasar a mi seres queridos		.339	
Cada vez que hay un problema en mi relación, estoy ansioso de mantenerme a distancia.		.372	
Cuando mi esposa o pareja se va por largo tiempo, siento que he perdido parte de mí		.418	
Llamo por teléfono muchas veces a la semana a mi familia		.480	
Si no veo a mi pareja tres días consecutivos me siento terrible		.501	
No soporto ir solo (a) al cine o a otro lado		.477	
Los demás me han dicho abiertamente que soy muy emocional			.755
A veces me siento como si estuviera en una montaña rusa emocional.			.419
Cuando tengo que tomar una decisión importante, la consulto con mis padres o hermanos mayores			.284
Generalmente mi comportamiento es emocional			.782
Me gustaría no ser tan emocional			.474
Las discusiones con mis padres o parientes me pueden hacer sentir terrible			.476
Me hace sufrir mucho que la (s) persona (s) que quiero me ofenda (n)			.310
Puedo considerar que soy una persona muy emocional			.765
Soy abiertamente sensible a las críticas			.447

Tabla 2. Muestra los tres factores resultantes después de calcular las cargas factoriales, con sus respectivos reactivos.

8. DISCUSIÓN.

El inventario “Cuestionario de Diferenciación” se diseñó siguiendo de modelo el “Inventario de Diferenciación del Yo (DSI)” de Skowron y Friedlander (1998), el cual es una escala que involucra varios aspectos de la diferenciación de las personas, su relación con su familia de origen o relaciones actuales (principalmente en adultos de 25 años en adelante). Esta escala se dividió en cuatro subescalas: reactividad emocional, posición del Yo, desconexión emocional y fusión con otros.

De igual manera, para la realización del cuestionario, se consideraron las cuatro subescalas de diferenciación de Bowen:

- Rango de 0 a 25. Las personas en este rango están emocionalmente necesitadas y son muy reactivas con los demás. No desarrollan la habilidad para diferenciar pensamientos y emociones. Son emocionales excesivos. Son egoístas y dejan el funcionamiento de sus vidas a las demás, pidiendo consejos y dejando o buscando que los demás resuelvan sus problemas.

- Rango de 25 a 50. Las personas en este rango de la escala son altamente sugestivas a lo que las otras personas les digan. Tienden a imitar a otras personas para ser aceptadas. Ideológicamente son considerados “camaleones” por su forma de imitar y reaccionar ante las situaciones. Sus emociones todavía influyen en sus decisiones y su comportamiento. Una diferencia básica entre las personas en el rango de 0-25 y las de 25-50 es que estas últimas sí tienen la capacidad para trabajar e incrementar su nivel de diferenciación.

- Rango de 50 a 75. Las personas en este rango tienen un sistema intelectual desarrollado, toman decisiones por sí mismas sin consultar a otras personas. Saben distinguir y separar las emociones de los pensamientos y saben decidir cuál de ambos controlará su comportamiento. Tienen menos ansiedad crónica que los individuos de los rangos anteriores y saben responder ante estas situaciones de manera racional. Tienen un Yo más sólido. Ante situaciones extremas pueden desarrollar síntomas, pero se recuperan mucho más rápido que la gente menos diferenciada y soportan niveles más altos de estrés que las menos diferenciadas.

- Rango de 75 a 99. Las personas en éste alto rango son personas orientadas hacia sus metas. No se apasionan en sus creencias o religión pues están seguros de éstas, pero son capaces de analizarlas y ponerlas en duda o cambiarlas. Pueden escuchar sin reaccionar y pueden comunicarse con otros sin enemistarse. No se ofenden ni intenta cambiar al escuchar criticas o alabanzas sobre su persona, a menos de que sea algo que consideren que es conveniente. Saben escuchar a los demás sin reaccionar emocionalmente.

Respetan la identidad de los otros y no cuestionan o critican por eso. Son capaces de responsabilizarse de sus personas, de sus emociones y de sus actos. Pueden hacerse cargo de otros sin involucrarse emocionalmente. Toleran y respetan las opiniones de los demás escuchando y aceptando lo que ellos proponen. Las expectativas que tiene de los demás son realistas y puede amar sin esperar nada a cambio. Son capaces de adaptarse bien a las situaciones estresantes sin reaccionar de forma reactiva y su ansiedad crónica es muy baja. Toleran los sentimientos intensos sin involucrarse con la persona, aceptan a los demás como seres humanos y no categorizan a las personas como buenos o malos.

De acuerdo con los resultados, se puede decir que la mayoría de las personas son poco diferenciadas y con el grado de diferenciación se puede saber el grado de madurez e independencia de las personas. En este capítulo se presenta una breve comparación de la información teórica, las investigaciones realizadas y los resultados de esta investigación.

La mayoría de las personas en esta investigación fueron jóvenes, que se encontraban en un rango de edad de 18 a 22 años. En esta etapa de la vida ya tienen una diferenciación definida la mayoría de los jóvenes, es una etapa en la cual tienen que planear lo que va a ser de su vida, generalmente, es la etapa en la cual salen de la preparatoria y planean seguir estudiando, que carrera elegir para en un futuro ejercer, casarse, trabajar para ser independiente económicamente, entre otras decisiones. Comúnmente, es la edad en la cual comienzan a buscar pareja de manera planificada, a futuro y a independizarse de cierta manera de sus padres.

En lo que respecta a lo que se dedican las personas encuestadas, la mayoría son estudiantes universitarios, con esto se puede decir que están a un paso de entrar al ámbito laboral o decidir seguir estudiando. Se puede decir

que van adquiriendo responsabilidades de mayor grado que cuando eran niños o adolescentes, aquí se distingue mucho si son diferenciados o no si dejan su vida en manos de los demás o en el que sea lo que Dios quiera. Es la etapa en la que se responsabilizan de su futuro. Por ejemplo: el caso de una joven que sale de la preparatoria a los 19 años aún no sabe que estudiar y mucho menos a que se quiere dedicar en un futuro; ve que cierta carrera no es muy demanda y por que sus papás se lo piden se inscribe a esa carrera sin gustarle a ella; escogió la carrera por que sus padres se lo pidieron y no porque ella quisiera, en este caso no esta siendo responsable de su decisión, la esta dejando en la manos de los padres, demostrando lo fusionada que está con ellos. O simplemente por llevarle la contra a sus padres rechaza la propuesta sin pensar de manera racional en las ventajas y si a ella le gusta, simplemente como eso es lo que le dijeron sus padres no escucha y se desconecta emocionalmente siendo rebelde con sus padres y contradiciéndolos en todo.

