



UNAM IZTACALA

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

**La elección de pareja: un análisis desde la
perspectiva de diferenciación de Bowen**

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A
Erika Haydee Moreno Severo

Director: Dr. **José de Jesús Vargas Flores**
Dictaminadores: Mtra. **Edilberta Joselina Ibáñez Reyes**
Lic. **María Luisa Hernández Lira**



Los Reyes Iztacala, Edo. de México

2010



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



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.

DEDICATORIAS

**A MIS PADRES JOAQUIN Y
GUADALUPE:**

*Por haberme dado la vida,
por convertirme en la persona
que soy, por su apoyo y cariño,
porque sin ustedes este logro
no hubiera sido posible.
Gracias por estar a mi lado
siempre.*

A MI HERMANO JOAQUIN:

*Por ser mi amigo más que un
hermano, por estar a mi lado
y escucharme en los momentos
que te he necesitado, por ser la
persona que eres y lo que
significas en mi vida.*

A MI ESPOSO ALEJANDRO:

*Por ser el motor de mi vida,
por tu amor, tu ternura, tu
comprensión, tu apoyo, por
haberme ayudado para
conseguir este logro. Por ser
mi compañero y mi cómplice,
mi amigo y sobretodo por
creer en mí siempre.*

A MI BEBE DIEGO ALEJANDRO:

*Porque has llegado a darle un
nuevo sentido a mi vida, por
esa ternura que refleja tu
rostro, por iluminarme día a
día y por esa alegría que me
brindas.*

A MI AMIGA THELMA:

Por ser mi mejor amiga por tantos años, por ser mi confidente, mi cómplice, por tantos consejos que me brindaste, por haber estado a mi lado siempre de manera incondicional.

A MI PRIMA MIREYA:

Porque has sido como una hermana, porque has creído en mí. Gracias por tus cuidados, por tu ayuda, por tu apoyo, por tus consejos y tu compañía.

AL DR. JOSE DE JESUS VARGAS FLORES:

Por su apoyo en la realización de este proyecto, por su comprensión y su ayuda, pero sobre todo por su paciencia y dedicación.

ÍNDICE

1.	LA PAREJA	
1.1.	Evolución histórica	1
1.2.	¿Qué es la pareja humana?	13
1.3.	El ciclo vital de la pareja	15
2.	TEORÍAS QUE EXPLICAN LA RELACIÓN DE PAREJA	
2.1.	Enfoque Cognitivo-Conductual	22
2.2.	Enfoque Sistémico	24
2.3.	Enfoque Humanista	25
2.4.	Enfoque Psicoanalítico	31
2.5.	Enfoque Intergeneracional	36
3.	TEORIA DE BOWEN	
3.1.	La definición del Yo en la familia de origen	41
3.2.	La Escala de Diferenciación del Yo	42
3.3.	Los ocho factores de la Teoría de Bowen	47
3.3.1.	Triángulos	48
3.3.2.	Diferenciación del Yo	50
3.3.3.	Sistema Emocional de la Familia Nuclear	52
3.3.4.	Proceso de Proyección Familiar	53
3.3.5.	Proceso de Transmisión Multigeneracional	55
3.3.6.	Desconexión Emocional	56
3.3.7.	Posición entre Hermanos	58
3.3.8.	Proceso Emocional en la Sociedad	59

4.	FACTORES QUE INFLUYEN EN LA ELECCIÓN DE PAREJA	
4.1.	Biológicos	64
4.2.	Culturales	65
4.3.	Personales-Emocionales	67
4.4.	Familiares	68
5.	ESTUDIOS APLICADOS A LA TEORÍA DE BOWEN	
5.1.	Apoyo empírico a los conceptos de Bowen	70
5.2.	Evaluaciones del concepto de Diferenciación	74
5.3.	Diferenciación del Yo y otros conceptos de la Teoría Familiar Sistémica.	83
5.4.	Diferenciación del Yo en relación con el concepto del Stress y el Afrontamiento	89
5.5.	Diferenciación y ansiedad	101
6.	MÉTODO	113
7.	RESULTADOS	128
8.	DISCUSIÓN	136
9.	CONCLUSIONES	146
10.	REFERENCIAS	138
11.	ANEXOS	148

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue describir algunos factores que influyen en los jóvenes universitarios para la elección de pareja desde la perspectiva de la teoría familia de Bowen, esto permitió identificar el grado de Diferenciación de los sujetos y de esta manera saber cual de los tres factores evaluados (personales-emocionales, sociales-culturales y familiares) influyen en ellos al momento de elegir al compañero, de la misma manera, se analizó si existe relación entre el grado de Diferenciación y la influencia de estos factores.

Para cumplir el objetivo se realizó una investigación teórica acerca de la pareja, las teorías que explican la elección de pareja, los diferentes factores que influyen en las personas para elegir a la pareja y finalmente se una revisión teórica a diversos estudios aplicados que apoyan la teoría de Bowen.

Posteriormente se aplicaron dos instrumentos, el primero el Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009), que tuvo como propósito evaluar el grado de Diferenciación de los sujetos, este contuvo 45 reactivos divididos en tres categorías: reactividad, fusión y desconexión emocional y comportamiento emocional. Además del Cuestionario FIEP (Factores que influyen en la Elección de Pareja, Aguilar y López, 2004), el cual tuvo como objetivo analizar los factores que intervienen en la elección de pareja, el cual consta de 45 reactivos dividido en 3 subescalas o categorías: personales-emocionales, sociales-culturales y familiares.

Una vez que se obtuvieron los datos, se analizaron cuáles son los factores que influyen en las personas al momento de elegir a una pareja en base a la teoría de Bowen y a los conceptos de la misma. Los resultados obtenidos demuestran que el grado de Diferenciación de los sujetos es muy importante, pues de ahí que influyan en mayor o menor medida los factores evaluados.

Se encontró que los factores que más influyen en las personas son los sociales-culturales y los familiares y esto se debe a que el grado de Diferenciación de las personas fue bajo.

Capítulo 1. LA PAREJA

1.1. Evolución histórica

El tema de la pareja es un tema muy complicado, pues desde hace muchos años, infinidad de teóricos han intentado explicar su dinámica y la relación que existe entre ambos miembros de la misma. Además si tomamos en cuenta que la pareja es la base principal de la familia, se vuelve aun mas interesante y complicado el tema, pues la familia es un tema muy importante y de trascendencia en nuestra sociedad, pues es un grupo social fundamental. En la actualidad existen varias teorías las cuales tratan de explicar la dinámica y la evolución que la pareja ha tenido a lo largo del tiempo. Uno de los teóricos que ha investigado sobre este tema es el Dr. Rage (1997), quien menciona que el crecimiento de la persona y de la sociedad humana está estrechamente ligado a la correcta comprensión de la comunidad conyugal y familiar. Durante siglos se entendieron los valores familiares como algo sólidamente incambiable. Eran, en cierta forma estadísticos, intocables.

Por otra parte, Sandoval (1984), describe que en México, la familia asume una función biológica y social; en la primera, su importancia radica en la reproducción, crecimiento y desarrollo de individuos llamados hijos dentro de algún grupo humano; en la segunda, la familia es la base de toda sociedad y su control normativo está determinado por la autoridad del padre, además de que las relaciones sociales están compuestas por lazos interfamiliares de parentesco y alianza, sin olvidar también su función cultural dentro del aprendizaje de los comportamientos sociales y de los valores morales e ideológicos.

Por su parte, McKeachi Doyle (1978 cit. en Rage, 1996) definió a la sociedad como “aquel grupo de personas que viven en una zona en donde se han desarrollado los métodos de convivencia y que sobreviven como grupo los individuos a él perteneciente”. Habla, por tanto, de una dinámica que ha desarrollado su propio modo de ser, crecer y vivir. No obstante, se puede decir que cada cultura tiene subculturas, con elementos de otras culturas, con un sinnúmero de variables. El mismo autor definió la cultura como *“la suma de todos los valores, expectativas, aptitudes, creencias y costumbres compartidas por los miembros de un grupo, nación o religión”* (pág.20)

Junto con la herencia biológica, tenemos la herencia cultural. Solo a través de la historia conocemos muchos de los valores que tuvieron nuestros antepasados. En muchas ocasiones aprendemos de su experiencia, pero también en otras hemos rechazado el aprendizaje. El siglo XX tiene como característica el rechazo de muchos de los valores tradicionales. Sin embargo, en numerosos casos no ha encontrado valores que queden en su lugar (Rage, 1996).

Una de las características más importantes de nuestra época es su constante actitud hacia el Cambio. Se habla de la solución de los problemas de ayer no serviría necesariamente para resolver los de hoy; ni las respuestas que se den a los actuales servirán para resolver integralmente la problemática del mañana (Rage, 1996).

Por otro lado, dentro de la problemática de la pareja actual está la cuestión del divorcio. De acuerdo con las estadísticas de la US. Census Bureau Figures, aparece el dato de que a finales del siglo pasado había un divorcio por cada dos matrimonios. Se asevera que el 80% de los divorciados se vuelven a casar, pero buscan más una buena amistad que una relación fuertemente erótica. En México las estadísticas no son muy reveladoras de la realidad existente, ya que muchas parejas no se divorcian, simplemente se separan. En otros casos, por razones sociales y religiosas, viven juntos, pero en realidad no existe ya el matrimonio. Sobretudo en la clase socioeconómica baja, muchas personas no se casan; y en no pocos casos los esposos simplemente abandonan (Rage, 1996).

Se han cuestionado algunos de los patrones y supuestos tradicionales, como “la permanencia del matrimonio”, el “desafío a la felicidad”, el “rechazo de los roles rígidos”, los “tabúes tanto en el hombre como en la mujer en la expresión de la sexualidad” y otros más (Rage, 1996).

En los países mas desarrollados –como fruto de la “nueva” libertad sexual- se han empezado a desarrollar varios estilos de matrimonios:

- a. Matrimonio de ensayo: Es la unión de dos personas, en el cual se emplea el control natal y se puede ser disuelto por voluntad de las partes. Hay un compromiso formal de tiempo limitado, que puede ser renovado o disuelto por voluntad de las partes. Hay un compromiso formal de tiempo limitado, que puede ser renovado o disuelto a final de un determinado periodo, de acuerdo con las necesidades y deseos del individuo. Este tipo de matrimonios es muy usado en algunos sectores de nuestra sociedad, especialmente se viven en los países desarrollados.
- b. Matrimonio abierto: Los esposos O'Neill (cit. en Rage, 1996), antropólogos, usan este término para describir una meta y algunas líneas para el matrimonio, conforme a las cuales ambos miembros de la pareja se comprometen a trabajar su propio crecimiento y el de su compañero. En general se trabaja en la flexibilidad de los roles, la compañía profundo con otros, las comunicaciones abiertas y honestas, y las metas similares. La pareja trabaja el modo de lograr una relación más libre, igualitaria y productora del desarrollo.
- c. Contratos matrimoniales: Impone el uso de un contrato más o menos formal. Tal documento puede señalar explícitamente las expectativas mutuas de la pareja respecto de la relación, los patrones de deberes, derechos y tareas que deben realizar cada uno, condiciones para finalizar la relación y otros más. Tanto este sistema, como el anterior, buscan aumentar los logros y minimizar los problemas del matrimonio, sin una divergencia radical en la forma. Su objetivo es asegurar la igualdad entre sexos y destruir los roles estereotipados de "marido" y "mujer".
- d. Matrimonio seriado: También llamado "monogamia progresiva", es cuando el individuo se vuelve a casar una o más veces, después del divorcio o muerte del cónyuge previo. Es más un hecho que un experimento intencional en los estilos matrimoniales alternativos.
- e. Arreglos comunales: Estos arreglos varían ampliamente en propósito y forma, por tanto no se pueden generalizar. Sin embargo, su meta es desafiar la "Exclusividad" dentro del matrimonio, y buscan "enriquecer" el desarrollo personal.

Por otro lado, Rage (1996) dice que los individuos también pueden unirse por metas políticas, económicas, sociales, psicológicas, para tratar de compartir el trabajo, los recursos y la cercanía. Tales miembros varían notablemente en las relaciones entre los miembros, la libertad de la expresión sexual, los principios directores, etcétera. Algunas comunas pueden ofrecer una alternativa al matrimonio; otras, en cambio, contemplan el matrimonio tradicional y las relaciones familiares dentro de una “red íntima de familias”, o el “hogar cooperativo”.

Ahora bien, Rogers (1989, cit. en Rage, 1996.) Por su parte, habla de que en este tipo de relaciones existe una fuente de fracasos o destructividad. Entre estos problemas está una reflexión insuficiente acerca del manejo de los conflictos, daños y propósitos mixtos interpersonales, fracaso para solucionar los problemas de autoapoyo, celos, subestimación de las necesidades de cada persona en cuanto a una relación uno-a-uno razonablemente segura y continua, incapacidad para solucionar problemas de relaciones altamente complejas.

Existen, asimismo, parejas del mismo sexo. Son relaciones altamente criticadas por la sociedad. Sin embargo, hay parejas que perduran a pesar de las presiones y obstáculos. Se unen en ceremonias especiales, aunque no tengan valor legal. Al parecer tiene los mismos problemas que las parejas de relaciones heterosexuales, a pesar de que algunos estudiosos sostengan que ofrecen mayor flexibilidad de roles y mayor libertad de expresión. La homosexualidad ha sido considerada como una alternativa al matrimonio heterosexual. La APA, Asociación de Psicología Americana, la considera como una preferencia y no como una aberración (Rage, 1996).

Se puede decir que muchas de estas formas de relación de pareja tuvieron su origen en los albores de la humanidad. Así por ejemplo se habló de:

- a) La “promiscuidad primitiva”: Es la época nómada de la humanidad, en la que era prácticamente imposible la paternidad. De ahí que la organización social era un matriarcado.

- b) El “matrimonio por grupos”: Los miembros de la tribu se consideraban hermanos entre sí. Por tanto, no podían contraer matrimonio con las mujeres del mismo clan, por considerarlo como incesto. Eran grupos de hombres con grupos de mujeres.
- c) El “matrimonio por raptó”: Esto surge por las guerras. Es la primera forma de matrimonio en la que un hombre toma a una mujer. La mujer era considerada como botín de guerra.
- d) Con el “matrimonio por compra”: Se consolida la monogamia. El hombre elegía a la mujer que deseaba para madre de sus hijos.
- e) El “matrimonio consensual”: Es donde se da la manifestación libre de voluntades entre el hombre y la mujer para constituir un estado de vida de mutua ayuda, en función de conservar la especie y que puede ser permanente. Este tipo de matrimonio es el que va a ser base del actual.

Muchos de estos elementos los encontramos en las principales culturas de la antigüedad. Es importante entender en sus rasgos más sobresalientes en cuanto a la relación de pareja en las principales culturas antiguas, para entender la influencia que tuvieron en la cultura occidental. Por esta razón se explicará la evolución histórica de la pareja y los diferentes tipos de matrimonio en diferentes lugares, en los cuales también difieren las culturas y donde las creencias y costumbres son distintas.

Grecia

En Grecia, por ejemplo el matrimonio era monogámico y se realizaba después de un breve noviazgo. La poligamia se consideraba antihelénica. Se esperaba fidelidad de la mujer. Las leyes del divorcio eran simples. El esposo podía divorciarse por varias causas, entre ellas estaban: el adulterio, incompatibilidad de caracteres y la esterilidad. La buena vida de los griegos estaba basada en una sutil y refinada sensualidad (Rage, 1996).

El ideal de belleza griego era masculino. El cuerpo. El cuerpo humano desnudo se convirtió en norma de todo arte plástico. Se aceptó el cuerpo en toda su integridad. Los atletas comenzaron a aparecer completamente desnudos, y sostenían que no existía razón

para avergonzarse de lo que Dios no se había avergonzado de crear. Lo sexual no era el elemento central, ya que aparecían otros de especial importancia: intelectual, emocional, estético y otros más (Rage, 1996).

Se puede decir que Grecia tuvo una vida erótica rica, variada y refinada. Existía la ausencia de represión sexual, como la presentan los freudianos. Al parecer, muchos de los fenómenos planteados en los estudios sobre la Grecia, empiezan a aparecer en las últimas décadas del siglo XX (Rage, 1996).

Roma

Por otra parte, el matrimonio romano era Monógamo, y existía fidelidad de parte de la mujer. El adulterio de la mujer era castigado severamente por el código patricio, ya que esta conducta invalidaba la herencia legítima de la propiedad. Los aristócratas romanos apreciaban la virginidad en las patricias. Su pérdida se consideraba como de mal agüero; pero no se consideraba igual para las clases inferiores, ya que tenían libertad para cohabitar con cualquiera, porque ese era su deseo o por dinero. El hombre tenía mucha más libertad que la mujer, ya que tanto el soltero como el casado podían tener vida sexual propia. La limitación era “no seducir a la mujer de otro” (Rage, 1996).

Es interesante notar que después de los 500 años de la fundación de Roma no había instancias de divorcio ni proceso legal para obtenerlo. Ahora veamos que pasaba con China.

China

La organización de la familia en China era básicamente Monogámica, pero practicaban también la Poligamia. Esta actitud se vivió hasta antes de la revolución china en el presente siglo, en que la mitad de los chinos tenían al menos dos mujeres.

Las mujeres estaban muy devaluadas. Los padres vendían a sus hijas al mejor precio por medio de los intermediarios. En muchos casos la venta se hacía cinco o seis años antes del matrimonio para no tener que alimentar una boca más, y la novia se iba a vivir con los

futuros suegros. La suegra era despiadada con la nuera. La mujer tenía que trabajar fuertemente con su marido, y les debía absoluta sumisión a los suegros. Si se rebelaba era castigada con dureza, y en ocasiones condena a muerte. Cuando una hija no se casaba, con frecuencia era dedicada a la prostitución. Para esto los padres se ponían de acuerdo con los “reclutadores”. Aunque no se practicaba la contracepción, el infanticidio era muy frecuente (Rage, 1996).