La mayoría vive con sus padres y hermanos y una pequeña parte con su madre y hermanos. La población que solo vive con su madre y hermanos, es muy propensa a presentar poca diferenciación ya que la situación de ser hijo de una madre soltera implica ciertos cuidados al hijo que no le permiten un óptimo desarrollo. Una mujer al no tener pareja y ser madre soltera involucra e invierte toda su vida en sus hijos, los cuida y los trata como si fueran niños todo el tiempo y les hace todo lo que ellos pueden hacer por sí mismos. No olvidemos que si es madre soltera y no tiene un lugar en donde vivir, se va a vivir con su madre y como ella tiene que trabajar para mantenerlo lo deja al cuidado de la abuela; ésta de igual manera lo consiente y atiende demasiado, obstruyéndole su desarrollo. Por ejemplo, una joven de 18 años se embaraza y su pareja le dice que él no se va a hacer cargo del niño y que no quiere saber nada de él y desaparece de la vida de la joven. Ella al ver que no tiene un lugar donde vivir que ofrecerle a su hijo decide hablar con sus padres y quedar en el acuerdo de que los deje vivir en su casa y que con la cuestión económica no se preocupe, ella lo va a mantener. Sus padres aceptan el trato y el bebé nace bajo un techo de abuelos consentidores y madre igual. La madre trabaja todo el día y el poco tiempo libre que tienen lo ocupa para consentir y atender a su hijo (empieza a otorgarle su vida). El niño crece en este ambiente y se vuelve una persona poco diferenciada y muy fusionada con la madre y los abuelos. De igual

manera la madre se fusiona con su hijo y se vuelve una madre sobreprotectora. El hijo es mayor y comienza una relación con una mujer con la que piensa irse a vivir, una mujer como su madre que lo consienta y lo sobreproteja (busca una mamá). Por fin la encuentra y deciden casarse, para esto, en el transcurso de la relación la madre nunca esta de acuerdo, pues sin darse cuenta le aterra pensar que su hijo se puede ir con su novia y abandonarla a ella. El noviazgo de su hijo es una etapa muy difícil para la madre, pero es peor lo que viene. Su hijo se casa y se va, la madre piensa que su vida ha terminado, que ya no tiene nada en la vida y comienza a enfermarse o a deprimirse y llorar como si su hijo se hubiera muerto en lugar de casarse.

En muchas ocasiones este gran apego que crea la madre hacia el hijo es debido a su poca madurez emocional que presentaba cuando decidió tener a su hijo; al igual este ejemplo muestra la transmisión de ciertos grados de afecciones (en este caso la búsqueda del hijo de una esposa como su madre y el hijo a su vez se fusiona con su esposa). En la actualidad, es muy común ver familias en las cuales los padres son divorciados, de madres jóvenes solteras, entre otras, en estas familias, si no se sabe llevar un buen manejo de reglas, conocimiento de la independencia y personalidad de cada integrante, es muy probable que existan disfunciones en la familia, las cuales, sin importar que solo se presente en uno o en dos integrantes, afecta a toda la familia.

La mayoría de las personas son el primogénito o el segundo. Regularmente el hijo primogénito es el que vive más atenciones por parte de los padres, se consiente más, pues es el primer hijo, el hijo que siempre han deseado. Es el hijo al cual, se le educa estrictamente marcándole muchas reglas, los padres ponen atención en que es el primero y no tienen experiencia en criar hijos, quieren tener un hijo casi perfecto y lo consienten demasiado y paralelo a esto temen que sea mal hijo y lo limitan mucho. Cuántos casos se conocen de que una pareja tiene su primer hijo y le compra cuna, le compra ropa, juguetes, etcétera, todo de lo mejor y los más caro; pero llega el segundo hijo, son más gastos, hay que mantener a dos y no a un hijo, por lo cual, le ofrecen todo lo que era del primer hijo, ropa que tenían guardada, juguetes, cuna, entre otras cosas.

De igual manera, el ser el primogénito, se puede relacionar con la duración en una relación, ya que como lo indica Toman (1962), las personas

con la misma posición entre hermanos tienen mucho en común y es muy probable que tengan un nivel de diferenciación parecido y esto fomenta a que si son una pareja con la misma posición entre hermanos (ambos) lleven una buena relación estable. Por ejemplo, los hijos mayores tienden a gravitar a posiciones de liderazgo y los hijos menores a menudo prefieren ser los seguidores; por lo mismo que los primeros fueron criados con más dureza transmiten esos límites a sus hermanos menores y los hermanos menores tienden a imitar la conducta de los hermanos mayores.

La mayoría de las personas son de clase media, ya que cuentan con un salario mínimo y una minoría de 2 a 3. El caso de los pleitos por la falta de dinero es algo muy común en las familias. Regularmente en los hogares el que trabaja es el padre y la que se queda en casa es la madre la cual tiene que organizar ese dinero para gastos de la casa, los hijos y si alcanza para ella. Se puede decir, que la falta de dinero es sinónimo de problemas familiares, la falta de dinero en casa acarrea diversas problemáticas, tales como pleitos entre los padres, problemas psicológicos en los hijos al ser observadores o partícipes de estos pleitos, divorcios, e incluso humillaciones e insultos entre los miembros de la familia.

En estos días las condiciones familiares han cambiado, antes las mujeres no trabajaban, las mujeres se quedaban en casa cuidando y educando a los hijos, haciendo el quehacer de la casa y la comida para cuando regrese el padre de familia; las hijas eran educadas de esta manera, le transmitían ciertas tradiciones y creencias. De hecho, los que estudiaban eran los hombres, ya que eran los que en un futuro tenían que trabajar para mantener a sus esposas y la mujer no tenía caso que estudiara ya que la iban a mantener. Pero ahora en estos días es raro ver que sólo el hombre trabaje, ya que en muchas familias con lo que aporta el padre no alcanza y la madre también tiene que trabajar, o simplemente trabaja para ser independiente y de cierta manera vivir mejor. Hay familias en las cuales hasta los hijos tienen que trabajar para completar los gastos del hogar. El hecho de que los padres obliguen a los hijos a trabajar y no estudiar o hacer lo que ellos quieren, va a afectar su vida y su personalidad a futuro cuando sea una persona mayor y esta disfunción psicológica se verá reflejada en sus hijos.

Cuando una mujer vive con un hombre que no la deja trabajar y solo tienen que vivir con la que él le da, ambos son personas poco diferenciadas ya que el hombre no deja hacer a su esposa lo que ella quiere, no la deja superarse y quiere que haga y sea como él manda y no como ella quiere ser. A su vez ella es una persona poco diferenciada al permitir que su esposo la manipule y la maneje, ésta dejando vida en manos de su esposo. También esta situación se presta que se dé el comercio intrafamiliar y chantajes, esto es, te doy a cambio de algo. En muchas familias se presenta este tipo de comercio, cuantos casos se conocen de mujeres que como consecuencias de pleitos por la falta de dinero rechazan tener relaciones sexuales con su pareja y lo contrario que si recibieron de su esposo una cantidad apropiada para los gastos premian a su marido sexualmente.

Un ejemplo de esto es un matrimonio, en el cual solo trabaja el padre y con lo que aporta no alcanza, la madre todo el tiempo se está quejando de la falta de dinero, así como el padre todo el tiempo le esta chantajeando con el dinero (dándole dinero a cambio de que le haga todo, que atienda a los hijos, que mantenga la casa limpia, etcétera), este matrimonio todo el tiempo esta peleando y siempre sus hijos están presentes en el pleito, la madre comienza a meter al hijo en el pleito y empiezan a atacar al padre entre los dos. Aquí se lleva a cabo la triangulación ya que están involucrando al hijo en un tema que deberían tratar los padres solamente, ya que ese no es problema de los hijos y sin considerarlo y al involucrar al niño generan problemas graves en él.

La mayoría de las personas tienen pareja y viven una relación estable, ya que llevan de 1 a 3 años con su pareja. En este caso, al ver que las personas llevan relaciones duraderas, se puede decir que se debe a ciertas cuestiones: que las personas son altamente diferenciadas, por lo tanto llevan una relación con una persona altamente diferenciadas y no tienen conflictos tan difíciles o si los tienen saben afrontarlos, son personas que saben respetar la independencia o individualidad de su pareja, saben controlar el estrés y son personas maduras responsables de sí mismos. O la otra posible razón es que las personas tienen el mismo nivel bajo o parecido de diferenciación, lo cual las hace convivir y tolerar ciertas disfunciones, o simplemente desconectarse emocionalmente por un tiempo y regresar a la relación. Este tipo de parejas son personas que se fusionan entre sí y ven a su pareja como su razón de vivir,

como su todo en la vida o que no la soportan y están hartos de su pareja pero simplemente se desconectan emocionalmente de ellas y buscan cualquier justificación o pretexto ajeno a su decisión para estar con su pareja. Un ejemplo del primer caso es un hombre altamente diferenciado que está compartiendo su vida con otra "persona" (no con alguien superficial, mágico, perfecto, divino) y la acepta tal como es, es tolerante con ella, sabe que como persona tiene defectos y virtudes y está muy consciente de ello y al estar con su pareja no deja de ser él y no deja de hacer lo que le gusta; y si su pareja tienen igual un alto nivel de diferenciación considera lo mismo de él y ambos saben afrontar el estrés. Si este mismo hombre intentara tener una relación con una persona con niveles más bajos de diferenciación (una diferencia abrupta), será muy difícil que el hombre logre continuar con una relación así, ya que no soportará la baja diferenciación de su pareja, pues ésta será una persona muy emocional que no sabe manejar el estrés, que no sabe pensar con raciocinio, que esta completamente fusionada, entre otras.

Este tipo de búsqueda de pareja de igual nivel de diferenciación lo demostró el estudio de Shursen (2006), quien al comparar la puntuación de la media de los agresores que participaron en su investigación y de sus parejas encontró que no hubo diferencias significativas en el nivel de diferenciación de los agresores sexuales y de sus parejas con el Inventario de Diferenciación, esto es, que los individuos eligen a sus parejas con su mismo nivel de diferenciación.

Bowen (1989) afirma que la escala de diferenciación o el grado de diferenciación se empieza a formar a partir de la familia; a partir de los apegos que se tienen con los padres; con el grado en que logran separarse de esos apegos, las personas altamente diferenciadas logran separarse de sus apegos con la familia, pero sin romper significativamente la relación y las personas poco diferenciadas no resuelven esos apegos familiares y se encuentran muy fusionados con la familia o se desconectan emocionalmente de manera abrupta (Jenkins, Buboltz, Schwartz y Johnson, 2005). El Instrumento de Diferenciación ayuda a identificar si las personas son diferenciadas o no. Los resultados de los reactivos referentes a la preocupación excesiva por lo que le pueda pasar a su familia y sentirse terrible cuando discuten con sus padres o parientes, muestran la posible presencia de fusión familiar. Ya que cuando una persona vive

pensando y preocupándose por su familia de origen, en realidad esta descuidando su vida y no se esta haciendo responsable de su comportamiento, esta dejando el correr de los días a lo que le pueda pasar a sus padres y no a lo que el quiere hacer o lo que él va a hacer.

De igual manera cuando alguien discute con alguna persona y esta situación no lo deja estar tranquilo, muestra fusión a dicha persona, ya que se esta viviendo en torno al problema con la persona. Y se esta considerando más importancia a lo que dijo la otra persona que a lo que uno piensa o quiere.

El reactivo relacionado a la reacción que se tiene cuando otras personas nos ofenden es una situación similar a la anterior y están ligadas pues ambas muestran la baja diferenciación de las personas al considerar muy importante lo que los demás dicen y dejar que esas palabras dañen a nivel psicológico o físico. Ya que en las personas poco diferenciadas este tipo de situaciones les ocasiona distress lo cual se puede somatizar en un futuro. Por ejemplo, un hombre que va manejando sobre una avenida, hay mucho tráfico y el esta muy estresado, llega otro hombre en su carro y le toca el claxon como desesperado, el se enoja y le contesta, el otro igual y comienzan a discutir, el otro se va sin importancia y desaparece por las calles, el hombre se queda muy enojado y maldiciendo al que ya se fue. Llega a su casa y comienza a gritarles a su esposa y a sus hijos.