Después de la revolución china del siglo XX hubo un cambio profundo en las costumbres familiares. Se implanto la igualdad entre el hombre y la mujer. En la actualidad, los jóvenes reciben una educación más severa desde la niñez. Esta destacado el erotismo puro y es rechazada la noción de “mujer-objeto” (Rage, 1996).

Muchas de las costumbre inhumanas, como el matrimonio precoz, sumisión absoluta a la familia y otras mas han sido anuladas. Se busca que los jóvenes de ambos sexos sean productivos, y se ha estipulado la edad de 30 años para casarse. Todas estas reformas suponen: igualdad de derechos, seriedad en el comportamiento, solidez en los vínculos conyugales, entre otras (Rage, 1996).

Actualmente en China se considera al “amor conyugal” como un bien social y un elemento de estabilidad. Se trata del “amor-virtud” y no del amor pasional. Los sentimientos son tiernos, pero no apasionados. Hasta donde se puede saber, las relaciones prenupciales son la excepción, ya que dentro del contexto de la reforma, se consideran como malsanas (Rage, 1996).

India

Por otra parte, en la India se presentaban grandes problemas, por la división tan marcada de “castas y religiones”; sin embargo aparecen algunos aspectos generales importantes:

- a) No existió la dicotomía entre sexo y religión. La sexualidad tenia fines religiosos. El problema fuerte era el delas castas. No les preocupaban las relaciones sexuales

prematrimoniales, pero debían ser dentro de la tribu. En caso contrario eran castigados los infractores con la excomunión.

- b) Aunque generalmente el matrimonio era monógamo, existían algunas tribus polígamas. Uno de los valores más importantes era la descendencia. Existía un antiguo temor entre los hindúes a morir sin hijos.
- c) En la India actual los padres pueden casar a dos niños antes de la pubertad, incluso sin conocerse. El “Dharma-Sutra” dice que una niña debe ser dada en matrimonio antes de ser púber. Sin embargo, esta es la costumbre más propia de la clase baja. En la clase alta, el matrimonio es más bien monógamo. Solo cuando la mujer es estéril o no ha podido tener un hijo, se le permite tener al hombre otra mujer. La “impotencia” es una preocupación muy fuerte entre los hombres.
- d) Poco a poco, se ha empezado un proceso de revaluación en la mujer; ya no se le considera como “una fábrica de tener hijos”. Mas aún, se está favoreciendo su promisión. La tradición hindú, sin embargo, considera la procreación como un deber sagrado, ya que existen innumerables almas que están esperando un cuerpo para reencarnarse (Rage, 1996).

Japón

En Japón, en la relación hombre-mujer los derechos son idénticos en la teoría; pero en la práctica predominan las costumbres antiguas. La familia es monógama, pero la mujer permanece sometida al jefe de la familia, que no es necesariamente el esposo. El divorcio está legalmente aceptado, pero la mujer no se atreve a pedirlo. En cambio, se suele usar el “repudio” de la mujer, especialmente por los suegros, que se angustian por no tener nietos (Rage, 1996).

Los kimonos son símbolo de las costumbres tradicionales, indican que la mujer se comportará como lo hizo su madre. Generalmente la mujer guarda silencio cuando habla su marido, y, básicamente, en la provincia las mujeres caminan detrás de sus esposos. Por las circunstancias geográficas y la imposibilidad de extenderse más allá de su territorio, Japón tiene el índice más alto de contracepción. Esto ha llevado a separar más la fundación erótica

y la conyugal. Ya se ha extendido mas la función de la mujer como tal, con una misión distinta de la tradicional: ser madre prolífica (Rage, 1996).

Países Árabes

En los Países Árabes, la religión islámica regula las relaciones de la pareja. El Corán dice que los hombres son superiores a los hombres porque así lo ha dicho Alá. En algunos países árabes todavía se considera a la mujer como objeto de placer y la que trae a los hijos al mundo. La virginidad es muy importante y por eso se les encierra desde su infancia. La mujer siempre permanecerá bajo el dominio del hombre (padre, esposo). En la inmensa mayoría de los casos los padres deciden el matrimonio de las hijas y es frecuente que la mujer conozca al que va a ser su marido hasta el momento de la boda, después de haber pagado u dote por ella (Rage, 1996).

La poligamia esta legalmente aceptada en muchos países árabes. El Corán permite cuatro mujeres legítimas y un número ilimitado de concubinas. La mujer es dueña absoluta dentro de sus paredes, pero no fuera de ellas. Los hijos no les pertenecen, casi no poseen ningún derecho legal. Puede ser repudiada pero no puede pedir el divorcio (Rage, 1996).

Ahora bien, para entender los factores que se intervienen en la relación de pareja en la actualidad en México es indispensable remontarse a la época prehispánica y al periodo colonial, del cual surge la cultura mestiza que inicia su existencia generando nuevas tradiciones, valores y actitudes que dieron origen al modo familiar mexicano.

En la época prehispánica (de 1325 a 1521) habían creencias, valores y practicas que señalaban que una familia tenía que estar unida, por lo cual se hacía permanecer al joven en ella hasta el último momento de su soltería, la cual era muy breve, ya que se les obligaba a contraer matrimonio a una edad muy temprana; un hombre estaba apto para contraer matrimonio a los 20 años y una mujer se consideraba madura a los 16 años, para elegir al compañero, se dejaba a los interesados un cierto grado de libertad, pero los padres hacían todos los arreglos y era necesario su consentimiento; en ocasiones estos basaban su elección en acuerdos políticos, económicos y sociales, los aspectos como el afecto y la

compatibilidad no eran relevantes, ya que se decía que el amor se hacía en matrimonio y no del amor nacía el matrimonio (Rage, 1997).

Las relaciones sexuales dentro del matrimonio no se limitaban únicamente al aspecto reproductivo, ya que también se aceptaba que tuvieran por objetivo producir placer y satisfacción tanto en el hombre como en la mujer, y también para impedir el adulterio, que era muy castigado incluso a veces con la muerte por lapidación (López, 1982).

En la época colonial (de 1600 a 1800), el matrimonio que da derechos, desaparece la conquista. Las uniones no tienen ni el consenso ni la aprobación de ninguna de las dos sociedades: la indígena y la española (Gallo, 1997; y Ávila, 1994).

La pareja seguía siendo principalmente monogámica, aunque cabe aclarar que implícitamente se permitía cierta predisposición hacia la poligamia, siempre y cuando el hombre fuera "discreto y respetara" a su esposa (que era con la que se había casado por la iglesia). Normalmente esta poligamia se practicaba con mujeres indígenas o mestizas, y la esposa "legal", era española o criolla (Aguilar y López, 2004).

En la época de independencia (de 1800 a 1825), el hombre y la mujer intentaron nuevamente constituirse como pareja, pese a que la situación de guerra constante que se vivió en nuestro país, exigía una separación constante (Aguilar y López, 2004).

En la época de la revolución (de 1900 a 1928), con la Revolución Mexicana se logran cambios de origen familiar pues la mujer sigue a su hombre a los campos de batalla, sin dejar de lado sus obligaciones de madre y esposa. Si bien es cierto que cuando estalló la Revolución, muchas mujeres, sobre todo campesinas, siguieron a sus hombres para continuar bajo su protección, es innegable que otras lucharon por lograr un mejoramiento que superara las condiciones de opresión social de las cuales eran objeto. Esto originó un cambio en las relaciones de pareja, que se volvieron un poco más igualitarias, e incluso, sexualmente más satisfactorias para la mujer, que pudo disfrutar de ellas, ya no solo como

un medio para la procreación, sino también como una compañera de su hombre (Selby, 1996).

En la época actual la pareja, matrimonio o familia se consideran de forma diferente, debido a que es hasta estos tiempos cuando se refleja la consolidación de todos estos cambios drásticos que sufrió lo que en un principio era la unión de un hombre y una mujer. La pareja tuvo que pasar por una serie de acontecimientos para poderse ganar esta designación. El concepto de pareja está ahora cada vez mas lejos de lo que en un principio pretendió ser, esto es resultado única y exclusivamente de las repercusiones políticas, sociales, económicas e ideológicas que han forjado un nuevo estilo de vida (Aguilar y López, 2004).

En la actualidad la pareja es elegida de manera voluntaria tomando como criterios la apariencia física, costumbres, capacidades tanto intelectuales como afectivas; entre otros aspectos (Satir, 1991). Sin embargo, la pareja se adapta mejor cuando están dadas ciertas condiciones como los antecedentes familiares y culturales, pues si estos son similares es posible que exista menos desacuerdo entre ellos además de que pueden facilitar la elección del compañero, ya que es más cómodo vivir con alguien cuya forma de vida sea semejante a la nuestra.

En cuanto a la sexualidad, Rodríguez (1998) menciona que actualmente ya no se busca la procreación como fin principal sino la obtención del placer para ambos miembros de la pareja, incluso estas experiencias se dan a edades más tempranas sin ser determinante el contraer matrimonio. Así mismo, la infidelidad resulta ser muy común en nuestra sociedad, ya que la reacción de la mujer ante esto puede ser de disimulo, resignación y aceptación, pues se cree que esto es normal y pasajero en los hombres y que no pondrá en peligro la estabilidad matrimonial.

Los usos y costumbres han variado mucho y hoy la configuración sociológica del noviazgo difiere notablemente de aquella institución vigente hace sólo unas décadas; han decaído las formalidades del cortejo y se han acentuado otras más espontáneas

funciones de diversión o “salir juntos”, de intimidad o amistad (hoy se llaman “amigos”) y de sexualidad prematrimonial (González, 1995).

Así mismo han cambiado las actitudes, las preferencias o las características de lo valorado en la propia pareja: no importa ya, como en el pasado, la castidad de la mujer ni sus virtudes pasivas de recato y laboriosidad hogareña. Los novios hoy se fijan más en cualidades afectivas y románticas, prefiriendo en su pareja otros rasgos de personalidad que, para el desempeño de los futuros roles o funciones esponsales, les resultarán inútiles (Aguilar y López, 2004).

Se puede notar que las características de las parejas, familias y sociedades modernas son: Los compromisos matrimoniales, incluso entre jóvenes menores de veinte años, y la búsqueda del cónyuge con las características personales deseadas, son prácticamente habituales por que se busca más la compatibilidad personal que la familiar. En particular, los individuos buscan activamente cónyuges a los que puedan amar. Los padres tienen menos hijos aumenta la participación laboral de las mujeres casadas. Hay incremento en la tasa de divorcios. No solo las familias están menos interesadas en el control y adiestramiento de sus miembros, sino que también están menos capacitadas para estas tareas ya que sus miembros se dispersan tratando de encontrar mejores oportunidades.

Como podemos apreciar, la dinámica de la familia y la pareja a cambiado considerablemente a través del tiempo, y difiere en muchos aspectos de acuerdo a las costumbre y culturas que radican en los diferentes países. Con la modernidad, podemos darnos cuenta también cómo aquí en México se ha ido modificando la dinámica y evolución de la misma. Ahora veremos como es que diferentes autores dan una explicación acerca de qué es la pareja humana, explicando cuál es la definición que cada uno le da de acuerdo al enfoque.

1.2. ¿Qué es la pareja humana?

La pareja es un tema muy estudiado, sin embargo, también complicado pues muchos autores han hecho investigaciones sobre la relación que se da entre dos personas por

diversos intereses, por lo tanto debido a las diferentes corrientes que han escrito sobre este tema es difícil tener una sola definición.

Uno de los problemas puestos a discusión se refiere a qué debe entenderse con el término “pareja”. De acuerdo con Barrón (1993) la Real Academia Española, alude que la palabra pareja proviene del latín *par* o *paris*, que significa igual o semejante totalmente. La definición entonces puede manejarse como el conjunto de dos personas que tienen alguna correlación o semejanza. En este sentido, Sánchez (1994) considera que existe la idea de la pareja como una supraunidad, presentándose como un todo. Por su parte, Rage (1996) sugiere que es la unión privilegiada de dos; mientras que Lemaire (1990) señala que al referirse a la definición de pareja, se habla no sólo de aquellas personas que conviven o cohabitan en unión, sino que son individuos que se relacionan por el apoyo y crecimiento mutuo. Por otro lado, Alvarado y Sánchez (1997) mencionan que la relación de pareja es un proceso de aprendizaje y de afectividad, sin embargo, existen otros autores que han ido más allá de esta definición involucrando otros elementos y situaciones relevantes.

Casado (1991) menciona que el término de pareja designa una estructura vinculada entre dos personas de diferente género y cuando establecen el compromiso de formarla, ésta es considerada tradicionalmente como el posible origen de la familia desde un punto de vista evolutivo y convencional.

Masters y Johnson (1981), definen a la pareja como la relación de una persona con otra del sexo opuesto, en la que establecen un compromiso de seguir unidos, apoyándose mutuamente para su desarrollo y superación en las diferentes actividades que realicen; pueden estar unidos o no legalmente y/o religiosamente.

Blanco y García (1998), dicen que la pareja esta constituida por dos personas, un hombre y una mujer que deciden unir sus vidas para tener y realizar metas comunes. En nuestra sociedad lo que se encuentra con mayor frecuencia es que las parejas se unan en matrimonio; si bien el matrimonio es un acto en el que dos personas se unen para

redefinirse tanto ellas mismas como al mundo exterior, cada familia se sustituye como un subsistema segregado que tiene sus propios controles y estilos de comunicación.

Respecto a esto, Benítez (1997) menciona que el llegar a formar una pareja es, por lo común, algo a lo que todo el ser humano aspira. La pareja proporciona estabilidad, apoyo y un gran cúmulo de emociones afectivas indispensables para el buen desarrollo de ambas partes que la conforman, ya que en la pareja se pueden volcar una gran cantidad de satisfacciones que se logran lejos de ella. De igual forma, en la pareja se descargan emociones y aspectos negativos de cada uno propiciando de esta forma que surjan conflictos y problemas que se pueden suscitar de una amplia variedad de áreas (emocional, económica, sexual, interacción y personalidad, entre otras).

Stuart (1969, cit. en Benítez, 1997) por su parte, plantea que una relación de pareja se basa e el intercambio de refuerzos entre sus miembros en diversas áreas (amistades, tiempo libre, tareas domesticas, relaciones sexuales, etcétera); así, se ha observado que las parejas con relaciones sexuales satisfactorias se diferencian de las parejas con relaciones poco gratificantes en las que en sus interacciones las conductas son menos agradables o incluso les resultan totalmente aversivas.

Al comenzar una relación de pareja, se suele dar una atracción inicial mutua, debida al poco conocimiento de aspectos relacionados con la otra persona y al intercambio de actitudes y actividades positivas, que al principio son muy elevados porque la pareja: interacciona en un marco restrictivo, ya que normalmente se ven pocas horas al día y/o los fines de semana en situaciones agradables para ambos (tomar una copa, bailar en la discoteca, salir de paseo, ir al cine, entre otros); no tiene que tomar decisiones importantes; experimenta la novedad de la comunicación sexual, lo cual es un elemento gratificante y; porque se idealiza al otro y la futura vida en común, creándose expectativas de gratificación exageradas (Benítez, 1997).

Por ello, Stuart (1969, cit. en Benítez, 1997), explica que en esta etapa de enamoramiento, de una especie de luna de miel, las gratificaciones que se obtienen son muy

elevadas y las actitudes negativas se minimizan al máximo. Por su parte, Jacobson y Margolin (1979), consideran que la relación de pareja es una relación interpersonal cuyo mantenimiento esta sujeto a la regla general de intercambio de actitudes y conductas positivas. Desde este punto de vista se considera a la pareja estabilizada, con una relación satisfactoria, como un sistema de interacción en el que se produce detalles positivos para los dos miembros que la componen en un gran número de áreas de funcionamiento (Benítez, 1997).

Este sistema de interacción implica una interdependencia respecto al funcionamiento de cada elemento integrante de la pareja, de tal modo que un cambio en el funcionamiento de uno de ellos repercutirá en la relación provocando un resultante distinto, que en el caso de estar implicados aspectos negativos conllevará una solicitud de cambio en el comportamiento. Por lo tanto, una relación satisfactoria de pareja llevará a que cada miembro no funcione autónomamente, sino que busquen un funcionamiento que repercuta positivamente en las dos personas que componen esa pareja, así lo menciona Benítez (1997).

Sin embargo, aunque son muchas las definiciones que se le asignan a la pareja varios autores coinciden en que la pareja esta formada por dos personas, las cuales encuentran semejanzas e intereses en común que los lleva a estar juntos, estas personas a su vez hacen un compromiso una con la otra; además también debe haber una atracción física mutua para que se de el inicio de una relación. Una vez revisados los diferentes conceptos que los autores le asignan a la pareja, pasaremos a explicar a qué se refiere el ciclo vital de la pareja.

1.3. Ciclo vital de la pareja

Comenzaremos diciendo que la formación de la pareja es uno de los aspectos más complejos y difíciles del ciclo de la vida familiar por la enorme trascendencia que tienen esta decisión, ya que en la mayoría de los casos las personas no están preparadas para llevarla a cabo. Principalmente en la actualidad, en la que los jóvenes cada vez se casan a

edades más tempranas y por ende su matrimonio dura muy poco debido a la inmadurez de ambos.

Rage, (1997) explica que la pareja se desarrolla a lo largo de un ciclo de vida donde se destacan etapas distintas que no sólo se suceden, sino que muchas veces se superponen, interconectándose con fases de transición diferentes, y frecuentemente simultáneas. La relación de pareja vista como un evento normativo atraviesa por varias etapas. Las etapas son seis y tienen un tiempo de duración promedio:

Etapa 1: Selección

La duración de esta etapa es variable, ya que se refiere a la selección de una pareja para compartir con ella su vida. Dicha selección se hace partiendo de una necesidad básica que debe ser satisfecha por el cónyuge. La mayor parte de las parejas afirma que la base de la selección es el enamoramiento, en el cual participan factores como la apariencia física, juicios de otras personas, entorno familiar, costumbres, capacidades intelectuales y afectivas, etcétera.

Etapa 2: Transición y adaptación temprana:

Esta etapa corresponde al período entre el primero y tercer año de casados aproximadamente. Una vez echa la selección, los integrantes de la pareja se enfrentan a la tarea fundamental de adaptarse a un nuevo sistema de vida con hábitos, demandas y satisfacciones con su cónyuge, diferentes a los que tenían en su familia de origen. En estos momentos, la pareja comienza a crear y negociar reglas de todo tipo que garanticen una vida en común armoniosa, y estas reglas van desde lo más simple, hasta lo más complejo. Todas estas reglas se van solidificando poco a poco dando por resultado una definición de lo permitido y lo prohibido en la relación.

Etapa 3: Reafirmación como pareja y paternidad:

Esta etapa se desarrolla aproximadamente entre el tercer y el octavo año de casados. Es cuando con mayor frecuencia aparecen dudas serias sobre lo adecuado de la selección del cónyuge. También en esta etapa, la mayor parte de las parejas se inicia en la tarea de ser padres, con todas las satisfacciones y presiones que esto implica. La llegada de los hijos

trae una violación de los límites y la intimidad de la pareja. La elaboración de reglas concluye y los cónyuges saben perfectamente qué esperar del otro, y conocen aquello que es permitido en la relación.

Etapa 4: Diferenciación y realización:

Comprende del octavo al quinceavo año de matrimonio aproximadamente. Es en este momento cuando se consolida la estabilidad del matrimonio. Es un momento de realización personal, aunque la pareja puede tener muchos conflictos por las diferencias en el ritmo de crecimiento personal de cada uno.

Etapa 5: Estabilización:

Esta etapa corresponde a los matrimonios que cuentan de 15 a 30 años de casados. Ocurre habitualmente entre los 40 y los 60 años de edad, tiempo en el que ambos miembros de la pareja buscan el equilibrio entre las aspiraciones y los logros, lo cual a su vez conduce a un rearrreglo de prioridades, y en la mayoría de los casos, a una estabilización en el matrimonio. Los conflictos en esta etapa se centran en la comparación de logros y aspiraciones con el cónyuge, así como en los sentimientos de pérdida de juventud, atractivo y habilidades físicas. Es habitual que en esta fase se tengan hijos adolescentes o adultos jóvenes que inician su propia vida en pareja. En muchos casos, el matrimonio sufre con el proceso de separación de los hijos, más aún cuando se les ha involucrado en los propios conflictos; es por eso que un gran número de matrimonios se divorcia inmediatamente después de la salida del último hijo.

Etapa 6: Enfrentamiento con la vejez, soledad y muerte

En esta etapa hace aparición la vejez en los miembros de la pareja, con la pérdida de capacidades físicas e intelectuales que ésta trae consigo. Puede presentarse estrés y temor debido a las muertes cercanas de familiares y amigos de edades similares. La principal característica de esta etapa es la angustia y la necesidad de apoyo y afecto. Puede existir una pérdida de autoestima debido a la vejez y los cambios que con ella se presentan. En general, las parejas desean estar juntas y valora mucho el tiempo que pasan en común, ya que temen a la separación final, que trae consigo la temida soledad de la viudez.

Respecto a este tema, Rage (1997) dice que el ciclo de vida de la pareja tiende a promover el crecimiento y desarrollo del ser humano en la familia, así como favorecer el progreso y desenvolvimiento de sus potenciales hacia la plena humanidad. Es importante conocer el sentido de cada una de las etapas, y de que manera pueden ayudar o entorpecer el desarrollo de la persona, de la pareja o de la familia. Algunos de los aspectos más generales son:

1. Estas etapas son jerárquicas en su naturaleza, ya que de ordinario, una sigue a la otra en una secuencia definida. Esto quiere decir que existen hechos significativos que se han señalado como el principio y el fin de cada una de ellas. De alguna manera cada ciclo tiene su problemática particular que afecta a la vida de la pareja y de la familia. La forma de manejar las situaciones que aparecen varían de acuerdo a las propias circunstancias.
2. No obstante, cada etapa es en cierta medida autónoma, completa y distintiva en sí misma y, en alguna manera, independiente de la que le sigue. Más aún, cada etapa tiene su propia posibilidad de realización.
3. Cada fase se caracteriza por reacciones y comportamientos que parecen más o menos conscientes en todos los seres humanos. Sirven para cumplir ciertas funciones específicas dirigidas a la realización de ese periodo específico. Estas reacciones y conductas suelen facilitar el paso a la siguiente etapa-
4. Cada etapa tiene su propio programa natural para un crecimiento continuo. El ser humano es libre y supone una capacidad para lograr un desarrollo de la madurez. Tiene la capacidad de enfrentar con creatividad y compromiso las responsabilidades que se presentan en ese momento de su proceso de crecimiento y desarrollo. Cuando se ha alcanzado este nivel, es el momento de empezar a trabajar en el siguiente paso del ciclo. Es el descubrimiento de nuevas vivencias, de estados de conciencia no elaborados, como puede ser el paso de la soltería al matrimonio o de ser simplemente pareja a la paternidad. Es posible que exista la ambivalencia: se desea

la experiencia, pero se teme a lo desconocido. Hay que poner en práctica las acciones y reacciones de la nueva etapa.

5. La vida es una escuela de continuo aprendizaje. Empezamos este proceso desde el nacimiento y solo termina hasta la muerte. Cuando la persona no ha perdido la capacidad de asombro, está de lleno en el proceso de crecimiento. Quizá existe la fantasía de que el crecimiento es un proceso continuo y sin tropiezos desde el nacimiento hasta la muerte, que va en línea recta ascendente. Sin embargo, si se considera con mayor profundidad, lo que se ve como una línea recta continua, aparece con sus “baches”, esto es, interrumpida traumáticamente por periodos precisos y aun violentos.
6. Es un hecho que la absoluta independencia no existe. Lo que en realidad se da es la “*interdependencia*”, que en algunos casos y en ciertas áreas se puede acercar más a la dependencia o a la independencia. El hecho es que siempre dependemos de los demás. Cada etapa del ciclo tiene diferentes formas de dependencia para los miembros de la familia, y parte de la sana madurez es saber aceptarlas con sencillez. Asimismo, tiene sus retos que es necesario vivir; al alcanzar el yo cierto grado de seguridad, empieza a prepararse para la intimidad y para la formación de la pareja con un lazo resistente y significativo, que es como un antídoto para manejar la soledad.
7. Cada etapa hacia la madurez, es un sentido muy real, es una etapa completa y podría de suyo realizarse independientemente de las demás. No obstante, como estamos programados para ser personas plenas (esto significa haber sido creados a imagen y semejanza de Dios), la vida siempre será, por un lado, un “*estado activo del ser*”, y por otro, un “*estado siempre cambiante de llegar a ser*”. Es un proceso continuo de hacerse persona, en el cual nos creamos constantemente a nosotros mismos para satisfacer las demandas del presente y del futuro.

Por otra parte, Blanco y García (1998) mencionan que la relación de pareja no es estática, ya que pasa por diferentes etapas que determinan su desarrollo a lo largo del

tiempo. Según Sánchez Azcona (1980) hay diferentes épocas por las cuales atraviesa una pareja, de acuerdo con su proceso existencial, las más notables son las siguientes:

- a) Etapa prenupcial: Se caracteriza por el galanteo y la selección del cónyuge. El noviazgo es visto actualmente como una etapa de exploración y preparación que tiene como objeto el conocimiento real de los futuros esposos para decidir la formación de su posible hogar. Aun cuando la elección de pareja parece ser una decisión libre, esta ligada a factores sociales que ejercen una gran influencia no solo sobre la elección sino también sobre la interacción de la pareja. Otro valor que limita la objetividad de dicha elección es el esquema ideal romántico que puede llegar a impedir que se valore con madurez una serie de requisitos que deberían darse para la formación del futuro matrimonio. Existen también los prejuicios de la sociedad que condicionan a los jóvenes en su elección de pareja, poniendo un gran énfasis en factores externos, como por ejemplo el nivel socioeconómico, la atracción física, status social, etcétera. Cuando finalmente, se llega a la elección de pareja tomando en cuenta o no estos factores, se da por terminada esta fase para pasar a la siguiente.
- b) Etapa nupcial: Se caracteriza por la vida conjunta de los cónyuges desde el matrimonio hasta el nacimiento de los hijos. El primer año de vida en común representa el mayor conflicto de ajuste y conocimiento mutuo, pues se crean los cimientos de la futura familia y el ambiente natural donde el individuo va a encontrar la plena realización de sus expectativas.
- c) Etapa de formación de los hijos: Una de las principales expectativas dentro del matrimonio es la procreación. Cuando se llega a decidir tener un hijo se deben tomar en cuenta diversos factores; por ejemplo: si los padres están capacitados para tenerlo, si es un deseo consciente y responsable y si se va a poder educar a ese hijo.
- d) Etapa de madurez: Representa la culminación del proceso educativo de los hijos que llega cuando estos obtienen la mayoría de edad, así como la madurez física, psicológica y social.

Es importante hacer notar que la duración de cada etapa es sumamente variable y que no existen límites precisos entre una etapa y la siguiente.

Ahora bien, el ser humano tiene necesidades de una estructura. Adler (1927, cit. en Rage, 1997), habla de la posición ordinal dentro de la familia y sus consecuencias. El estilo de vida de cada ser humano es único y probablemente no han existido dos estilos de vida idénticos, ya que la primera fuerza proviene de la *herencia* y consta de todos los componentes variables inherentes al sistema en el momento del nacimiento. La segunda fuerza, surge de la variante *ambiente*, la cual empieza a influir en todo ser humano inmediatamente después de que nace. De aquí la importancia de la familia en el desarrollo de la persona (Rage, 1997).

Es importante saber cuales son las definiciones que los autores de han atribuido a la pareja y a la relación de la misma, así como conocer las diferentes etapas y ciclos por las que pasa. Ahora revisaremos no solo la explicación que cada autor da acerca de la definición, sino también la forma en que cada una de las teorías explica cómo es esa relación de dos personas que comparten intereses en común.

Capítulo 2. TEORÍAS QUE EXPLICAN LA RELACION DE PAREJA

Como ya se había mencionado, el tema de la pareja es muy complicado porque existen diferentes definiciones, así mismo, también existen diferentes corrientes y enfoques que han tratado de explicar la dinámica de pareja y el proceso de la misma. Es importante tener conocimiento de cuál es la definición que da cada teoría y de que manera explican la relación que se da en la pareja.

En la actualidad el proceso de selección de pareja ha sido analizado desde distintos enfoques teóricos, por ejemplo, algunos estudiosos abordan la problemática desde un carácter biológico, es decir se interesan por la manera en que los individuos se relacionan en los primeros momentos, vista únicamente como atracción sexual, otros trascienden a un plano más subjetivo y ponen énfasis en el carácter consciente e inconsciente de la pareja. La orientación sociológica resalta la importancia de los factores externos y la historia de cada individuo para elegir una persona y no a otra (Barrera y Rodríguez, 2005).

2.1. Enfoque cognitivo-conductual.

Debido a que el tema de pareja ha sido estudiado por diversos profesionales se exteriorizan diferentes concepciones sobre este tema, por tal motivo no existe una definición única (Barrera y Rodríguez, 2005).

Para Beck (1990), una pareja difiere de otras relaciones ya que cada uno de sus integrantes desarrolla ciertas expectativas con respecto al otro, la intensidad de la relación refuerza su duración y estabilidad y cuando la pareja se compromete de manera expresa (en el matrimonio), o en forma indirecta, (mediante sus actos y necesidades mutuas), lo que ambos hacen como pareja se acompaña de significados que derivan de esos deseos y expectativas de ambos. Generalmente las parejas como los amigos, se suelen unir por verdaderos lazos entusiastamente fuertes pero con un matiz diferente, más cálido y atractivo.

Casado (1991), menciona que la pareja es un proceso dinámico de interacción, desde el primer momento de atracción y seducción se establece un proceso de comunicación mediante el cual las dos personas intercambian mensajes que explican cómo son y qué esperan del otro. Así, el enfoque cognitivo-conductual considera que el entorno proporcionado por el contexto no es el único que define el comportamiento interpersonal del individuo, pues existen causas mediacionales como las expectativas, procesos atencionales y perceptivos que matizan e incluso distorsionan el entorno y la relación. La satisfacción de ambos miembros de la pareja está relacionada directamente con la apreciación e interpretación que ésta hace de la conducta del otro, así los procesos cognitivos determinan el nivel de satisfacción y la conducta de ambos.

El modelo cognitivo conductual sugiere que la acumulación de experiencias durante y después de la interacción, gradualmente influye en los juicios de la pareja acerca de la calidad de relación (Becker, 1981).

Por otro lado, el enfoque cognitivo-conductual concibe a la relación de pareja, a partir de la percepción, valoración e interpretación que cada uno de los miembros hacen de la conducta del otro; estos elementos pueden estar influidos por las creencias e ideas erróneas ya adquiridas por uno o ambos miembros de la pareja (Barrera y Rodríguez, 2005).

Estas suposiciones inadecuadas no sólo obstaculizan la comunicación en la pareja, sino que dan lugar a un estado de ansiedad y dependencia en cada uno de los miembros de la pareja, logrando así, un deterioro en la relación y que la pareja se muestre incapaz de reconocer conductas o mensajes positivos (Costa y Serrat, 1993).

Este enfoque nos permite entender, cómo las relaciones de pareja se desarrollan a partir de que se refuercen o se extingan ciertas conductas y cómo la valoración de cada uno de los miembros de la pareja está en función de las propias cogniciones o pensamientos. De esta forma, los factores cognitivos son importantes en el individuo, ya que sus respuestas se

presentan de acuerdo a la forma en la que percibe su realidad creando expectativas, percepciones y valoraciones con base en la experiencia (Barrera y Rodríguez, 2005).

2.2. Enfoque sistémico

El estudio de la familia desde la perspectiva de la Teoría General de Sistemas, representa una manera distinta de considerar el comportamiento de los individuos, pues nos permite contemplar a los miembros de la familia en interacción, sus secuencias de comunicación, sus roles y funciones, sus aspectos individuales, sus características grupales y los acontecimientos dentro del contexto familiar en que ocurre (Preza, 2004).

El subsistema conyugal se forma cuando dos individuos hombre y mujer, se unen con el fin de formar una pareja, cada miembro de la pareja trae consigo un conjunto de valores y de expectativas, que pueden ir desde el valor al que atribuyen a la independencia, hasta llegar al intercambio mutuo en la toma de decisiones. Se postula que hay una constante acción-reacción entre todo lo asociado (Preza, 2004).

Dentro del enfoque sistémico, la dependencia emocional se puede explicar cuando la pareja en el proceso de acomodación mutua, en lugar de actualizar aspectos creativos de sí mismos emplean pautas transaccionales descalificativas del tipo dependiente-protector en donde el miembro dependiente se mantiene para proteger la impresión de su cónyuge de ser el protector (Preza, 2004).

La relación de pareja se caracteriza, por la confusión de las propias responsabilidades de cada uno de los miembros de la pareja; caracterizándose básicamente por una fusión o unión excesiva de la pareja. En donde el nivel de su comunicación es rígido en extremo; por la no generación de límites y reglas dentro de la relación de pareja, lo que da lugar al desarrollo de un vínculo dependiente. El establecimiento de límites, es tarea fundamental para el subsistema conyugal, que se constituye cuando 2 adultos hombre-mujer se unen con la intención expresa de constituir una familia (Preza, 2004).

Para este enfoque, la pareja está inmersa en un conjunto de reglas implícitas y explícitas, cuya función principal es la regulación de la relación, pero que muchas veces no son verbalizadas, menos consensadas, lo que facilita la confusión y el aumento de conflictos en las diferentes áreas de la vida de pareja (Preza, 2004).

2.3. Enfoque Humanista

Para la mayoría de los individuos el logro de la intimidad con una persona del otro sexo es una meta principal en la vida. Indica en alguna forma, madurez y adultez, así como realización y logro personal. Es un hecho que las relaciones íntimas varían considerablemente de cultura a cultura y dentro de las culturas.

Las metas del enfoque humanista son el crecimiento de cada uno de los miembros. Este aspecto le ha sido criticado. Sin embargo, es muy importante ser persona para poder responder como tal. Es necesario un yo y un tú para poder hacer la relación en el nosotros.

Rogers (1981, cit. en Rage, 1996), dice que en un proceso de pareja uno de los factores más importantes para un verdadero desarrollo es que cada uno de los cónyuges progrese en su propio ser, ya que esto reditúa en beneficio y enriquecimiento de la pareja. Es casi como decir que mientras más separados están, mayor es la posibilidad de una unión sólida. En otras palabras, si llevan a la relación inmadurez, dependencia, infantilismo... las posibilidades de hacer una relación de pareja sanas son mínimas; en cambio, aumentarán las probabilidades de vivir una relación neurótica.

Rollo May (1990, cit. en Rage, 1996) al hablar del amor sostiene que se da una yuxtaposición del amor y la voluntad. Para él, amor y voluntad son independientes y se relacionan entre sí. De esta manera, el autor dice que la voluntad sin amor se transforma en manipulación; y el amor sin voluntad se convierte en el hecho experimental y sentimental. Ahora bien, cuando habla de dilema humano, dice que éste emerge de la capacidad del hombre para vivirse a la vez como sujeto y objeto. May (1990) comenta la importancia que tiene conjugar ambas posiciones, pero no simultáneamente, sino como un proceso que oscila entre ambas. Es a través de esta relación dialéctica, de experimentarse a así mismo

como sujeto y objeto, lo que constituye la conciencia. Este proceso de oscilación es lo que da la potencialidad de elegir entre uno y otro; pero con la posibilidad de acentuar uno u otro aspecto, de acuerdo con las circunstancias. Ambas vivencias son necesarias para la vida del hombre, en especial para la relación de pareja.