El reactivo referente a ser sensible ante las críticas de los demás está ligado a los anteriores y la mayoría de las personas encuestadas están de acuerdo. La relación esta cuando consideran de gran importancia lo que la gente piensa de ellos ya sea algo positivo o algo negativo. El reaccionar de acuerdo a lo que los demás piensan o dicen de ellos; por ejemplo, un estudiante en clase participa diciendo lo que él piensa sobre lo que se esta viendo en clase, uno de sus compañeros le dice que es un tonto que lo que esta diciendo esta mal y que mejor se calle y se siente en lugar de defender su punto de vista de manera objetiva se sienta y piensa que es verdad que lo que dijo no esta bien y que ya no va a volver a participar en esa clase; este joven se minimiza y se siente mal por lo que dice su compañero. Otro ejemplo es, una mujer que va a trabajar, llega al trabajo y su compañera le dice que su blusa se le ve muy bien que ese color le queda muy bien. La mujer se siente tan bien y se engrandece que termina comprando varias blusas de ese color.

Un tema importante para mencionar es el que la mayoría de las personas encuestadas son altamente emocionales, ya que consideran que son muy emocionales. Las personas la ser emocionales muestran que tienen baja diferenciación ya que reaccionan de manera reactiva o pasiva ante situaciones de estrés en lugar de reaccionar de manera racional y controlar ese estrés. El reaccionar de manera emocional acarrea diversos problemas psicológicos y físicos, el reaccionar de manera reactiva ante situaciones estresantes en lugar de regular el estrés en la persona lo aumenta. Una persona emocional es aquella que se enamora perdidamente de las personas, ya sea su pareja, su familia, amigos, entre otras, aquella personas que se enoja constantemente y por todo. Por ejemplo, un hombre (que es emocional) inicia una relación con una mujer, lleva poco tiempo con ella y poco tiempo de conocerla y él considera que ya la ama locamente y que ella es su vida y en las situaciones de diferencias se enoja demasiado con ella y le grita sin escuchar lo que ella opina o piensa.

Ser una persona emocional implica actuar sin pensar las cosas ya que se puede decir que reacciona de manera instintiva y no de manera racional. El sistema emocional controla el sistema intelectual. De igual manera las personas poco diferenciadas no piensan con claridad al esta enojados, esto es, como ya se mencionó anteriormente, no saben controlarse ante situaciones estresantes, no saben afrontar el estrés, en cambio una persona altamente diferenciada sabe cómo reaccionar.

Con esta investigación se encontró que la conceptualización de Bowen se puede identificar en la vida cotidiana de las personas, que en todas las personas existe pero en diferente grado. Por ejemplo la diferenciación, todas las personas somos diferenciadas pero a diferente nivel. Las triangulaciones, en todas las persona se presentan pero en unas menos que en otras.

Al realizar el análisis factorial, resultaron tres categorías: impulsividad, indiferenciación y comportamiento emocional.

Los reactivos de la categoría "impulsividad", se refieren a las respuestas violentas o reactivas que tienen las personas ante ciertas situaciones. Respuestas que no se piensan y se dan de manera espontánea. Por ejemplo, la mayoría de los reactivos de esta categoría hacen referencia a enojarse con facilidad con las demás personas y con esto al reaccionan violentamente sin

pensar en el daño que le hacen a la otra persona. Los reactivos en esta categoría indican que las personas son poco diferenciadas, al no poder afrontar las situaciones estresantes de manera pasiva y no de manera violenta.

Los reactivos de la categoría “indiferenciación”, describen a las personas poco diferenciadas, personas que se fusionan o desconectan emocionalmente de su familia de origen o personas con las cuales conviven. En el caso de las personas fusionadas, son personas que necesitan o se preocupan demasiado de otra persona para poder vivir, son personas que ponen su vida en manos de los demás o en otra persona muy cercana. Por ejemplo, el reactivo que habla de la preocupación excesiva por lo que le pueda pasar a su familia, es normal estar pendiente de la familia y lo que pasa con ella pero preocuparse en exceso y vivir de los que le pasa a la familia ya es fusión. O el reactivo, si la persona no ve a su pareja por tres días consecutivos se siente terrible, es muestra de fusión, ya que no puede estar lejos de su pareja. De igual manera el reactivo “Cuando mi esposa o pareja se va por largo tiempo, siento que he perdido parte de mí”, se refiere a que la persona se encuentra fusionada con su pareja pues su estado de ánimo depende de que su pareja este a su lado y considera a su pareja como si fuera parte de él, como si fueran uno solo.

Los reactivos referentes a la desconexión emocional hablan de la manera en que las personas evaden los problemas o evitan involucrarse con las personas o evitan convivir de manera armoniosa con la familia, se desaparecen. Por ejemplo, el reactivo “Cada vez que hay un problema en mi relación, estoy ansioso de mantenerme a distancia”, esto habla del como las personas prefieren evadir o alejarse en lugar de afrontar la situación o resolverla, y para esto regularmente lo que hacen es alejarse de la(s) persona(s). De igual manera, cuando alguien piensa diferente a ellos es tan estresante la situación que prefieren evadir el tema y hablar de otra cosa o simplemente alejarse del lugar.

Los reactivos de la categoría “comportamiento emocional”, reflejan que las personas están dominadas por el sistema emocional y no el sistema intelectual, son personas con un mundo completamente emocional, que dedican gran parte de su vida amando y buscando ser amadas o aceptadas. Por ejemplo, el reactivo “Los demás me han dicho abiertamente que soy muy emocional”, muestra que las personas que rodean a la persona se dan cuenta de cómo es

su comportamiento y se dan cuenta de esa emocionalidad que existe en su persona. Los reactivos “Generalmente mi comportamiento es emocional” y “Me gustaría no ser tan emocional”, muestran que la persona reconoce que constantemente se deja llevar por sus emociones; al afirmar que quisiera no ser tan emocional, puede ser, que la persona sabe la problemática que ocasiona el ser muy emocional y por esto quiere cambiar ese aspecto de su personalidad.

9. CONCLUSIÓN.

Las relaciones familiares son muy complejas, la teoría del sistema familiar de Bowen intenta explicar ciertos fenómenos en estas relaciones, utilizando los ocho conceptos básicos que son: sistema emocional de la familia nuclear, escala de diferenciación del Yo, triángulos, desconexión emocional, proceso de proyección familiar, proceso de transmisión multigeneracional, posicionamiento entre hermanos y proceso emocional en la sociedad. Estos ocho conceptos, a su vez, se aplican en el ámbito clínico para así solucionar los conflictos familiares ya que estos procesos se dan en todas las familias.

El término diferenciación del Yo se considera el más importante, ya que de acuerdo con Bowen (1989), el concepto de diferenciación describe el grado de separación emocional que los individuos logran conseguir. La completa diferenciación es que una persona logre resolver completamente el vínculo emocional con su familia de origen y se responsabilice de sí mismo, esto es una meta perfeccionista que no ocurre en la realidad. También, por medio de la escala de diferenciación diseñada por Bowen (1989) se puede definir la personalidad de los individuos. Diferenciación, es saber equilibrar el funcionamiento intelectual y emocional; esto es, que las personas diferenciadas saben distinguir los pensamientos de las emociones y saben elegir entre responder guiado por la inteligencia o guiada por las emociones; son menos reactivas y más independientes; son flexibles y adaptables al estrés, además, son capaces de mantener una "posición del Yo" en las relaciones íntimas sin dejar de ser autónomos; tienen la habilidad de balancear la fusión y la desconexión emocional con sus seres queridos, no evaden ni se involucran demasiado ante situaciones de estrés.

Kerr y Bowen (1988), consideran que cuando una persona es poco diferenciada es más probable que se funda, ya sea con su pareja, con su familia o un amigo, etcétera; dentro de esta fusión está el subfuncionamiento (pedir consejos sin darse la oportunidad de encontrar solo una solución, actuar irresponsablemente, pedir ayuda para todo, flotar sin metas, ser adicto a cierta droga, entre otras) y el sobrefuncionamiento (dar consejos a las demás personas sin que lo requieran, hacer cosas por los demás que ellos mismos pueden hacer, hacerse responsable de los demás, entre otras). O el otro

extremo de una persona poco diferenciada es que se desconecte emocionalmente de la persona más apegada, esto es que su solución ante el estrés es desaparecerse o desprenderse de la familia o persona. Por ejemplo, en una familia la madre fallece y la reacción de los hijos es: el hijo más diferenciado llora la pérdida de su madre y se siente triste, sin embargo, sabe que eso tenía que pasar, que es algo natural, que la vida sigue con o sin su madre y que él debe seguir con su vida cotidiana; uno de los hijos muy poco diferenciados (fusionado) llora la pérdida como desesperado, se deprime en exceso, culpa a medio mundo de la muerte de su madre o se culpa a sí mismo, quisiera morir con su madre, y considera que su vida ha terminado y que es la persona más infeliz; y el otro hijo muy poco diferenciado (desconectado emocionalmente) oculta su tristeza y finge estar tranquilo, de hecho no asiste al funeral, prefiere no hablar de la muerte de su madre y no ver a sus hermanos.

De igual manera, como afirma Sharf (1996), esta teoría estudia el cómo las personas desde niños logran separarse de manera emocional y física adecuada de su familia de origen, sin que esto ocasione daños en su vida. Y el cómo se puede transmitir disfunciones psicológicas de manera intergeneracional y el cómo afecta a la familia del perturbado. Esta separación no se logra al cien por ciento en todas las familias y mucho menos de manera adecuada; muchas ocasiones en lugar de separarse de la familia de origen, las personas se fusionan o se desconectan emocionalmente de la familia.

En lo que respecta a la transmisión intergeneracional de disfunciones psicológicas, están el grado de diferenciación del Yo y Bowen (1989), menciona que las personas conviven y se unen con personas con un mismo nivel de diferenciación y al unirse y tener hijos transmiten a sus hijos su nivel de madurez o inmadurez emocional. La convivencia con cada uno de los hijos por parte de los padres siempre va a ser diferente, en cada familia hay hijos más diferenciados, menos diferenciados o con el mismo nivel que los padres. Si uno de los hijos adquiere mucha de la emocionalidad de los padres, deja más libres a los otros hijos, con los que los progenitores se relacionan de forma más realista y son así más libres para relacionarse con su entorno.

A partir esta teoría se ha demostrado que la seguridad y el grado de diferenciación que proporcionan los padres a sus hijos los primeros años de su vida es un punto clave en el desarrollo psicosocial de los hijos ya de adultos, de

manera que se puede considerar que la baja diferenciación e inseguridad de los padres pueden conducir a diferentes desordenes de conducta de los hijos. Al igual, el grado de diferenciación, o los estilos de apego, en que fueron criados los padres, afecta el grado de diferenciación de los hijos.

Otro término importante es la triangulación, la cual se da en casi todos los casos de convivencia y comunicación. El triángulo se puede explicar usando los términos alianza y coalición. Una alianza es la unión y el apoyo mutuo que se dan entre si dos personas; supone compartir intereses sin estar dirigidos contra nadie. Una coalición es la unión de dos miembros contra un tercero; es un acuerdo establecido por mutuo beneficio de aliados frente a un tercero. Estos dos conceptos se incluyen en la triangulación la cuál son formas de relación en que tres miembros están involucrados en alineaciones y la función del tercer miembro es de protección a la díada. La coalición divide a la tríada en dos compañeros y un oponente. Y esta triangulación se da regularmente cuando existen niveles muy altos de estrés y con esto se pretende estabilizar ese estrés.

El objetivo del presente trabajo fue desarrollar, confiabilizar y validar un instrumento que evalué el grado de dependencia emocional y para esto se utilizó un método cuantitativo para poder estandarizar y generalizar el grado de dependencia emocional de las personas y así poder ver el nivel de diferenciación en que se encuentran. La ubicación de cualquier rango de la escala es sólo una suposición; ya que existen múltiples factores que determinan a un individuo, además de que su vida está en constante cambio en todos sus ámbitos.

Este cuestionario indica si las personas son diferenciadas o no y la confiabilidad del instrumento fue muy alta y fiable, ya que se utilizó una muestra grande de participantes y los reactivos fueron fáciles de comprender. Se hizo una prueba piloto al realizar el instrumento para poder corregir los reactivos y ya corregido se aplicó a la muestra deseada para validar el instrumento.