Frankl (1988, cit. en Rage, 1996), expresa que la salvación del hombre será por medio del amor y en el amor. Esto quiere decir que el amor es la última y más elevada aspiración del hombre. Incluye todo lo que somos, porque el amor es parte de lo humano. La gran importancia del amor es que se relaciona con todas las dimensiones de la persona. Las diversas vivencias, como el gozo y la frustración, la entrega y el desaliento, el coraje y la ternura nos hablan de aspectos de amor. No puede haber un ideal de vida significativos si no tiene relación con la capacidad de amar.

La comunidad íntima de una persona con otra persona es el área en que los valores experienciales son especialmente realizables. El amor hace que comprendamos a la otra persona en toda su esencia, como el ser único y distinto que es. En la otra persona vemos al tú, tal y como es incorporado al yo. Como un ser humano, la persona amada se hace indispensable e irremplazable aunque no haya ninguna razón lógica para ello. Para Frankl (1988), el ser humano es único e irreplicable, libre y responsable. Por tanto, no se le puede considerar como una entidad estática, sino que está en un continuo devenir, en pleno desarrollo de sus potencialidades, participando en el mundo e las cosas y acontecimientos y estableciendo encuentros y diálogos con otras personas. Aquí se habla de lo único y lo común, de ser responsable de su existencia, pero de participar en la problemática social de su mundo, de crecer, pero al mismo tiempo tener relaciones auténticas con otras personas. A través del dialogo la persona puede desarrollar ciertas cualidades humanas.

La vida de la pareja va en esta línea: nadie da lo que no tiene. La persona tiene que ser persona para poder compartir plenamente con el otro. La relación es un proceso. Cada día y en cada momento se van realizando sus potencialidades. El individuo consciente de su autenticidad y, por tanto, no puede ser una mera copia de un patrón social, sino que es una persona significativa por ser única, singular e irremplazable.

Por otro lado, Corey (1993, cit. en Rage, 1996) habla de las barreras del amor para evitar amar y ser amado. Nadie da lo que no tiene. La falta de confianza en si mismo y de autoestima constituyen una de las grandes barreras. Si la persona emite el mensaje de que no merece ser amado, se crea una profecía en la que el temor se hace realidad. Esto debe deberse a que en cierta etapa de la vida, básicamente en la niñez, la persona se hace la idea de que no puede ser amada a menos que haga ciertas cosas que se esperan de ella.

Ahora bien, por otra parte se dice que existe un amor real y autentico, en el que se muestra una sana preocupación por el propio crecimiento y el de la otra persona, cuyos elementos más importantes son:

- Conocimiento y bienestar del otro.
- Responsabilidad y respeto por la dignidad de la persona amada.
- Crear, confiar, compartir y experimentar un verdadero compromiso con la persona amada.
- Dar libremente, sin demanda. Significa que se vive una actitud expansiva, en el sentido de permitir al otro a buscar otras relaciones sanas. En otras palabras, esto representa querer a la persona y no necesitarla para ser alguien.

Existe un amor inauténtico, es el que, desafortunadamente, el individuo se degrada a sí mismo y a la otra parte. Los signos más sobresalientes son:

- La necesidad de controlar al otro.
- Decirle cómo debe ser para que pueda amarlo; esto es, condicionar el amor con amenazas.
- No permitir que la persona cambie, por temor a no saber cómo controlarlo. Tratar al ser amado como una posesión. Desconfiar de la otra persona y no permitirle que confíe en él. Tener expectativas irreales. Más aún, pedirle que realice cosas que él mismo no hace.
- Esperar que la otra persona llene su vacío y soledad, sin hacer nada por llenarlo él mismo.

- Rehusar compromisos para sentirse libre; pero mantener a la otra persona en la incertidumbre acerca de sus intenciones.
- No compartir pensamientos y sentimientos con la otra persona; pero esperar a que ella sea como un libro abierto, mientras él permanece cerrado.

Rage, (1996) menciona que el enfoque del matrimonio actual es, primordialmente, una compañía. Las parejas aún prometen amarse y respetarse uno al otro. Los individuos que contraen matrimonio lo hacen con ciertas expectativas de fidelidad, seguridad, permanencia y de los roles prescritos tanto para el marido como para la esposa. La motivación esta enfocada más hacia las personalidades particulares que por presiones sociales y económicas. Las generaciones jóvenes no se casan para satisfacer necesidades sexuales, económicas o sociales como antes, sino para alcanzar satisfacciones psicológicas. Tienen mayor importancia las necesidades de realización: compañía, apoyo emocional mutuo, vida hogareña y relaciones íntimas.

En cuanto a los roles sexuales, los hombres y las mujeres no sólo consideran al matrimonio de manera diferente en general, sino que también experimentan de forma distinta su propia relación. Esto es aplicable para muchos aspectos del matrimonio: sexualidad, toma de decisiones, poder. Con frecuencia se habla de los estereotipos sexuales y de lo que significa ser hombre y mujer. Estos estereotipos están muy arraigados dentro de nuestra cultura y es difícil cambiarlos. Sin embargo, hay un fuerte cuestionamiento de las actitudes (Rage, 1996).

Es engañoso hablar de matrimonio. Se necesita especificar si es el matrimonio del marido o el de la esposa. El primero ejerce con frecuencia una presión inadecuada entre los hombres. Los hombres se benefician enormemente de tener una esposa que se interesa por sus necesidades físicas y emocionales. Prosperan en la seguridad, la estabilidad y apoyo de vidas ordenadas, limpias, bien alimentadas y con compañía. Aun cuando son responsables por la tarea onerosa de proveer un apoyo económico de la familia, la mayor parte de los maridos son libres de buscar los trabajos o intereses que desean, de ejercer poder y autoridad sobre sus familias, esperar razonablemente ser alimentados, albergados,

atendidos, sexualmente satisfechos, alentados y complacidos por una esposa que “sabe cual es su deber” (Rage, 1996).

Muchas parejas han empezado a cuestionar los roles tradicionales de “marido-dominancia esposa-sumisión”, “marido-responsable mujer-dependiente”, “marido-instrumental y esposa-emocionalmente expresiva”. Sin embargo, aunque el matrimonio de “compañero-igual” es ampliamente aceptado en teoría, es raro en la práctica, al menos en determinados círculos (Rage, 1996).

El continuo desafío a los roles sexuales tradicionales promete reeditar en muchas formas. Para las mujeres existe la posibilidad de aumentar su autonomía, reducir su dependencia y alcanzar un desarrollo personal más amplio. Para el hombre, en cambio, se puede esperar una atenuación del peso de la responsabilidad económica total y tener la oportunidad de expresar rasgos más estimuladores e intuitivos que los aceptados dentro del estereotipo tradicional de la “masculinidad” (Rage, 1996)

Corey (1993, cit. en Rage, 1996), dice que el estereotipo del hombre americano implica frialdad, discreción, objetividad, racionalidad y fuerza. Alguien que siga el esquema tiene que suprimir los sentimientos, ya que estos parecen percibirse como femeninos. Los hombres, en ese sentido, tienen que evitar los sentimientos de dependencia, pasividad, temores. Su propio yo debe quedar oculto a los demás en lo que se refiere a vulnerabilidad, sensaciones de su propio cuerpo (como no permitirse sentir cansancio hasta quedar exhausto), cercanía con otros hombre, cualidades “femeninas”, necesidad de disfrutar del contacto físico, etcétera. El precio que paga el varón por permanecer escondido en esas áreas es, en primer lugar, perder el propio sentido de sí mismo, por preocuparse en ser como “deben” ser los hombres.

Sidney Jourard (1971, cit. en Rage, 1996), comenta que los hombres típicamente encuentran dificultades para amar y ser amados. Esconden su soledad, su ansiedad y su hambre de afectos, con lo que hacen más difícil que alguien los pueda querer como son en realidad. Otro precio que paga el hombre, es tener que estar siempre vigilante de sí mismo

para que no se descubran sus características indeseables como hombre, desde el punto de vista social-cultural.

Por otra parte, se dice que la liberación de las mujeres ha incrementado la de los hombres. Ambos deben cambiar sus actitudes y conductas para que se dé un verdadero cambio. Por estar en un proceso de definición de nuevos roles, existen con frecuencia fuertes peleas entre los sexos, en vez de aceptar que existen condicionamientos ancestrales y que se debe trabajar con paciencia y adquisición de los roles nacientes.

La alternativa de no vivir con roles rígidos y estereotipados es la posibilidad de demostrar y desarrollar las potencialidades y capacidades que se tienen, aunque estén definidas como propias del otro sexo. En otras palabras, consiste en la “andromanía”, esto es, la coexistencia de características masculinas y femeninas en la misma persona (Rage, 1996).

Rage (1997) dice que el comportamiento del hombre en la sociedad ha sido materia de investigación por distintas ciencias: historia, filosofía, literatura, antropología, sociología y la psicología, entre otras. Uno de los planteamientos más importantes de la psicología humanista es que el hombre es un ser sociable por naturaleza. Este principio se ha atacado de muchas formas a través de la historia. Se ha dicho que el ser humanista es asocial o antisocial, y que solo por necesidad vive el grupo.

Sin embargo, una de las cosas aparece como cierta: las personas pueden existir en relaciones definidas con otras personas. Éstas nacen en una sociedad, y se puede decir que son hijas de su cultura en cuanto a valores, costumbres y modos de ser. La historia de lo pasado es la historia de los hombres en su vida social, que ha dejado una fuerte huella en la sociedad y cultura en que vivimos. La tarea del psicólogo social, junto con otros especialistas, consiste en descubrir las pautas de conducta existentes en la vida social (Rage, 1997)

Respecto de la pareja, Rage señala que se puede decir que pocas experiencias en la vida del hombre inspiran sentimientos tan ambivalentes como las que acompañan al crecimiento y desarrollo de la intimidad. Se habla de angustia y alegría, de éxtasis y temor, regocijo y lagrimas. Generalmente se esta de acuerdo en la importancia de tener relaciones interpersonales sanas, pero el problema surge en comprenderlas, ya que cada persona las enfoca desde su propio yo, de acuerdo con sus percepciones, metas, sentimientos y suposiciones sobre sí mismo y su mundo. La interacción con el otro yo suele hacer muy compleja la relación, ya que no hay dos personas iguales. Las relaciones pueden ser satisfactorias, generadoras de desarrollo y plenas, o al contrario, pueden ser frustrantes, decepcionantes e inmensamente destructivas.

A pesar de las dificultades que esto implica, es evidente que la búsqueda de relaciones íntimas en la vida de las personas de nuestra cultura es la que mas se procura, sueña, canta, bromea y aborrece. Para la mayoría de las personas aparece como un camino de “autorrealización”. Las relaciones íntimas varían de cultura a cultura y dentro de las culturas de una manera constante (Rage, 1997).

2.4. Enfoque psicoanalítico.

El clínico de la pareja se enfrenta permanentemente con una obligación a su práctica. El primer descubrimiento, casi siempre confirmado después, revela que los conflictos que observa conserva la huella que con frecuencia tiene su origen en los compromisos inconscientes que condujeron a las dos personas a preferirse, a ligarse de manera mas o menos estrecha, en el momento de su mutua elección.

La observación corriente, confirmada hoy por los sociólogos, se opone en este caso a la conciencia común de los interesados y a los prejuicios habituales. Preguntarle a una pareja, al margen de una fase critica qué los ha reunido, solo aporta un discurso explicito de una gran pobreza. Como si fuera objeto de una común censura, la respuesta solo menciona habitualmente la descripción de un marco de circunstancias espacio-temporales, con alusión, en los más razonadores, a una referencia más o menos mágica al fatalismo del “azar”. El respeto a este culto inconfesado tiene por principal efecto encubrir al

desconocimiento de los efectos inconscientes que han “atraído” tan profundamente el uno hacia el otro a los dos sujetos, en general de un modo tan pasional como ambivalente (Lemaire, 1986).

Aunque esta pregunta directa es inútil, salvo para comprender la mitología propia de cada integrante de la pareja y su actitud actual con referencia a su elección inicial, hay sin embargo, otros entendimientos posibles. Al que sabe entender, el discurso global espontáneo de la pareja le permite entender mucho, tanto en sus aspectos negativos (olvidos, silencios, lapsos) como en sus aspectos positivos (asociaciones de ideas espontáneas, referencias latentes, cuestionamiento de un detalle circunstancial, etcétera). Un oído analítico captará aquí la expectativa implícita de cada Sujeto en el momento de su elección, y contra qué se protegía sin saberlo al “preferir” espontáneamente al compañero elegido, antes de toda reflexión consciente y de todo esfuerzo racional (Lemaire, 1986).

La elección primera y espontánea, menciona Lemaire (1986), pone en evidencia lo intrincado de las defensas de cada uno y su colusión para colmar las carencias propias de todo mortal en su infinita variedad. Cualquiera que haya sido la evolución posterior de cada uno, a veces considerable, en su maduración personal, y de la pareja en su organización diádica, esta primera estructuración, aun si resulta después mal adaptada, se apoya en las fuerzas profundas inconscientes que, para el clínico, se traduce en la existencia de necesidades, de tendencias, de presiones, de expectativas de toda la vida. Estas fuerzas inconscientes se ejercen de modo muy diferente en el interior o en lo externo de la pareja. Aunque mas tarde esas fuerzas no encuentren ya en la relación mutua las satisfacciones que trataron de encontrar en el origen, testimonian sin embargo procesos personales y de pareja que evolucionan, pero que se mantienen a lo largo de toda la existencia.

Los sociólogos ya se han interesado por los determinantes sociales, Alain Girard (1974, cit. en Lemaire, 1986) menciona que “la distribución cambiante de la población y el crecimiento de las aglomeraciones urbanas, la movilidad geográfica acrecentada, las ocasiones más frecuentes de la aproximación entre los jóvenes de uno y otro sexo, y su mayor libertad de relaciones, no hace que los jóvenes puedan elegir al azar a su cónyuge.

En realidad, las posibilidades de elección están estrechamente limitadas. Aunque los casamientos ya no son arreglados, siguen sufriendo toda clase de presiones exteriores. Hay un alto grado persistente de homogamia social y cultural entre los cónyuges. La extensión del campo de los elegibles se sitúa para cada uno en el espacio muy restringido donde ha crecido y se desenvuelve. Pero lo que importa señalar es la red de determinaciones sociales que envuelve por todas partes a los jóvenes y a las jóvenes en el momento de su adolescencia cuando tratan más o menos activamente de pasar de un nivel social a otro, y cuando hay que entrar a la vida adulta tanto por el casamiento como por el ejercicio de una profesión”.

Es indudable que el individuo no llega a la edad adulta si está nítidamente diferenciado por su educación, por el contexto sociocultural en el que ha pasado su infancia, por las condiciones económicas y geográficas. Todas estas determinantes entrecruzadas introducen muchos elementos que van a orientar sus elecciones fundamentales, especialmente la de compañero principal. Se tiene entonces la impresión de que es el grupo familiar de origen el que orienta esta elección. No es que el casamiento se decida de manera autoritaria, por supuesto, pero hay presiones más sutiles que si siguen desempeñando un papel (Lemaire, 1986).

Sin embargo, las presiones no provienen solamente del grupo familiar y menos todavía de los padres, sino del medio en general. La elección homogamia se refiere al medio social de origen. Estas presiones raramente se ejercen de manera consciente por los representantes del medio. En el plano psicológico, parece que el joven siente como de su interés propio, más que como obligación el comportarse conforme a las imposiciones de su medio, aun si ese comportamiento es contrario a sus proyectos, a sus sentimientos, a sus intereses económicos y materiales (Lemaire, 1986).

Finalmente, un último matiz importante es el de que hay una evolución que se produce en relación con el aumento de la movilidad social, evolución que, menos lenta, pero frenada por las presiones sociales y familiares, conduce a una mayor posibilidad de elección, a una menor dificultad de acceso a otros medios. La movilidad creciente tiende a

aliviar las coerciones, y las elecciones pueden ser más individualizadas en la medida en que estas coerciones sean menos poderosas. Pero aunque los casamientos no están ya arreglados en la sociedad contemporánea, siguen sufriendo toda clase de presiones exteriores (Lemaire, 1986).

Por otra parte, como lo señala Roussel (1975) se hacen diferencias; la discordancia entre el comportamiento observado y la opinión expresada, al menos por las generaciones jóvenes, sugiere una cierta tensión entre los valores culturales, mas bien favorables a la heterogamia, y los criterios efectivos de elección de cónyuge, que da preferencia a la homogamia. Antes que nada se refieren principalmente al aspecto institucional del problema y a la relación entre el lazo amoroso y la organización social. Los estudios sociológicos y estadísticos versan, y podrán versar, únicamente sobre el matrimonio en general, objeto de la precisa definición jurídica posible, mientras que al clínico lo consulta tal o cual pareja muy particular, casada o no, que cohabitan o no.

Los vínculos que existen entre el casamiento, la familia, la sociedad presente, sobre las presiones mutuas que ejercen estas instituciones entre si, y por consiguiente sobretudo el aspecto sociológico de este vasto problema. Se aclara poco sobre la dinámica propia del vínculo ambivalente que liga en el inconsciente a tal o cual componente de la pareja, cualesquiera que sean las circunstancias geográficas, temporales o sociales en las que se encontraron por primera vez (Lemaire, 1986).

Los matrimonios de que tratan la mayoría de los estudios estadísticos de los sociólogos, figuran alianzas racionales, matrimonios de “conveniencias”, “asociaciones de interés”, “células de procreación”, etcétera, que no corresponden en el plano psicológico y subjetivo a lo que caracteriza a las parejas (Lemaire, 1986).