Para recolectar la información de la investigación se aplicaron 500 cuestionarios, considerando aspectos demográficos de las personas, como son la edad, ocupación, escolaridad, lugar ocupado entre sus hermanos, entre otras. Para realizar el cuestionario se utilizó la Teoría de Bowen (1989), quien considera que el grado de diferenciación de las personas es lo que la identifica

y que es un importante concepto dentro de los ocho propuestos también por él (sistema emocional de la familia nuclear, escala de diferenciación del Yo, triángulos, desconexión emocional, proceso de proyección familiar, proceso de transmisión multigeneracional, posicionamiento entre hermanos y proceso emocional en la sociedad). Estos ocho conceptos básicos de la teoría de Bowen se utilizaron para redactar los resultados de esta investigación.

Todos los reactivos del instrumento están relacionados con alta o baja diferenciación de las personas en esta investigación solo se presentaron en los resultados los reactivos más significativos, de la investigación, los reactivos que demostraron que las personas son poco diferenciadas.

Se puede concluir que los resultados obtenidos muestran que el grado de diferenciación del Yo de las personas afecta el comportamiento y la manera de pensar de las personas. De igual manera, el alto grado de diferenciación ayuda a afrontar situaciones estresantes y saber responder de manera racional, en cambio la baja diferenciación lo único que genera es más estrés. Las personas poco diferenciadas, al ser controladas por las emociones, no saben pensar con claridad o analizar la situación. En esta investigación, la mayoría de las personas consideraron que eran muy emocionales, esto es, poco diferenciadas.

Para poder investigar más sobre la teoría de Bowen se recomiendan nuevos estudios utilizando el instrumento "Cuestionario de Diferenciación", comparando los géneros para contrastar quién es más o menos diferenciado, los hombres o las mujeres. Estudios comparando mujeres casadas y mujeres solteras; mujeres jóvenes con hijos y sin hijos para ver quiénes son más diferenciadas. Comparar el grado de diferenciación de los padres y los hijos.

10. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Ackerman, N. (1997). **Psicoterapia de la familia neurótica**. Argentina: Paidós.
- Ainsworth, M; Blehar, M; Waters, E. y Wall, S. (1978). **Patterns of attachment**. Hillsdale N. J.: Erlbaum.
- Anderson, S. y Sabatelli, R. (1992). The Differentiation in the Family System Scale (DIFS). **The American Journal of Family Therapy**. **20**, 77–89.
- Andolfi, M. (1985). **Terapia familiar**. Buenos Aires: Paidós.
- Baum, N. (2003). Divorced Parents' Conflict Management Styles: Self-Differentiation and Narcissism. **Journal of Divorce and Remarriage**. **39** (3/4).
- Bartle, S. y Sabatelli, R. (1995). The Behavioral and Emotional Reactivity Index: Preliminary evidence for construct validity from three studies. **Family Relations**. **44**, 267–277.
- Bartle-Haring, S.; Leite, R.; Brucker, P.; Griffin, S.; Miller, P. y Yang, K. (1997). The adult behavioral and emotional reactivity index. **Presentation at annual meetings of the National Council on Family Relations**, Crystal City, CA, November.
- Bartle-Haring, S. y Probst, D. (2004). A Test of Bowen Theory: Emotional Reactivity and Psychological Distress in a Clinical sample. **The American Journal of Family Therapy**. **32**, 419–435.
- Bartle-Haring, S.; Rosen, K. y Stith, S. (2002). Emotional Reactivity and psychological distress. **Journal of Adolescent Research**. **17**, 568–585.
- Bell, L. y Bell, D. (1979). Triangulation: Pitfall for the developing child. **Journal of Group Psychotherapy, Psychodrama and Sociometry**. **32**, 150-155.
- Berryman, J. (1994). **Psicología del desarrollo**. México: Manual Moderno.
- Blanco, H. y Espinoza, M. (1998) **Ciclo vital de a familia, un enfoque sistemático**. Tesis de Licenciatura. México. UNAM. ENEP I.
- Bosholm, C. (2004). The relationship of anxiety and differentiation to reciprocal functioning in a couple system. **Institute of Transpersonal Psychology**. California.
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother. **Journal of Psychology Annual**. **39**, 350-357.
- Bowlby, J. (1993) **El Vínculo Afectivo**. Barcelona: Paidós.

- Bowen, M. (1989). **La Terapia Familiar en la Práctica Clínica**. Vols. 1 y 2. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Bray, J.; Williamson, D. y Malone, P. (1984). Personal authority in the family system: Development of a questionnaire to measure personal authority in intergenerational family processes. **Journal of Marital and Family Therapy, 10**.
- Caesar, P. (1988). Exposure to violence in the family-of-origin among wife abusers and martially nonviolent men. **Violence and Victims, (1), 3**, 49-63.
- Charles, R. (2001). Is There Any Empirical Support for Bowen's Concepts of Differentiation of Self, Triangulation, and Fusion? **The American Journal of Family Therapy, 29**, 279-292.
- Cheek, F. (1964). The schizophrenic mother in word and deed. **Family Process, 3**, 155-177.
- Cohen, S.; Kamarck, T. y Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. **Journal of Health and Social Behavior, 24**, 385-396.
- Cook, W.; Strachan, A. y Goldstein, M. (1989). Expressed Emotion and Reciprocal Affective Relationships in Families of Disturbed Adolescents. **Family Process, 28 (3)**, 337-348.
- Derogatis, L. (1993). **Brief symptom inventory: Administration, Scoring and Procedures**. Manual—II. Minneapolis, MN: National Computer Systems.
- Derogatis, L.; Lipman, R.; Rickels, K.; Uhlenhuth, E. y Covi, L. (1974). The Hopkins symptom checklist: A self report symptom inventory. **Behavioral Science, 19**, 1-15.
- Faber, A. (2004) Examining Remarried Copules Through a Bowenian Family Systems Lens. **Journal of Divorce and Remarriage, 40(3/4)**.
- Fadiman, J. y Frager, R. (1979) **Teorías de la personalidad**, México: Harla.
- Feeney, J. y Noller, P. (2001). **Apego Adulto**. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Feeney, J. y Ryan, S. (1994). Attachment style and affect regulation. Relationships with health behavior and family experiences of illness in a student sample. **Health Psychology, 13**, 334-345.
- Framo, J. (1996). **Familia de Origen y Psicoterapia: Un Enfoque Intergeneracional**. Barcelona: Paidós.