Los estudios psicoanalíticos dedicados a la vida amorosa no son muy numerosos, y menos aun los que encaran la relación amorosa de la pareja, puesto que es una relación entre dos seres, ligados además a otros, tanto en el pasado como en el futuro de modo que es difícil definir allí un Sujeto y un Objeto. Al descubrir que el conjunto de las pulsiones

sexuales no se reducían a la genital adulta, sino que se expresaba desde la primera infancia en formas variadas, Freud puso el acento en la evolución progresiva y aleatoria de la sexualidad en la historia del Sujeto. Las huellas de esta evolución, perceptibles en todos los adultos, desempeñan un papel dinámico fundamental en los diferentes procesos de la vida amorosa, tanto en sus formas sentimentales como genitales, y especialmente a propósito de la elección de objeto. Es sabido que Freud se refirió sucesivamente al Objeto como Objeto de la pulsión, luego como Objeto del amor o del odio. Con respecto a cada una de las diferentes pulsiones parciales, el Objeto es, primero, “aquello donde o por lo cual la pulsión puede alcanzar su finalidad”, el medio de obtener la satisfacción; pero es el elemento más variable de la pulsión, y su carácter contingente debe subrayarse constantemente. Sin embargo, su elección no es cualquiera, indiferente, sino por el contrario, sumamente tributaria de la historia del sujeto. Pero para el entendimiento de la elección de pareja, es fundamental el concepto de apuntalamiento de las pulsiones sexuales sobre las pulsiones de autoconservación (Lemaire, 1986).

La elaboración progresiva de la teoría psicoanalítica condujo a Freud a oponer el Objeto parcial –ligado a la pulsión parcial de carácter pregenital- al Objeto total relacionado con la integración progresiva de las diferentes pulsiones, bajo la primacía relevante de lo genital. Se sabe que la problemática de la elección de objeto total por la persona total, fue esquematizada por Freud mismo, desde 1905, en sus “Tres ensayos”, donde subrayó la elección por apuntalamiento. Según este tipo de elección, se ama a la mujer que se alimenta o al hombre que protege, y a las líneas de personas sustitutivas que descienden de ellos. A este primer tipo de elección por apuntalamiento Freud opuso un poco más tarde, en 1915, en la “Introducción al narcisismo”, la “elección de Objeto narcisista” basado en la relación de Sujeto consigo mismo. Según este tipo, se ama: “a) a lo que es sí mismo, b) a lo que ha sido, c) a lo que se querría que fuese, d) a la persona que fue una parte de la propia persona”. A lo que Freud agrega “la cualidad que se querría tener”. Se trata entonces de una imagen, y en particular de la imagen de lo que se querría ser o del ideal del Yo. Así, la dimensión imaginaria aparece como fundamental en la organización de la elección amorosa y subraya su lazo con la historia propia del Sujeto, con sus diversos cambios (Lemaire, 1986).

2.5. Enfoque intergeneracional.

Para este enfoque es muy importante la influencia que tiene la familia de origen sobre la persona para la elección de pareja. La elección de pareja es un proceso que se ve afectado por un sin fin número de factores entre los que encontramos a la familia. En la familia se dan una serie de procesos psicológicos que forman al ser humano. Los cuales provienen dentro de una familia que ya tiene un lenguaje, una religión, un conjunto de estilos para afrontar las diversas situaciones que plantea la vida.

Entre las relaciones intergeneracionales, es importante la forma como se relacionan los padres con los hijos de acuerdo con la edad en que éstos son procreados. En este sentido, Heuvel (1988, citado en Vargas e Ibáñez, 2006) hace un estudio en el que plantea que hipotéticamente cuando los padres son mayores al tener un hijo, comparados con quienes tiene menor edad, cuentan con ventajas debido a que se encuentran en una posición económica más estable, así como en su madurez personal. Las tasas de conducta maternal positiva se incrementan y las negativas tienden a disminuir conforme a la edad de la madre es mayor. Las principales preguntas que se formula Heuvel son las siguientes:

- a) Cuanto mayor sea la madre en el primer nacimiento, más fuerte será la percepción del vínculo afectivo con el niño, debido a que hay más seguridad económica, mayor probabilidad de que se haya planeado el nacimiento y más grande la madurez y confianza de las madres que posponen su primer alumbramiento.
- b) La unión entre la edad parental y el afecto, también se aplica a los padres por muchas de las mismas razones que en el punto anterior. Una razón adicional puede ser que los padres primerizos con mayor edad se encuentren más avanzados en su carrera, por lo cual tengan más tiempo para ocuparse de su hijo.

La transmisión de estilos familiares puede ser analizada a través de las dinámicas que se presentan dentro de este núcleo como lo son, la relación entre hermanos, la convivencia entre padres e hijos, y la elección de pareja. Vargas e Ibáñez (2006) proponen un análisis en donde puede observarse la transmisión intergeneracional en la dinámica de elección de pareja y señalan que: en la familia todos los miembros cubren algunas

necesidades emocionales de los demás. Cada uno de los miembros de la familia tiene sus propias necesidades emocionales. La principal necesidad emocional del ser humano es la relación que establece con los demás, porque en los demás se refleja a sí mismo y tiene la necesidad de ello. Esto influye directamente a la hora de elegir compañero pues se buscará a aquella persona que cubra nuestras necesidades emocionales que en un inicio son cubiertas por los padres.

Los conflictos intrapsíquicos provenientes de la familia de origen se repiten, se reviven, se crean defensas contra ellos o se superan en la relación con el cónyuge, los hijos o cualquier otro ser íntimo. Éstos conflictos no se van dando en forma lineal, sino que se van transformando y cambiando con el tiempo (Vargas e Ibáñez, 2006). Esto influye en la elección de pareja pues tendemos a buscar a aquella persona que tenga semejanzas con el padre en el caso de la mujer o con la madre en el caso del hombre, o por el contrario buscamos a aquellas personas que sean completamente diferentes a nuestros padres pues no queremos repetir el mismo patrón de ellos.

La principal necesidad humana que sirve como motivación es la relación humana satisfactoria. Cubrir esta necesidad es una de las tareas primordiales de los seres humanos dentro de su desarrollo psicológico y social. Se busca cubrir esta necesidad a través de todas las relaciones significativas que se establecen, incluyendo la relación de pareja; dentro de esta relación intentamos dar una imagen positiva que nos cree un aura de seres positivos y seguros de sí mismos, por lo que buscamos que la persona nos haga sentir bien tanto física como emocionalmente (Aguilar y López, 2004).

El establecimiento del vínculo con los demás y el tipo de vínculo determinan en gran medida las relaciones que establece el ser humano con los demás y en especial con su pareja. El ser humano, como ser social, vive en relación con los demás y esta relación y la forma en que se da, influye en la forma en cómo se establecen las relaciones con la familia. La forma en que estableció su vínculo con los padres y las personas significativas, determina en gran medida la forma en cómo establecerá su relación con su pareja y posteriormente con sus hijos. Esta determinación estará matizada por otro tipo de variables,

como los compañeros, la escuela, los profesores, etcétera. Pero definitivamente esta variable es muy importante (Aguilar y López, 2004).

Se efectúan intentos inconscientes para modificar las relaciones íntimas a fin de obligarlas a amoldarse a los modelos de rol internos, problema central de las dificultades conyugales. Por esto las personas no alcanzan a explicarse por qué de sus fracasos por establecer un vínculo emocional productivo y emocionalmente satisfactorio, como ocurre con las personas con problemas emocionales graves. Pero tampoco esto es claro con las personas que permanecen relativamente sanas. La vida de la mayoría de las personas transcurre de una forma más o menos automática e inconsciente. No se detienen a reflexionar si determinada acción o emoción está de acuerdo a lo que está ocurriendo, sino que se dan en forma espontánea, a partir de un aprendizaje previo que se da generalmente en la infancia. Solamente cuando estas reacciones son demasiado problemáticas o son identificadas como problemáticas por la familia o la sociedad en que se desarrollan, es cuando se hace consciente de estas emociones y se propone un cambio. Pero en general las personas tienden a acomodar su visión de las cosas de tal forma que piensen que todo está bien. Piensan que su relación con su pareja carece de conflictos, que simplemente aman a sus hijos y que esto es suficiente para que las cosas vayan bien (Surra, 1990). Se tiende a negar las emociones desagradables o a verlas como normales sin darles su debida dimensión. Esto es un mecanismo de defensa que le permite al sujeto desarrollarse en su medio sin estarse conflictuando continuamente. Este concepto es importante dentro de la transmisión intergeneracional, porque implica que la mayor parte de la misma se da en forma inconsciente (Aguilar y López, 2004).

Por lo general las personas no eligen la pareja que quieren, sino que reciben la pareja que necesitan. La selección de pareja se da, buscando cubrir de la mejor manera sus necesidades emocionales a partir de las vivencias tenidas en la familia de origen. Se “escoge” una pareja que, según espera, le permitirá al individuo eliminar, reproducir, controlar, superar, revivir o cicatrizar, dentro de un marco diádico, lo que no pudo saldarse internamente (Aguilar y López, 2004).

La transmisión intergeneracional se sigue dando, porque estas relaciones que establecen con sus hijos afectan a los mismos, los cuales toman estos elementos para su posterior reproducción con su sello personal. De acuerdo con la crianza que se haya tenido durante la infancia, se crece con ciertas necesidades emocionales y de acuerdo a estas necesidades, se busca a la pareja que mejor las cubre. Se selecciona del ambiente que rodea a la persona a la pareja que puede cubrir estas necesidades y se busca establecer una relación con ella. Cuando ambos miembros de la pareja tienen la sensación de que el otro cubrirá estas necesidades, generalmente deciden casarse o se enamoran perdidamente. Los seres humanos no nos enamoramos de alguien que no cubra estas necesidades. Cuando alguien no tiene las características que se esperan, no surge lo que la gente comúnmente llama “química”. Es decir, que esta persona no provoca ninguna emoción a pesar de que tal vez cubre las expectativas sociales de belleza o de nivel social (Aguilar y López, 2004).

El enfoque intergeneracional toma en cuenta la complementariedad entre sus miembros, las necesidades (emocionales, biológicas, afectivas, etcétera) de cada uno de ellos, (emocionales o físicas) y sus demandas. Además, el concepto de diferenciación toma importancia dentro del mismo ya que a medida que el ser humano aprenda a diferenciarse de su familia de origen podrá no solo ser un individuo más autónomo sino podrá demandar de su medio y de su compañero lo que necesita para mantener una relación de pareja (Aguilar y López, 2004).

Como se puede apreciar, se le da mayor peso a esta teoría, pues es un tema muy importante para esta investigación ya que de esta manera podremos definir la relación que existe entre la selección de pareja y el enfoque intergeneracional con la teoría de los sistemas familiares de Bowen, por esta razón a continuación se explicará a que se refiere esta teoría.

Capítulo 3. TEORIA DE BOWEN

El tema central de la teoría de los sistemas de Bowen gira alrededor del modo en que todos tenemos un Yo apenas diferenciado, o estamos “indiferenciados”, o tenemos un apego emocional no resuelto en nuestra familia de origen. Estos términos descriptivos se refieren todos al mismo fenómeno. El objetivo más importante de la terapia de los sistemas familiares es ayudar a los miembros de la familia a mejorar el nivel de diferenciación del sí mismo. Esta teoría es el resultado de investigaciones enfocadas en todo el núcleo familiar; sus conceptos teóricos definen la gama de modalidades con que los miembros de una familia están “fusionados” unos con otros y la fusión sigue actuando en el trasfondo, por más que puedan negarlas sosteniendo que están separados entre sí (Bowen, 1998).

3.1. La definición del Yo en la familia de origen

El concepto más importante de la Teoría de los Sistemas Familiares de Bowen es de la diferenciación del Yo, que se relaciona con el grado en que una persona se va diferenciando emocionalmente del padre. Bowen (1998) explica en un sentido amplio, que el niño se separa físicamente de la madre en el momento del nacimiento, pero el proceso de separación emocional es lento, complicado y por añadidura incompleto. Inicialmente, esto depende mucho de factores innatos en la madre y de su capacidad de permitirle al hijo crecer alejándose de ella, más que de factores innatos en el hijo. En el trasfondo existen muchos otros factores, incluyendo el grado en que la madre ha sido capaz de diferenciarse de sus propios padres, la naturaleza de la relación con el marido, con los padres y con otras personas significativas y por último el estrés en la realidad y su capacidad de soportar la tensión. El grado en que el chico se compromete con el padre depende mucho de la relación entre el padre y la madre. Si al chico se le aleja físicamente de la madre, se apega emocionalmente a una persona sustituta que se ocupa de él. Todos estos conceptos han sido descritos por la literatura. Se ha elegido el término diferenciación del Yo por ser descriptivo de este proceso a largo plazo en el que el hijo se desvincula lentamente de la fusión inicial y se mueve hacia su propia autonomía emocional.

A menudo se identifica la diferenciación con la distancia física, con la separación forzosa, con la diversidad de opiniones, con un proceso fácilmente adquirible a través de la

introspección. Resulta difícil comprender que, cuantitativamente, la medida en que el Yo se diferencia es fija y en general se alcanza muy poco en la infancia, sobre la base del grado de diferenciación de los padres y del clima emocional predominante en la familia de origen. El grado de diferenciación determina el estilo de vida de una persona y en este punto el cambio es difícil. El nivel de diferenciación se repite en el matrimonio, tras el cual, el Yo está ligado emocionalmente a los padres de la generación pasada, al cónyuge en la presente y a los hijos en la futura. Cambiar el grado de diferenciación es difícil, a menos que también en los demás se produzcan cambios. Se pueden determinar desplazamientos en los niveles funcionales del Yo, que es muy fácil tomar equívocamente por desplazamientos en el nivel de la base del Yo (Bowen, 1998).

3.2. La Escala de Diferenciación de Yo

La Escala de Diferenciación de Yo es uno de los conceptos más importantes de esta teoría. Ésta sugiere, en un nivel muy elemental, que las personas difieren todas entre sí y que es posible clasificarlas tomando como base estas diferencias. En el extremo inferior de la escala se colocan las personas con los niveles mínimos de diferenciación o máximos de indiferenciación. El extremo superior está reservado a un nivel teórico de total diferenciación. En cada nivel de la escala, las personas tienen estilos diferentes que se pueden especificar 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, encuentran muchas dificultades para adecuarse a las exigencias de la vida y manifiesta una alta incidencia de patologías y problemas. Las personas de la zona superior son las adaptables al estrés, tienen menos problemas y los afrontan mejor. Puede desorientar el hecho de que las personas no se distribuyen de manera uniforme a lo largo de esta escala, impidiendo así obtener diariamente valoraciones uniformes del nivel de funcionamiento. La gente, en el campo emocional reacciona ante la presencia de otras personas y es por eso que 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. Otros de los conceptos más importantes de esta teoría es el de los triángulos;

se refiere a las modalidades predecibles en las que las personas se relacionan unas con otras en un campo emocional. Los movimientos de los triángulos pueden ser tan impredecibles que a duras penas es posible observarlos en situaciones emocionales tranquilas, en tanto que aumentan su frecuencia y su intensidad en presencia de ansiedad y tensión. Las personas menos diferenciadas son movidas como peones por las tensiones emocionales mientras que las mejor diferenciadas son menos vulnerables frente a los estados de tensión (Bowen, 1998).

Menciona Bowen (1998) que la escala de diferenciación del Yo es un intento de conceptualizar todo el modo del funcionamiento de la humanidad de un mismo *continuum*. En esta teoría no existe un concepto de “normalidad”. Mientras que ha sido relativamente fácil definir los criterios de medición de la “normalidad” en cada área de funcionamiento físico del hombre, las tentativas de establecer qué es lo normal en el funcionamiento emocional han sido sumamente vagas. La medida que sirve de base para este sistema teórico o para este perfil detallado de la “diferenciación total del Yo”, equivale a una madurez emocional completa, es el valor 100 en una escala que va de 0 a 100. El nivel más bajo del “no Yo” o el grado más alto de “no diferenciación” se encuentra en el otro extremo de la escala. Mencionaremos ahora, de manera más amplia y general, las características de las personas que se pueden colocar en los distintos niveles de la escala.

En la parte más baja, que va de 0 a 25, se sitúan las personas con un nivel profundo de “fusión del Yo” y escasa “diferenciación del Yo”. A menos que sean tan desafortunadas que hayan perdido del todo la capacidad de “sentir” viven en un mundo de sentimientos. Son dependientes de los sentimientos que los demás experimentan con respecto a ellas. Es tanta la energía que despliegan para mantener el sistema de relaciones a su alrededor (amar y ser amadas), o para reaccionar frente a la sensación de haber fracasado en su modo de recibir amor, o para intentar mejorar, que no les queda ninguna energía para los demás. No son capaces de diferenciar es sistema “afectivo” del “intelectivo”. Las dediciones más importantes de la vida las toman basándose únicamente en lo que “sienten” que es justo o, simplemente, tratando de estar mejor. En sus relaciones con los demás son incapaces de usar un “yo” diferenciado (yo soy - yo creo – yo haré – yo no haré). Su uso del término

“yo” se limita a un narcisista: Quiero –me han herido- exijo mis derechos. Crecen como apéndices dependientes de la masa del yo familiar y en el curso de sus vidas buscan otros vínculos de dependencia que les den en préstamo la fuerza suficiente para funcionar. Algunas de ellas son capaces de mantener un sistema de vínculos dependientes que les permita funcionar sin síntomas durante toda la vida. Esto último pueden hacerlo quienes se encuentran en la parte más alta de este grupo. A un “no Yo” que pueda complacer al superior se lo considera a menudo un mejor empleado que al que posee un “Yo”. (Bowen, 1998)

Para Bowen (1998), este grupo de personas es poco adaptable y cae con facilidad en desequilibrios emocionales. La disfunción puede ser prolongada permanentemente. El grupo incluye a los que adaptan a duras penas y a los que han fracasado en sus esfuerzos. En el extremo más bajo de la escala están los que no pueden vivir fuera de los muros de protección de la institución. Ahí están los “cuerpos muertos” de la sociedad, los que pertenecen al grupo socioeconómico más bajo y también los que, pese a formar parte de grupos socioeconómicos más altos, viven una intensa fusión del yo.

En el segundo cuarto de la escala (de 25 a 50) se encuentran los que tiene una fusión del yo menos intensa y un Yo poco definido, o la capacidad potencial de diferenciar su Yo. Solo se puede hacer afirmación en términos generales porque la persona que está en un nivel 30 posee muchas características en común con las que se ocupan un lugar más bajo de la escala, mientras que las que se encuentran entre 40 y 50 tienen más características en común con las que ocupan un puesto más alto. Esta escala permite describir a las personas “sensitivas”. Del nivel 50 para abajo el mundo sensitivo se hace más intenso, salvo para aquellos que están en el nivel más bajo de la escala, demasiado infelices para sentir. Una excesiva energía vital se emplea en “amar” o en recibir amor o aprobación. Es poca la que resta para actividades autodeterminadas que apunten al logro de objetivos precisos. Las dediciones importantes de la vida se basan en lo que sienten como justo. El éxito en los negocios o el reconocimiento profesional dependen más del consenso de los superiores y del sistema de relación que del valor intrínseco del trabajo (Bowen, 1998).

Las personas que pertenecen a este grupo tienen algún conocimiento de opiniones y creencias provenientes del sistema intelectual, pero su Yo embrional está, por lo general, tan fusionado con la sensibilidad, que se expresa en forma de un autoritarismo dogmático, de una complacencia de discípulo, o de una oposición rebelde. En el nivel inferior de este grupo se encuentran algunos “no Yos” bastante típicos. Son personalidades cambiantes que al carecer de opiniones y convicciones propias se adaptan con facilidad a la ideología predominante. Habitualmente, se adapta al sistema más complementario de su sistema emocional. Para no perturbar el sistema emocional se valen de la autoridad exterior para sostener su posición en la vida. Pueden escudarse en los valores culturales, la religión, la filosofía, la ley, los reglamentos, la ciencia, el médico y otras fuentes. En lugar de servirse del “yo creo” de las personas diferenciadas, pueden decir: “La ciencia demuestra...” y es factible utilizar la ciencia, la religión o la filosofía sacándolas de su contexto para “demostrar” cualquier cosa. Es errado equiparar este sector de la escala a las categorías clínicas, pero las personas pertenecientes al segmento más bajo de este sector, cuando están en sector, desarrollan temporalmente estados psicóticos, problemas delictivos y otros síntomas de igual intensidad. Los que se encuentran en la parte superior de este sector desarrollan problemas neuróticos. La mayor diferencia entre este sector y el más bajo consiste en que estas personas tienen la capacidad de diferenciar su Yo. (Bowen, 1998)

Las personas situadas entre los niveles 50 y 75 de la escala alcanzan un mayor grado de diferenciación y un nivel mucho más bajo de fusión del yo. Quienes pertenecen a este sector tienen, por consiguiente, opiniones bastante bien definidas con respecto a temas fundamentales, pero la presión para inclinarse al conformismo es grande y cuando están sometidas a tensión pueden llegar a un acuerdo de principio y tomar decisiones emocionales, antes que arriesgarse a desagradar a los demás por mantener sus propias convicciones. A menudo permanecen en silencio y evitan hacer afirmaciones que puedan enemistarlos con los demás y amenazar su equilibrio emocional. Las personas de este grupo tienen más energía para las acciones que persiguen un objetivo y menos energía para conservar en equilibrio el sistema emocional. Sometidas a tensión pueden desarrollar síntomas emocionales o físicos más bien graves, pero los síntomas son intermitentes y se solucionan con más rapidez (Bowen, 1998)

Finalmente, Bowen (1998) menciona que las personas del último cuarto de la escala (de 75 a 100) son aquellas que nunca tuvo ocasión de ver en su experiencia clínica, y que raramente se encuentran entre las relaciones sociales o profesionales. Si se toma la escala en su totalidad es imposible encontrar todas las características que asignó al nivel 100. Considera como ejemplares de este grupo a todas las personas incluidas en la franja 85-95, que poseen la mayor parte de las características de una persona “diferenciada”. Siguen sus principios y logran los objetivos fijados por ellos; tiene muchas cualidades “orientadas al Yo”. Desde la infancia se han ido diferenciando de sus padres en el proceso de desarrollo. Están siempre seguras de sus opiniones y convicciones, pero nunca son dogmáticas si rígidas en su modo de pensar. Saben escuchar y apreciar los puntos de vista de los demás y liberarse de viejas creencias para abrazar otras nuevas. Emocionalmente, tienen bastante seguridad para funcionar sin dejarse influir ni por las alabanzas ni por las críticas que se les hacen. Son capaces de respetar al Yo y la identidad de los demás sin llegar a ser críticas y sin comprometerse emocionalmente para tratar de modificar el modo en que viven los otros. Asumen una total responsabilidad de sí mismas y de sus acciones frente a la familia y la sociedad. Son verdaderamente conscientes de su diferencia respecto de los demás. Gracias a su capacidad de mantener para sí su funcionamiento emocional, son libres de moverse en cualquier sistema de relación y empeñarse en toda la gama de relaciones intensas sin necesidad de dominar al más débil o perjudicar su funcionamiento. En este tipo de relación el otro no se siente “usado”. Se casan con personas con igual nivel de diferenciación. Como cada una tiene un Yo bien definido no hay problemas ni dudas en cuanto a la propia identidad masculina o femenina. Respetan el Yo y la identidad del otro. Pueden mantener un Yo bien definido y al mismo tiempo mantener una intensa relación emocional. Son libres de dar flexibilidad a los límites del yo por el placer de compartir “los Yos” en la relación sexual o en otras experiencias emotivas, sin reservas y con la plena certidumbre de poderse desligar de este tipo de fusión emocional para seguir el camino elegido independientemente.

3.3. Los ocho conceptos de la Teoría de Bowen

Kerr (2001) quien es uno de los teóricos que ha estudiado esta teoría, menciona que la teoría de Bowen de sistemas familiares es una teoría del comportamiento humano que ve

a la familia como una unidad emocional y utiliza ideas sobre sistemas para describir las complejas interacciones dentro de la unidad. La naturaleza de la familia es que sus miembros están conectados emocionalmente de manera intensa. A menudo la gente se siente distanciada o desconectada de su familia, pero esto es más un sentimiento que un hecho. Las familias afectan de manera tan profunda los pensamientos, sentimientos y acciones de sus miembros, que a menudo parece que la gente vive bajo la misma “piel emocional”. La gente busca la atención, la aprobación y el apoyo de los demás y reaccionan a las necesidades, expectativas y trastornos de los demás. La conectividad y reactividad hacen que el funcionamiento de los miembros de la familia sea interdependiente. Un cambio en el funcionamiento de una persona es seguido de manera predecible por cambios recíprocos en el funcionamiento de otros. Las familias varían en cierta medida en el grado de interdependencia, pero siempre está presente en algún nivel.

La interdependencia emocional supuestamente evoluciona para promover la cohesión y cooperación que las familias requieren para proteger, abrigar, y alimentar a sus miembros. Sin embargo, la tensión elevada puede intensificar estos procesos que promueven la unidad y el trabajo en equipo, y esto puede traer problemas. Cuando los miembros de la familia se vuelven ansiosos, la ansiedad puede elevarse al transmitirse infecciosamente entre ellos. Al subir la ansiedad, la conectividad emocional de los miembros de la familia se torna más estresante que confortante. Eventualmente, uno o más de los miembros se sentirán abrumado, aislado, o fuera de control. Estas son las personas que se adaptan más para reducir la tensión en los demás. Es una interacción recíproca. Por ejemplo, una persona acepta demasiada responsabilidad por la angustia de los otros respecto a sus expectativas poco realistas de él o ella, o una persona cede demasiado control de su pensamiento y su toma de decisiones, con respecto a otros que ansiosamente le dicen qué hacer. La persona que se adapta más es la que “absorbe” literalmente la ansiedad del sistema y por ende es el miembro de la familia con más vulnerabilidad a problemas como depresión, alcoholismo, adulterio, o enfermedad. (Kerr, 2001)

El Dr. Murray Bowen, le dio origen a esta teoría y a sus ocho conceptos entrelazados. Él formuló la teoría usando pensamientos sobre sistemas para integrar sus

conocimientos de la especie humana como un producto de la evolución, con conocimientos de su investigación de la familia. Una suposición básica es que los sistemas emocionales están gobernados por un sistema emocional que evoluciono a lo largo de varios billones de años. Las personas tienen un “cerebro pensante”, un idioma, una psicología y una cultura complejas, pero las personas también hacen todas las cosas ordinarias que las otras formas de vida hacen. El sistema emocional afecta la mayoría de las actividades humanas, y es la fuerza principal detrás del desarrollo de los problemas clínicos. El conocer como opera el sistema emocional en nuestra familia, nuestro trabajo, y nuestros sistemas sociales, nos revelara opciones nuevas y más efectivas para resolver problemas en cada una de estas áreas (Kerr, 2001)

De esta manera Bowen formula la teoría de los sistemas basándose en ocho conceptos que se describen a continuación:

1. Triángulos
2. Diferenciación del Yo
3. Sistema Emocional de la Familia Nuclear
4. Proceso de Proyección Familiar
5. Proceso de Transmisión Multigeneracional
6. Desconexión Emocional
7. Posición entre Hermanos
8. Proceso Emocional en la Sociedad

3.3.1. Triángulos

El primer concepto que se explicara es de triángulos. Kerr (2001) menciona que un triangulo es un sistema de relación entre tres personas. Se le considera como piedra angular o la “molécula” de los sistemas emocionales más grandes porque el triangulo es el sistema de relación estable más pequeño. Un sistema de dos personas es inestable porque no tolera muchas tensión antes de involucrara a una tercera personas. Un triangulo puede contener muchas 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 se resuelve nada.

Las acciones de las personas dentro de un triángulo reflejan los esfuerzos para asegurar sus apegos emocionales con otras personas de importancia para ellos, sus reacciones de demasiada intensidad en sus apegos, y el hecho de tomar partido en los conflictos de los demás. Paradójicamente, un triángulo es más estable que un par, pero un triángulo crea un mal tercio, la cual es una suposición 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, 2001).

Los patrones en un triángulo cambian al incrementarse la tensión. En periodos de calma, dos de las personas son los “internos” y gozan de cercanía y confianza y la tercer persona es un “externo” incómodo. Los internos excluyen laboriosamente al externo, y el externo intenta acercarse a uno de ellos. Siempre hay alguien incómodo buscando el cambio dentro de un triángulo. Los internos solidifican su vínculo al elegirse el uno al otro en lugar del externo menos deseable. Cuando alguien elige a otra persona en lugar de a uno mismo, se crean sentimientos muy intensos de rechazo (Kerr, 2001)

Si se desarrolla tensión media o moderada entre los internos, el más incomodo de ellos 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 tomara medidas predecibles para restaurar su cercanía con uno de los internos. A niveles moderados de tensión, los triángulos normalmente tienen un lado en conflicto y dos lados armoniosos. El conflicto no es inherente en la relación en la cual existe, pero sí refleja el funcionamiento del triángulo en general (Kerr, 2001)

A un alto nivel de tensión, la posición del externo se convierte en el más deseable. Si se desarrolla un conflicto severo entre los internos, uno de los internos se cambia a la posición de externo al conseguir que el externo actual se pelee con el otro interno. Si el interno que está maniobrando de esta manera tiene éxito, se apoderara de la posición más

agradable al estar observando a los otros dos pelearse. Cuando la tensión y el conflicto disminuyen, el externo intentará volver a convertirse en interno (Kerr, 2001)

Los triángulos contribuyen de manera significativa al desarrollo de problemas clínicos. Por ejemplo, el hecho de ser movido de una posición de interno a la posición de externo podría traer consigo una depresión, o incluso una enfermedad física, o el hecho de que dos padres se enfoquen con intensidad en los problemas de un hijo se puede traer consigo una rebelión en el hijo (Kerr, 2001)

3.3.2. Diferenciación del yo

Otro de los conceptos es el referente a la Diferenciación del Yo, el cual es uno de los más importantes de la teoría de los sistemas familiares de Bowen, al respecto Kerr (2001) menciona que las familias y otros grupos sociales tiene un efecto tremendo en la manera de pensar, sentir y actuar de las personas, pero los individuos varían en su susceptibilidad a la manera de pensar del grupo del grupo y los grupos varían en la cantidad de presión que ejercen para lograr la conformidad del grupo. Estas diferencias entre individuos y entre grupos reflejan las diferencias en los niveles de la *diferenciación del yo* de las personas. Entre menos desarrollado esté el yo de una persona, mayor será el impacto que los otros tengan en su funcionamiento, y la persona intentara en mayor medida controlar, activa o pasivamente, el funcionamiento de los otros. Los fundamentos básicos de un yo son innatos, pero las relaciones familiares del individuo durante su infancia y adolescencia determinan primordialmente cuanto yo desarrolla. Una vez establecido, el nivel del yo raramente cambia a menos que la persona haga un esfuerzo, estructurado y a la largo plazo, para cambiarlo.

Las personas con un yo poco diferenciado dependen tanto de la aceptación y la aprobación de los demás que o ajustan rápidamente lo que piensan, dicen y hacen para complacer a los demás, o proclaman a manera de dogma cómo deben ser los demás y los presionan a que se ajusten. Los bravucones dependen de la aprobación y la aceptación tanto como los camaleones, pero los bravucones incitan a los demás a que estén de acuerdo con ellos, en lugar de estar de acuerdo ellos con los demás. El estar en desacuerdo amenaza

tanto a un bravucón como lo hace a un camaleón. Un rebelde en extremo es también una persona poco diferenciada, pero pretende ser un yo oponiéndose con frecuencia a la posición de los demás (Kerr, 2001)

Kerr (2001) también explica que una persona con un yo bien diferenciado conoce su dependencia realista de los demás, pero es capaz de permanecer con suficiente calma y lucidez de cara al conflicto, crítica y rechazo, para poder distinguir entre el pensamiento basado en una cuidadosa evaluación de los hechos, y el pensamiento nublado por la emotividad. Los principios adquiridos a conciencia ayudan a guiar la toma de decisiones sobre cuestiones familiares y sociales importantes, haciéndolo por lo menos susceptible de los sentimientos pasajeros. Lo que decide y lo que dice están de acuerdo con lo que hace. Puede actuar de manera desinteresada, pero su actuar teniendo el interés del grupo en mente es una elección bien pensada, no una reacción a las presiones de las relaciones. Al tener confianza en su razonamiento, puede apoyar las ideas de los demás sin ser un discípulo o puede rechazar las ideas de los demás sin polarizar las diferencias. Se define a sí mismo sin imponerse y maneja la presión para ceder sin ser indeciso.

Toda sociedad humana tiene a personas bien diferenciadas, personas poco diferenciadas, y muchas personas en muchos niveles entre estos dos extremos. Consecuentemente, las familias y otros grupos que conforman una sociedad difieren en su intensidad de su interdependencia emocional, dependiendo de los niveles de diferenciación de sus miembros (Kerr, 2001)

Entre más intensa sea esa interdependencia, menor será la capacidad del grupo para adaptarse a los eventos potencialmente estresantes, sin sufrir de una elevación marcada de ansiedad crónica. Todos estamos sujetos a problemas en el trabajo y en nuestra vida personal, pero la mayor vulnerabilidad de las personas y las familias menos diferenciadas, a los periodos de ansiedad crónica elevada, contribuyen a que sufran en mucho mayor medida de los problemas clínicos y de otra índole presentes en la sociedad (Kerr, 2001)

3.3.3. Sistema emocional de la familia nuclear

El tercer concepto que se explicara es el de sistema emocional de la familia nuclear, en el cual Bowen explica que este concepto describe cuatro patrones de relación básicos que gobiernan en donde se desarrollan los problemas de una familia. Las actitudes y creencias de las personas acerca de las relaciones juegan un papel en los patrones, pero las fuerzas principalmente responsables son parte del sistema emocional. Los patrones operan en configuraciones intactas, de padre soltero o madre soltera, del padrastro o madrastra, y otras configuraciones de familia nuclear.

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 la familia se enfrenta, de cómo se adapta una familia al 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 relación. En donde 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 presentarán los síntomas (Kerr, 2001)

Los cuatro patrones de relación básica son:

Conflicto Marital: Al incrementarse la tensión familiar y ponerse más ansioso los cónyuges, cada cónyuge exterioriza 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.

Disfunción de un cónyuge: Un cónyuge presiona al otro para pensar y actuar de ciertas maneras y el otro cede la presión. 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, pero si la tensión familiar se eleva más, el cónyuge subordinado 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.

Desarrollo de un impedimento en uno o más hijos: 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/ella. Entre más se enfoquen los padres en el hijo, más se enfoca el hijo en ellos. Es más reactivo que sus hermanos a las actitudes, necesidades y expectativas de los padres. El proceso socava la diferenciación del niño con respecto a la familia y lo hace vulnerable a comportarse mal o interiorizar las tensiones familiares. La ansiedad del hijo puede ser un impedimento para su desempeño en la escuela, para sus relaciones sociales, e incluso para su salud.

Distancia emocional: Este patrón está comúnmente asociado con los otros. Las personas se alejan de los demás para reducir la intensidad de la relación, pero corren el riesgo de volverse demasiado aislados.