- Friedman, E. (1991). Bowen theory and therapy. In A. S. Gurman & D. P. Kniskern (Eds.), **Handbook of family Therapy**: Volume II. New York: Brunner/Mazel.
- Gilbert, R. (1992) **Extraordinary relationships: A new way of thinking about human interactions**. Minneapolis: Chronimed Pubs.
- Griffin, J. & Apostol, R. (1993). The influence of relationship enhancement training on differentiation of self. **Journal of Marital and Family Therapy**. **19**, 267–272.
- Hathaway, S. y MacKinley, J. (1967). **MMPI. Minnesota Multiphasic Personality Inventory**. España: TEA. Ediciones.
- Heppner, P.; Cook, S.; Wright, D. y Johnson, W. (1995). Progress in resolving problems: A problem-focused style of coping. **Journal of Counseling Psychology**. **42**, 279–293.
- Jenkins, S.; Buboltz, W.; Schwartz, J. y Jonson, P. (2005) Differentiation of self and psychosocial development. **Contemporary Family Therapy**. **27(2)**.
- Johnson, P. y Michael, W. (1998). Integrating Minuchin's boundary continuum and Bowen's differentiation scale: a curvilinear representation. **Contemporary Family Therapy**. (3) **20**, Human Sciences Press, Inc.
- Kalmuss, D. (1984). The intergenerational Transmission of marital aggression, **Journal of Marriage and the Family**. **46**, 11-19.
- Kerr, M. y Bowen, M. (1988) **Family evaluation: an approach based on Bowen theory**. W. W. New York: Norton & Company.
- Kerr, K. (1977). Aging: Asymposium. **The Georgetown Medical Bulletin**, (3) **30**, 14-19.
- Kerr, M., (2003). **La historia de una familia: Un libro elemental sobre la teoría de Bowen**. Washington: Centro de la Familia de Georgetown.
- Kleiman, J. (1981). Optimal and normal family functioning. **The American Journal of Family Therapy**. (2), 37-44.
- La Greca, A. y Stone, W. (1993). Social Anxiety Scale for Children-Revised: Factor structure and construct validity. **Journal of Clinical Child Psychology**. **22**, 17–27.
- Marrone, M. (2001). **La teoría del Apego. Un enfoque actual**. Argentina: Ed. Psimática.
- Marschak, M. (1960). A method for evaluating child-parent interaction under controlled conditions. **Journal of Genetic Psychology**. **97**.

- Maslow, H. (1990) **La personalidad creadora**. Barcelona: Kairós.
- Martin, E. (2005) **Intergenerational patterns of attachment: A prediction of attachment styles across three generations using the adult scale of parental attachment and the Marschak Interaction Method Rating System**. The University of Mississippi.
- McCrae, R. y Costa, P. (1991). Adding Liebe und Arbeit: The full five-factor model and well-being. **Personality and Social Psychology Bulletin**. **17**.
- McCubbin, H. y Patterson, J. (1987). Family Inventory of Life Events and Changes. En McCubbin, H. y Thompson, A. (Eds.) **Family assessment inventories for research and practice**. Madison: University of Wisconsin-Madison.
- Minuchin, S. (1974). **Families and family therapy**. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Minuchin, P. (2002). Commentary: Cross –cultural perspectives: implications for attachment theory and family therapy. En: **Family Process** **41 (3)**, 546-550.
- Moore, K. (2005). **Emotional cutoffs: reasons, maintenance and a desire for reconnection?**. Tesis de maestría, The Texas Woman´s University, Denton, Texas, EE.UU.
- Moss, R.; Moss, B. y Tricwell, E. (1984). **"Escalas de Clima Social". TEA**. Madrid: Ediciones, S.A.
- Murdock, N. y Gore, P. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: a test of Bowen theory. **Contemporary Family Therapy**. **26(3)**, 319-335.
- Mustitu, Román y García. (1988) **Familia y educación**. Barcelona: Labor Universitaria.
- Neiner, I. (1992) **Métodos en psicología Clínica**, México: Limusa.
- Nichols, M. y Schwartz, R. (1995). **Family therapy: Concepts and methods**. (3rd ed.). Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Nichols, M. y Schwartz, R. (2005) **Foundations and Basic Concepts in family therapy**. USA: Guilford Press.
- Nunnally, J. (1991) **Teoría psicométrica**. México: Trillas.
- Papero, D. (1990). **Bowen family systems theory**. Needham Heights, MA: Simon & Schuster, Inc.

- Peleg, O. (2005). The relationship between Differentiation and Social Anxiety: What can be learned from students and their parents?. ***The American Journal of Family Therapy***. **33**, (2). 167-183.
- Perris, C. (1994). ***Linking the experience of dysfunctional parental rearing with manifest psychopathology: a theoretical framework***. Chichester: John Wiley and Sons.
- Ring, M. (1998). ***The experience of emotional cut-off and reconnection between parents and adult children***. Disertación doctoral, Universidad Femenina de Texas, EE.UU.
- Rodrigo, M. y Palacios, J. (1998). ***Familia y Desarrollo Humano***. Madrid: Alianza.
- Sharf, R. (1996). ***Theories of psychotherapy and counseling: Concepts and cases***. Pacific Grove, CA: Brooks and Coles.
- Shursen, A. (2006). ***An exploration of the levels of differentiation of self and the capacity for intimacy between sex offenders and their partners: A quantitative study***. College of Professional Education. Texas.
- Skowron, E. y Friedlander, M. (1998) The Differentiation of Self Inventory: Development and Initial Validation. ***Journal of Counseling Psychology***. **45**, (3). 235-246
- Skowron, E.; Holmes, S. y Sabatelli, R. (2003) Deconstructing differentiation: Self regulation, Interdependent relating, and Well-being in adulthood. ***Contemporary Family Therapy***. **25**(1).
- Schaefer, M. y Olsen, D. (1981). Assessing intimacy: The PAIR inventory. ***Journal of Marital and Family Therapy***, **7** (1).
- Snow, M.; Sullivan, K.; Martin, E. y Helm, H. (2004). The Adult Scale of Attachment Psychometric Properties, factor Analysis and Multidimensional Scaling. ***Attachment y Human Development***.
- Stabenau, J. (1973). Schizophrenia: A family's projective identification. ***American Journal of General Psychiatry***. (17), 723,734.
- Straus, M. y Gelles, R. (1986) Societal change and change in family violence from 1975 to 1985 as revealed by two national surveys. ***Journal of Marital and Family Therapy***. **48**, 465-479.
- Toman, W. (1962) Family constellations of divorced and married couples. ***Journal of Individual Psychology***. **18**.
- Vargas, J. e Ibáñez, E. (2002). Enfoques Teóricos de la Transmisión Intergeneracional. ***Revista Electrónica de Psicología Iztacala***. **5** (2)

Artículo disponible en:

<http://www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin/>

Wilie, M. (1991). ***Family therapy's neglected prophet: A profile of Murray Bowen. In The Evolving Therapist.*** New York: Guilford.