Los patrones básicos de relación dan como resultados que las tensiones de la familia vengan a recaer en ciertas partes de la familia. Entre más ansiedad absorba una persona o una relación, menos tendrán que absorber las demás personas. Esto significa que algunos miembros de la familia mantienen su funcionamiento a expensas de otros. Las personas no se quieren hacer daño los unos a los otros, pero cuando la ansiedad dictamina el comportamiento de manera crónica, normalmente alguien sufre (Kerr, 2001)

3.3.4. Proceso de Proyección familiar

Otro de los conceptos es el proceso de proyección familiar describe la principal manera en que los padres transmiten sus problemas emocionales a un hijo. El proceso de proyección puede dañar el funcionamiento de uno o más hijos e incrementar su vulnerabilidad a síntomas clínicos. Los hijos heredan muchos tipos de problemas (así como también fortalezas) a través de las relaciones de sus padres, pero los problemas que heredan que afectan sus vidas en mayor medida, son las sensibilidades 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 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 intenso, al hijo se le desarrollan sensibilidades a las relaciones mas fuertes que a sus padres. Las sensibilidades incrementan las vulnerabilidad de la persona a síntomas, al desencadenar comportamientos que elevan la ansiedad crónica en un sistema de relación (Kerr, 2001)

El proceso de relación tiene tres pasos: 1) el padre/madre se enfoca en un hijo por miedo que hay algo mal con el hijo; 2) el padre madre interpreta el comportamiento del niño como confirmación del temor; 3) el padre/madre trata al hijo como si verdaderamente hubiera algo mal con el hijo. Estos pasos de analizar, diagnosticar y tratar, comienzan a temprana edad del niño y continúan. Los temores y percepciones del padre/madre afectan tanto el desarrollo y el comportamiento del hijo, que crece y llega personificar sus 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 (Kerr, 2001)

Los padres con frecuencia sienten que no le han dado suficiente amor, atención o apoyo a un hijo que manifiesta problemas, pero le han invertido 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 (Kerr, 2001).

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 triangulo 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 esta relacionada a la cantidad de tiempo que los padres pasan con un hijo (Kerr, 2001).

3.3.5. Proceso de Transmisión Multigeneracional

El siguiente concepto de esta teoría es el del proceso Multigeneracional, este describe la manera en que pequeñas diferencias en los niveles de diferenciación entre los padres y sus hijos y entre los miembros de un grupo de hermanos conllevan, a lo largo de muchas generaciones, a diferencias pronunciadas en la diferenciación entre los miembros de una familia multigeneracional. La información que crea estas diferencias se transmite a lo largo de las generaciones a través de relaciones. La transmisión ocurre en varios niveles interconectados desde la enseñanza y aprendizaje conscientes de la información, hasta la programación automática e inconsciente de reacciones y comportamientos emocionales. La información transmitida a través de relaciones y en forma genética interactúan para darle forma al yo de un individuo, así lo menciona Kerr, (2001)

La combinación de padres dándole forma activamente al desarrollo de sus hijos, hijos respondiendo innatamente a los estados de ánimo, actitudes, y acciones de sus padres, y el largo periodo de dependencia de de los hijos, resulta que en las personas desarrollen niveles de diferenciación del yo similares a los niveles de sus padres. Sn embargo, los patrones de relación de los sistemas emocionales de la familia nuclear con frecuencia resultan en que cuando menos un miembro de un grupo de hermanos desarrolle un poco más yo y otro miembro desarrolle un poco menos yo que los padres.

El siguiente paso en el proceso de transmisión multigeneracional es que las personas seleccionen, de manera predecible, parejas con niveles de diferenciación del yo que concuerden con los de ellos. Por tal motivo, si el nivel del yo de un hermano es más alto y el nivel de yo de otro hermano es más bajo que el de los padres, el matrimonio de un hermano esta más diferenciado y el matrimonio del otro hermano esta menos diferenciado que el matrimonio de los padres. Si cada hermano luego tiene un hijo que está más diferenciado y un hijo que esta menos diferenciado que el mismo, una línea de tres generaciones se torna progresivamente más diferenciada (el hijo más diferenciado del

hermano más diferenciado). Conforme estos procesos se repiten a lo largo de múltiples generaciones las diferencias entre las líneas familiares se vuelven más y más marcadas.

El nivel de diferenciación del yo puede afectar la supervivencia, la reproducción, la salud, los logros educativos, y el éxito de la profesión. Este impacto de la diferenciación en el funcionamiento en general en la vida explica la marcada variación que existe típicamente en las vidas de los miembros de una familia multigeneracional. Las personas altamente diferenciadas tienen familias nucleares inusualmente estables y contribuyen en gran medida a la sociedad; las personas poco diferenciadas tienen vidas personales caóticas y dependen en gran medida de los demás para que los sustenten. Una implicación clave del concepto multigeneracional es que las raíces de los problemas humanos más severos así como las raíces de los más altos niveles de adaptación humana, tiene una profundidad de varias generaciones.

El proceso de transmisión multigeneracional no solo programa los niveles del yo que la gente desarrolla, pero también programa la manera en que las personas interactúan con los demás. Ambos tipos de programación afectan la selección de un cónyuge. Por ejemplo, si una familia programa a alguien apearse intensamente a los demás y a funcional de una manera desamparada e indecisa, esa persona muy probablemente seleccionará una pareja que no solamente se apegue a él con la misma intensidad, pero que dirija a los demás y tome decisiones por ellos.

3.3.6. 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 (Kerr, 2001)

Las personas reducen las tensiones de las interacciones de la familia distanciándose extremadamente, pero arriesgan darle a sus nuevas relaciones demasiada importancia. Por ejemplo, entre más se distancie 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 (Kerr, 2001).

Todo el mundo tiene un cierto grado de apego no resuelto a su familia original, pero las personas bien diferenciadas tienen mucho más resolución que las personas menos diferenciadas. Un apego sin resolver puede tomar muchas formas. Por ejemplo: 1) una persona se siente más como un niño cuando está en casa y busca que sus padres tomen las decisiones por él que él puede tomar por sí mismo, o 2) una persona se siente culpable cuando tiene más contacto con sus padres y siente que debe resolver los conflictos y angustias de ellos, o 3) una persona se siente furiosa de que sus padres no parecen entenderlo o aprobarlo. Un apego sin resolver tiene que ver con la inmadurez tanto de los padres como del hijo adulto, pero las personas comúnmente se culpan a ellas mismas o a otros por los demás (Kerr, 2001).

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 las personas 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 está 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 contrato cómodo (Kerr, 2001).

3.3.7. Posición entre hermanos

La teoría de Bowen incorpora las investigaciones del psicólogo Walter Toman como una base para su concepto de *posición entre hermanos*. Bowen 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 estaba tan completo y tan de acuerdo con sus ideas, que lo incorporó a su teoría (Kerr, 2001).

La idea 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 esta al mando, pero su estilo de liderazgo típicamente difiere del estilo de un hijo mayor, así lo describe Kerr (2001).

Las investigaciones de Toman mostraron que la posición entre hermanos de los cónyuges afecta la probabilidad de que se divorcien. Por ejemplo, si un hermano mayor de una hermana menor se casa con una hermana menor de un hermano mayor, existe menos probabilidad de divorcio que si un hermano mayor de un hermano se casa con una hermana mayor de una 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 (Kerr, 2001).

Kerr (2001), también explica que las personas que tienen la misma posición entre hermanos, claro está, exhiben diferencias marcadas en su funcionamiento. El concepto de diferenciación puede explicar algunas de las diferencias. Por ejemplo, en lugar de estar

cómodo con la responsabilidad y el liderazgo, un hijo mayor en el que se enfocaron con mucha ansiedad puede crecer a ser marcadamente indeciso y altamente reactivo a las expectativas. Consecuentemente, su hermano menor puede convertirse en el “mayor funcional”, llenando un vacío en el sistema familiar. Él es el hijo menor cronológicamente, pero desarrolla más características de un hijo mayor que su hermano mayor. Un hijo menor en el que se enfocaron con mucha ansiedad puede llegar a convertirse en una persona increíblemente inútil y exigente. En contraste, dos hijos menores maduros pueden cooperar con efectividad extrema en un matrimonio y estar a muy bajo riesgo de divorcio.

Los hijos de en medio exhiben las características funcionales de dos números de hermano. Por ejemplo, si una niña tiene un hermano mayor y una hermana menor, ella normalmente tiene algunas de las características tanto de una hermana menor de un hermano y de una hermana mayor de una hermana. La posición entre hermanos de los padres de una persona también es de importante consideración. Un hijo mayor cuyos padres ambos son los menores de su familia se topa con un conjunto diferente de expectativas paternas que un hijo mayor cuyos padres son ambos los mayores (Kerr, 2001).

3.3.8. Proceso Emocional en la Sociedad

Cada concepto en la teoría de Bowen se aplica a grupos no familiares, tales como organizaciones de trabajo y sociales. El concepto de proceso emocional en la sociedad describe cómo el sistema emocional gobierna el comportamiento en el ámbito social, fomentando periodos tanto progresivos como regresivos en una sociedad. Las fuerzas culturales son importantes en la manera en que funciona una sociedad, pero son insuficientes para explicar los altibajos en la efectividad de la adaptación de las sociedades a los retos a los que se enfrentan (Kerr, 2001).

La primera pista que tuvo Bowen acerca de las similitudes entre el funcionamiento emocional familiar y social, provino del tratamiento de familias con delinquentes juveniles. Los padres en dichas familias transmiten el mensaje de “te queremos sin importar lo que hagas”. A pesar de los sermones apasionados acerca de la responsabilidad y los castigos en ocasiones severos, los padres ceden con el hijo más de los que le ponen el alto. El hijo se

revela contra los padres y es muy apto para detectar la incertidumbre de sus posiciones. El hijo se siente controlado y miente para sacarle la vuelta a los padres. Sus castigos le son indiferentes. Los padres intentan controlar al hijo pero son, en gran medida, infectivos (Kerr, 2001).

Bowen descubrió que, durante los años sesenta, las cortes se convirtieron como en padres de los delincuentes. Muchas personas en el sistema de cortes juveniles consideraban al delincuente como una víctima de malos padres. Intentaban comprenderlo y a menudo reducían las consecuencias de sus acciones con la esperanza de propiciar un cambio en su comportamiento. Si el delincuente se convertía en un ofensor frecuente, el sistema legal, tal como los padres, le hacían saber su decepción y le imponían castigos severos. Éste descubrimiento de un cambio en una institución social llevó a Bowen a darse cuenta que cambios similares ocurrían en otras instituciones, como las escuelas y los gobiernos (Kerr, 2001).

La espiral descendente en las familias reaccionadas con la delincuencia es una regresión en el funcionamiento propiciada con la ansiedad. En una regresión, las personas actúan para liberar la ansiedad del momento en lugar de actuar bajo algún principio y con una visión a largo plazo. Un patrón de regresión comenzó a desarrollarse en la sociedad después de la segunda guerra mundial. Empeoró un poco durante los años cincuenta y se intensificó rápidamente durante los años sesenta. Los “síntomas” de la regresión social incluyen un crecimiento en el crimen y la violencia, un aumento en las tasas de divorcio, una actitud más litigiosa, una mayor polarización entre grupos étnicos, toma de decisiones de los líderes menos basada en principios, la epidemia del abuso de las drogas, un incremento en casos de bancarrota, y un enfoque en los derechos en lugar de en las responsabilidades (Kerr, 2001).

Las sociedades humanas atraviesan periodos de regresión y progresión a lo largo de su historia. La regresión actual parece estar relacionada a factores tales como la explosión demográfica, una sensación de fronteras que desaparecen, y la sobreexplotación de recursos naturales. Bowen predijo que la regresión actual continuaría, tal como en una regresión

familiar, hasta que las consecuencias provenientes del buscar la salida fácil ante los problemas complicados, excedieran al sufrimiento asociado con el actuar bajo una visión a largo plazo. Él predijo que eso ocurriría antes de la mitad del siglo XXI y deberá resultar que en los seres humanos vivan en mayor armonía con la naturaleza (Kerr, 2001).

Capítulo 4. FACTORES QUE INFLUYEN EN LA ELECCIÓN DE PAREJA

Cuando se inicia o se pretende entablar una relación de pareja, ya se cuenta previamente con un modelo femenino o masculino del tipo de persona con el que se pretende relacionarse, dicho modelo se adquiere a través del contexto en el que cada individuo se ha desarrollado presentando ciertos gustos y preferencias. Las personas regularmente eligen como pareja a personas afines a ellos, que cumplan con las expectativas y características deseadas. Ahora se analizara cuáles son los factores que influyen en las personas para la selección de una pareja.

Comenzaremos diciendo que al elegir el tipo de persona, se pretende seleccionar cierto tipo humano con un perfil aproximado que abarca parte de lo físico, psicológico, cultural y sentimental de acuerdo con un ideal preconcebido que es básico para que surja la atracción inicial, cuyos elementos dependen totalmente de gustos y preferencias individuales que dentro de la diversidad humana son tan inmensos y variables como personas pueden habitar este planeta; habiendo así quienes pueden sentirse atraídos hacia rasgos físicos como las manos, los ojos, la figura, etc.; o en situaciones de tipo materiales como la situación económica, los bienes materiales; o en preferencias comunes como lo pueden ser la sencillez, la inteligencia, la capacidad de comprensión, ideales, expectativas, etcétera.; o un conjunto de ellos que fungen como estímulos activadores que le dan a la persona poseedora de tales elementos un valor por encima de los demás, volviéndose más atractiva ya que ha despertado un interés con una especie de curiosidad e inclinación; dichos elementos van a proporcionar una visión parcial y/o externa del otro (Resendiz, 2003).

Si la atracción inicial es recíproca se comienza a estimular la aproximación dotando de satisfacciones mutuas que poco a poco irán dotando de conocimientos personales, sociales y culturales a través de la comunicación que dejan entre ver los intereses, los ideales, las cualidades mutuas, la manera en que se concibe a la relación y las expectativas para la convivencia que va surgiendo, con el propósito de mantener cierto tipo de intercambios con los cuales puede dar pauta al inicio de la relación confirmando o rectificando si aquella persona por la que se siente atracción es lo que se desea así como

una perspectiva del tipo de relación que se puede entablar; o que a pesar de la atracción inicial existan ingredientes y aspectos que hagan dar cuenta de que se haría muy difícil la convivencia (Resendiz, 2003).

Se considera que la elección de pareja se realiza de manera voluntaria, sin embargo, no se puede negar que existen diversos aspectos psicológicos y sociales que se involucran en la decisión de elegir al compañero (Barrera, 2005).

La atracción ocurre en primer lugar, como dice Güell (1999) cuando entre todas las personas del mundo, se siente una inexplicable reacción fisiológica y un desmesurado interés por estar cerca de aquella persona en concreto. La mayoría de los individuos tienen ideas definidas sobre lo que están buscando en una pareja, así como también comparten una imagen de una pareja ideal. Para Rage (1996), existen diferentes tipos de atractivos: el aspecto físico, que en la actualidad es para muchos el principal y más importante en primera instancia; los elementos psicológicos como ternura, inteligencia, comunicación, comprensión, etc., otros buscarán un nivel educativo y social alto y compatible con el suyo, también habrá personas que se fijen en los valores morales y/o religiosos. Algunos individuos tienden a ser excluidos automáticamente por la edad, educación, raza, tipo corporal, orientación social o religiosa, entre otros aspectos.

La elección de pareja es un proceso que ha sido estudiado a lo largo del tiempo por diferentes autores, algunos de ellos abordan esta problemática poniendo énfasis en elementos de tipo biológico, otros ponen de realce elementos de tipo social o cultural, y finalmente hay quienes rescatan ambos. La selección de pareja sin embargo puede ser analizada desde diferentes perspectivas. Cada una de ellas nos brinda la posibilidad de observar como ésta decisión se ve afectada por diferentes factores. Ya que no todos los seres humanos realizamos dicha elección bajo las mismas bases ni tampoco tenemos las mismas expectativas de lo que deseamos de nuestro compañero (a).

Para autores como Swenser; Sluzki, y Anderson, (cit. en Diosdado, 2001) en la selección de pareja se buscan aquellas personas que prometen satisfacer nuestras

necesidades. Por su parte Huitrón, (1996) argumenta que dicha elección se ve condicionada por determinantes sociales como la distribución de la población, el crecimiento de la misma, los prejuicios y las clases sociales, así como factores externos como la atracción física y el nivel económico. Mientras que para Vargas (1996) la elección de pareja se aborda de dos maneras; por un lado, se dice que las parejas se escogen dependiendo de la suerte que toca y por otro la elección se basa en la educación que se tiene. En general, el escoger pareja depende de las dos circunstancias, es decir tanto de las parejas que se encuentran disponibles, como del modelo de pareja que se tenga en mente.

De igual manera Horton y Hunt (1981), señalan que tanto la familia como la cultura recrean y transmiten los valores, normas y actitudes que van a condicionar y orientar la conducta individual y social de sus miembros. Esta concepción se encuentra mediatizada por una estructura social que señala cuáles son las normas a seguir. Sin embargo, la elección de pareja no solo está determinada por factores de tipo cultural o familiar, ya que las interacciones que se presentan dentro de una relación pueden repercutir para que la misma sea o no perdurable.

Los factores que determinan una relación son:

1. Factores biológicos
2. Factores culturales
3. Factores personales
4. Factores familiares

4.1. Factores biológicos

Comenzaremos por explicar la forma en que influyen los factores biológicos, al respecto, Sánchez (1980), menciona que en muchas de las especies animales se da un emparejamiento de dos seres de diverso sexo con el fin de propagar la especie. La forma de juntarse y de atraerse para llevar a cabo su función parece deberse a una serie de estímulos y respuestas programados para tal efecto, en los que intervienen estímulos químicos,

visuales, auditivos, conductas desencadenantes y desencadenadas que envuelven una interacción compleja de la pareja.