Williamson, D. (1981). Personal Authority via termination of the intergenerational hierarchical boundary: A 'new' stage in the family life cycle. ***Journal of Marital and Family Therapy.*** 7, 441–450.

AMENO

CUESTIONARIO DE DIFERENCIACIÓN.

El objetivo del presente cuestionario es describir la forma en que las personas se diferencian de las demás. Este cuestionario se encuentra en fase de construcción, por lo que las respuestas que des son muy importantes para nosotros. Te pedimos que seas lo más sincero posible al responder, no pienses mucho en la respuesta, déjate llevar por lo primero que pienses. Te agradecemos mucho tu colaboración y te pedimos que llenes el siguiente formato demográfico. Coloca una paloma o una cruz en la casilla donde creas que es la respuesta adecuada para ti. No hay respuestas correctas o incorrectas, tu opinión es lo importante para nosotros. No dejes en blanco ninguna de las preguntas, todas deben ser contestadas.

Sexo: _____

Edad: _____

Escolaridad: _____

Ocupación: _____

Vives con:

- a) Padres y hermanos
- b) Madre y hermanos
- c) Padre y hermanos
- d) Esposa (o) e hijos
- e) Esposa (o)
- f) Hermanos
- g) Solo (a)
- h) Otros. Especifica: _____

¿Cuál es la posición que ocupas entre tus hermanos?

¿Tienes novia (o), esposa (o), pareja?

Si es así, ¿cuánto tiempo llevas de relación?

Ingresos económicos:

- a) Un sueldo mínimo
- b) Dos sueldos mínimos
- c) Tres sueldos mínimos
- d) Cuatro sueldos mínimos
- e) Cinco sueldos mínimos
- f) Más de cinco sueldos mínimos

	<i>Muy de acuerdo</i>	<i>De acuerdo</i>	<i>En desacuerdo</i>	<i>Completamente en desacuerdo</i>
1.- Los demás me han dicho abiertamente que soy muy emocional				
2.- Generalmente mi comportamiento es emocional				
3.- Cuando me enojo mucho, actúo sin pensar las cosas				
4.- Soy abiertamente sensible a las críticas				
5.- A veces mis sentimientos sacan lo peor de mí y tengo problemas para pensar con claridad.				
6.- No puedo pensar con claridad cuando estoy muy enojado				
7.- Generalmente, cuando me enojo, soy muy impulsivo				
8.- Sufro constantes cambios en mis emociones que en ocasiones se salen de control				
9.- Puedo considerar que soy una persona muy emocional				
10.- Me enojo en forma relativamente fácil				
11.- Cuando me enojo mucho, me vuelvo muy agresivo				
12.- Cuando me enojo mucho, pierdo el control de mis emociones				
13.- Si alguien piensa diferente a mí, me molesta tanto que no lo escucho y evado el tema				
14.- Cuando me siento triste no me puedo controlar y hago cosas de las que después me arrepiento				
15.- A veces me siento como si estuviera en una montaña rusa emocional.				
16.- Si hablan mal de mí reacciono de manera agresiva con la persona				
17.- Cuando estoy enojado, actúo sin pensar en las consecuencias				
18.- Si la gente no reconoce lo que hago me enojo mucho				
19.- Me gustaría no ser tan emocional				
20.- Me afecta mucho lo que hablan de mí los demás				
21.- Me hace sufrir mucho que la (s) persona (s) que quiero me ofenda (n)				
22.- Si me enojo con mi pareja, tardo mucho en que se regule mi coraje				
23.- Cuando me enojo, pierdo el control y no sé lo que hago				
24.- Si alguien está molesto conmigo, no me				

puedo sentir bien				
25.- Soy muy sensible a que los demás me hieran				
26.- Tengo dificultad en expresar mis sentimientos hacia la gente que me importa				
27.- Me cuesta trabajo expresar mis emociones con la gente que amo				
28.- Tengo miedo de que la gente que amo sepa lo que siento verdaderamente				
29.- Mi esposo o pareja no podría tolerar que yo exprese mis verdaderos sentimientos sobre algunas cosas				
30.- Frecuentemente siento que mi esposa o pareja quiere demasiado de mí.				
31.- Tengo una pareja muy demandante y exigente				
32.- No sé cómo responder cuando alguien de la familia se pone muy intenso en sus emociones				
33.- Cuando alguien de mis relaciones es muy intenso, siento la urgencia de retirarme de inmediato.				
34.- Cuando estoy con mi esposa o pareja frecuentemente me siento asfixiado				
35.- Cuando las cosas van mal, hablar sobre ello me hace sentir peor				
36.- Cuando tengo un problema no me gusta platicarlo a nadie, por miedo a que se enojen o me juzguen				
37.- Cuando estoy muy triste finjo estar feliz para que la gente no se entere de mis penas				
38.- Me preocupo en exceso por lo que le pueda pasar a mi seres queridos				
39.- Cuando tengo que tomar una decisión importante, la consulto con mis padres o hermanos mayores				
40.- Cada vez que hay un problema en mi relación, estoy ansioso de mantenerme a distancia.				
41.- Cuando mi esposa o pareja se va por largo tiempo, siento que he perdido parte de mí				
42.- Las discusiones con mis padres o parientes me pueden hacer sentir terrible				
43.- Llamo por teléfono muchas veces a la semana a mi familia				
44.- Si no veo a mi pareja tres días consecutivos me siento terrible				
45.- No soporto ir solo (a) al cine o a otro lado				