Por ejemplo la socio-biología es una disciplina que estudia los aspectos biológicos del comportamiento social y busca encontrar el fondo biológico de las conductas que estamos acostumbrados a considerar como sociales y alejadas de los comportamientos semejantes a otras especies como lo es el caso de la sexualidad y la reproducción; y podemos mencionar dos aspectos importantes lo que es la sexualidad y el atractivo físico Sánchez (1980).

a) La Sexualidad: Cuando es adecuada y placentera repercute de manera tajante en la estabilización de la pareja. Por el contrario, la sexualidad inadecuada, o disfuncional va minando la unión de la misma y termina por destruirla. El objetivo de la sexualidad hoy en día ya no es únicamente con fines reproductivos, sino que también se busca el gozo y el placer de ambos miembros de la pareja.

b) La Atracción física. La atracción es un hecho primario que se desarrolla bajo un sistema de reacciones inicialmente biológicas que trascienden al plano social por medio del aprendizaje; es una necesidad básica (no exclusiva del hombre). El vínculo con otra persona, en términos de atracción, provoca necesidades fisiológicas que a su vez engendran emocionalmente el deseo y la necesidad del otro. En el terreno de la atracción la persona se siente cautivada y seducida por el otro de manera casi automática, sin tener conciencia de los factores que influyen en el establecimiento de ese vínculo.

4.2. Factores culturales

En lo referente a los factores culturales, Liberman y Wheeler (1987) describen que cada cultura determina a través de su historia, sus normas, creencias y valores de lo que es el hombre, la mujer y la relación entre los dos. Los factores económicos y demográficos juegan un papel especial. No siempre las mismas palabras que usamos y que se usaron en otros tiempos tales como amor, matrimonio o pareja, tienen los mismos significados; la

cultura determina las expectativas de lo que debe ser la relación de pareja, las formas de interacción de los sexos.

Por otra parte, las clases sociales dentro de una misma cultura pueden marcar diferencias notables. En nuestra sociedad es común que la mujer desee elegir como pareja a un hombre responsable, que sea buen padre (que participe activamente en la educación y cuidado de los hijos), buen esposo (que respete y valore a la pareja como mujer, esposa y madre) y comprensivo (que respete y apoye la profesión o deseos de superación de la pareja). Sin embargo, algunos hombres tienen en sus expectativas de pareja una mujer que se dedique al hogar y que trunque su vida profesional para dedicarse al cuidado de los hijos (Lieberman y Wheeler, 1987)

Entre las principales características podemos mencionar:

a) La Apariencia física. Es un elemento muy importante porque por medio de

La apariencia física se genera la atracción o el primer encuentro con el miembro opuesto, pero no por ello es de índole biológico ya que no debemos olvidar que el que una persona sea atractiva depende de los estereotipos de belleza establecidos por cada cultura. En la pareja la apariencia física debe ser más o menos proporcionada de lo contrario se pueden suscitar grandes discusiones por celos.

b) Amigos. La influencia que tienen los amigos puede ser decisiva para la elección de pareja ya que éstos pueden rechazar o aceptar a la persona elegida ya sea por su aspecto físico, su nivel socioeconómico o académico.

c) Posición social. La mayoría buscará que la posición, si bien no sea forzosamente mayor, si que mínimo sea igual, ya que una diferencia remarcada podría provocar una lucha de poderes en el futuro, por ello es común que dentro de nuestra social se busquen a los posibles candidatos para ser nuestras parejas y pocas veces será en un medio inferior al que se tenga en el momento.

d) Contexto: Se refiere a los diferentes grupos dentro de una cultura compleja con sus peculiaridades que son muy diferentes en cuanto a zona de residencia, oportunidades educativas, laborales, de diversión y de asociación, y otros aspectos que indican el estilo de

vida de un grupo y de una comunidad. Así el contexto determina el lugar de conocimiento de los sexos y a quién se podrá conocer con mayor o menor probabilidad.

4.3. Factores personales-Emocionales

Sánchez (1980), menciona que cada persona tiene algo distintivo, una forma de asimilación propia y específica de los influjos externos y de interpretación propia que le da a cada persona un sello peculiar específico de su identidad, en cada uno se plasman de forma concreta los valores y expectativas con respecto al valor propio y a la relación de pareja ideal.

Los factores personales resultan de vital importancia pues son el resultado de experiencias individuales en diferentes contextos en los que el individuo se desenvuelve; entre los más relevantes podemos destacar:

- a) **Atractivo físico.** Es un elemento necesario en un principio para una relación positiva y duradera. Respecto a esto se han elaborado varias teorías, una de ellas menciona que las semejanzas compartidas son tan importantes como el atractivo físico, esto conlleva a estima, admiración y aceptación.
- b) **Atractivo psicológico.** Estos pueden ser la comunicación, la expresión de ternura, intimidad, la amistad, e inteligencia entre otros. Aquí destacan los siguientes puntos: a) tener una sana convivencia, es decir tratarse con respeto; b) el otro debe ser tratado como persona y; c) la intimidad: la persona tiene derecho a guardar su misterio y su secreto ya sea personal o intrapersonal.
- c) **Atractivo intelectual.** Consiste en que los miembros de una pareja tengan de que hablar (Álvarez, 1996). Es posible que en la pareja establecida se deteriore la comunicación y a diferencia de lo que sucede en el enamoramiento, es importante una participación activa y trabajar para mantener esta atracción, es decir, que los dos tengan actividades en conjunto.
- d) **Atractivo afectivo.** Se refiere al interés hacia otra persona, o la transformación de este sentimiento a otro diferente, lo ideal sería que se convirtiera en un vínculo afectivo al que se denominaría amor. Básicamente se trata de que exista cariño y ternura, aunque

puede haber disgustos o discrepancias, lo importante es analizar si existe un vínculo afectivo.

- e) **Atractivo sociológico.** Comprende los antecedentes familiares, clase social, educación y cultura.
- f) **Objetivos en común.** En la pareja los objetivos o metas compartidas tienen
- g) Una misma dirección, pues se planea como se vivirá el futuro, en que momento de la relación vendrán los hijos, actividades de tipo individual y las aspiraciones de crecimiento profesional.
- h) **Preparación profesional.** La mayoría de hombres y mujeres se interesan mucho por tener a su lado a una persona preparada, ya que el hecho de haber pasado por una educación universitaria posibilita el tener un buen tema de conversación o un mayor criterio sobre la vida misma. Por otro lado, el desarrollo en el área profesional es algo que se espera también de la pareja ya que es sinónimo de superación. También debe existir este deseo por ambas partes y se deben de poner los horarios y los tiempos para que ambas partes estén conformes y no existan conflictos.

4.4. Factores familiares

En lo referente a los factores familiares, Cáceres y Escudero (1994), describen que la familia realiza una serie de funciones para la satisfacción de las necesidades tanto biológicas como emocionales. Con respecto a la satisfacción de las necesidades biológicas, provee de alimento a sus miembros, así como de abrigo y protección a los más pequeños, que, sin ayuda de los padres, no podrían sobrevivir. En cuanto a las necesidades emocionales, constituye la matriz emocional de las relaciones personales, en donde el individuo va a desarrollar su autoestima, personalidad, seguridad para enfrentarse a la sociedad y su confianza, además del desarrollo de su identidad individual.

La familia proporciona los primeros modelos de conducta, ya sea por medio del moldeamiento o de las interacciones que establece entre sus miembros; además se encarga de educar a los hijos de acuerdo al contexto o la cultura en que se encuentran inmersos, los dos factores familiares más importantes se mencionan a continuación:

a) Modelos culturales: Se refiere a aquellas personas que viven alrededor de la relación de pareja y que van a servir de modelos a imitar o rechazar según el impacto que lleguen a tener en las generaciones que observan sus conductas y los efectos. Los padres y otros matrimonios cercanos a los niños son los que van a tener mayor probabilidad de influencia. Las personas no eligen ni se casan con otra persona sino con una familia de la que la persona elegida forma parte.

b) Educación. La educación de los hijos, dentro de la familia, puede resultar significativa al momento de elegir pareja, al ser la principal formadora de los individuos para que sean personas independientes y responsables de sus elecciones y de ese modo adquieran libertad.

Ninguno de los factores señalados con anterioridad puede excluirse del proceso selección de pareja. Sin embargo las interacciones que establecen sus integrantes, actúan como reforzadores de la relación. La comunicación, la expresión afectiva y el apoyo son algunas de las interacciones más determinantes (Cáceres y Escudero, 1994).

Las habilidades sociales también son relevantes, tales como manejo de conflictos, grado de empatía, capacidad de negociación, etc. Una pareja puede tener casi todos los factores a su favor para proseguir en una buena relación y sin embargo por diversas razones entramparse en interacciones destructivas que hacen terminar el amor y la pasión (Sánchez, 1980).

Capítulo 5. ESTUDIOS APLICADOS A LA TEORÍA DE BOWEN

En este capítulo se analizarán algunos estudios empíricos, los cuales hablarán acerca de la Teoría de los Sistemas Familiares y de los conceptos teóricos de Bowen. También se hará hincapié en los estudios que han hecho otros autores, los cuales han contribuido a la teoría de Bowen y la han apoyado, tal es el caso de Minuchin, por mencionar alguno, quien ha estudiado y contribuido a la formulación, aprobación, avance y comprobación de dicha teoría.

5.1. Apoyo empírico a los conceptos de Bowen

En primer lugar, se hablara acerca de un estudio realizado por Richard Charles (2001), quien realizó diversas investigaciones y recopiló datos que apoyan de manera empírica, los conceptos teóricos de Bowen.

Charles (2001), menciona que la teoría de los sistemas familiares de Murray Bowen es considerada por muchos ser el más exhaustivo y reflexivo conjunto de ideas que la terapia familiar ha creado. En este artículo se revisaron ocho investigaciones de artículos empíricos publicados en la última década, más o menos en la que se aprobaron los conceptos Bowenianos. El objetivo fue determinar si hay apoyo empírico para los conceptos de Bowen de diferenciación del Yo, triangulación y fusión.

Según Murray Bowen en base a las observaciones clínicas y los reportes del Yo, la eficacia de la teoría de los sistemas familiares recae no tanto en investigaciones empíricas, sino en informes clínicos positivos de los resultados del tratamiento (Nichols & Schwartz, 1995).

La base de la teoría de los sistemas familiares de Bowen es la capacidad que tiene el paciente para diferenciar su propio Yo de la familia de origen. En particular, se hace hincapié en las relaciones triangulares entre los miembros de la familia (Sharf, 1996).

Una preocupación particular de Bowen es la forma en que los niños podrán separar su Yo emocionalmente y físicamente, de su familia de origen. Un importante aspecto de la teoría de Bowen es la transmisión de disfunciones psicológicas a lo largo de varias generaciones que afectan la interacción de las familias (Sharf, 1996).

Bowen anima al cliente a volver a acercarse a los miembros de la familia nuclear y resolver todos los problemas emocionales con ellos, él cree que el cambio en el Yo se produce a través del cambio en las relaciones con otros. Esto se debe a que Bowen cree que los conflictos no resueltos con la familia de origen afectan al paciente en sus presentes relaciones (Nichols & Schwartz, 1995).

El nivel más alto de funcionamiento de la familia se alcanza cuando la ansiedad en el sistema es bajo, los miembros de la familia están bien diferenciados, y cada uno de los padres tiene una buena relación afectiva con su propia familia de origen. El papel de la terapia Boweniana es ser un entrenador que es directo pero no confrontacional, destriangulando la fusión familiar y libre de la reactividad emocional a fin de facilitar este proceso. Con la finalidad de permanecer destriangulado, el terapeuta no debe nunca tomar partido sino alentar a cada miembro del sistema para asumir la responsabilidad por el deseo de cambio (Nichols & Schwartz, 1995).

La teoría de Bowen consiste en ocho principales conceptos y siete técnicas. Los conceptos son: Diferenciación del Yo, Triangulación, Posición entre Hermanos, Proceso de Transmisión Multigeneracional, Sistema emocional de la Familia Nuclear, Proceso de Proyección Familiar, Proceso Emocional en la Sociedad, y Desconexión Emocional. Las técnicas son: Genograma, Destriangulación, Experimentar las relaciones, Entrenamiento, la Posición "Yo", la Terapia Familiar Múltiple y el Cambio de Historias. Dos de los principales conceptos de la teoría de Bowen son la Diferenciación del Yo y la Triangulación (Nichols & Schwartz, 1995).

Según Bowen, la diferenciación del Yo es la capacidad de una persona para separarse emocional y físicamente de su familia de origen, así como alcanzar la madurez

emocional y la independencia sin perder la capacidad de conectarse emocionalmente con los demás. Por otra parte, un individuo es indiferenciado cuando sus necesidades emocionales y de inseguridad lo obligan a renunciar o a no desarrollar su individualidad a fin de preservar o asegurar el amor y la aceptación de los demás (Nichols & Schwartz, 1995).

Por otra parte, Bowen define que el concepto de Triangulación se produce cuando dos personas de una familia traen a una tercera parte a disolver el estrés, la ansiedad o tensión que existe entre ellos. Las personas menos diferenciadas en la familia son las que probablemente vayan a entrar en el conflicto. Una tercera persona también podría ser un amigo, pariente o terapeuta (Wilie, 1991).

Para este estudio fueron revisados ocho artículos: seis empíricos y dos tecnológicos. En cuanto a la metodología de los estudios se utilizó un grupo cualquiera puede usarse de muestra o muestreo conveniente. Algunos sujetos fueron seleccionados al azar y otros a base de pruebas. En general las muestras fueron grandes a excepción de un estudio el cual predominaba principalmente el sexo femenino en varios casos. La participación fue siempre voluntaria. Los instrumentos utilizados fueron satisfactorios, confiables y validados, aunque en un estudio la fusión intergeneracional/subescala individual (INFUS) de la Autoridad Personal en el Cuestionamiento del Sistema Familiar (PAFSQ) hay poca coherencia interna. No hubo confiabilidad ni validez del Modelo de Sistemas de Neuman y no hubo ninguna validez de la Autoridad Personal en el Cuestionamiento del Sistema Familiar versión C (PAFS-QVC) De los cinco estudios aplicados, dos fueron experimentales y uno fue cuasi-experimental en el que la experimentación con el grupo sirvió como grupo control.

Los resultados de estos estudios constituyen contribuciones significativas a la Teoría de los Sistemas Familiares de Bowen. Como ya se mencionó, se diseñaron dos instrumentos validados y confiables para poner a prueba los conceptos Bowenianos y varias de las nociones de Bowen fueron apoyadas por datos empíricos. Por ejemplo, la Teoría de Bowen de que la ansiedad, tanto a nivel individual como familiar, regula, supervisa y administra la cantidad de proximidad o distancia emocional en la familia y regula el

impacto de la fusión de la familia de origen; en el individuo las situaciones de vida y las relaciones fueron confirmadas (Charles, 2001).

La idea de Bowen de que el nivel básico de diferenciación del Yo aumentaría si el nivel funcional es incrementado y mantenido por más tiempo; esto también se confirmó. La idea de que los padres de los esquizofrénicos son más fusionados con sus hijos que los otros padres, también se confirmó. Finalmente se propone que se realicen investigaciones adicionales como esta con el fin de apoyar las nociones empíricas de Bowen (Wilie, 1991).

Este estudio revisó ocho artículos en los cuales los conceptos Bowenianos fueron aprobados. De los cuales seis son empíricos cuantitativos y los otros dos son tecnológicos. Fueron desarrollados dos instrumentos para aprobar los conceptos Bowenianos: los sistemas de la familia evaluarán la herramienta y la invención de la diferenciación del Yo. Un estudio empírico determina si la teoría de sistemas familiares de Bowen puede explicar las dificultades que algunas personas jóvenes tienen al tomar decisiones de su carrera. Otra investigación intentó aumentar el tiempo en el nivel funcional de la diferenciación del Yo, el cual resulta en un incremento del nivel básico de diferenciación. Un tercer estudio examina la relación de triangulación y diferenciación del Yo en la vida de una jefa de enfermeras relacionado con las respuestas al estrés. Un estudio más, comparó a los estudiantes que no tienen ninguna discapacidad con estudiantes que si tienen alguna discapacidad en la familia en los sistemas de triangulación y fusión. Otro estudio examinó si los padres de los esquizofrénicos son más fusionados con sus hijos y tienen más relación en las cuestiones relativas a la fusión que los padres de los pacientes con otros trastornos psíquicos. Y por último, un estudio examinó los efectos de las necesidades de cumplimiento y la diferenciación del Yo con el bienestar psicológicos en hombre casados (Charles, 2001).

Los resultados de estos estudios son una contribución importante a la Teoría de los Sistemas Familiares de Bowen. Como ya se mencionó anteriormente, se han creado dos instrumentos válidos y confiables para probar los conceptos Bowenianos. A partir de los estudios, se han encontrado evidencias empíricas que apoyan estos conceptos. Por ejemplo,

que la ansiedad, tanto a nivel individual como familiar, regula, monitorea y maneja la cantidad de cercanía o distancia emocional dentro de la familia, además de que se confirmó que regula el impacto de la fusión en la familia de origen sobre las situaciones de vida actuales de individuo y las relaciones. De la misma manera, se confirmó la noción de que el nivel de diferenciación básico del Yo se incrementa si el nivel funcional (es decir, las relaciones positivas) se incrementan y se sostienen a lo largo del tiempo (Charles, 2001).

Aunque este estudio trata de apoyar con diversos apoyos teóricos a los conceptos Bowenianos, queda mucho por investigar, pues esto es solo un inicio de las bastas contribuciones que existen acerca de esta teoría. Por tal razón, se seguirán revisando otras investigaciones que nos permitan constatar la veracidad e importancia de esta teoría.

5.2. Evaluaciones del concepto de diferenciación.

El presente estudio realizado por Skowron, Holmes y Sabatelli (2003) se examinaron las similitudes entre el Cuestionario de la Autoridad Personal en el Sistema Familiar y el Inventario de la Diferenciación del Yo. Generalizando los mínimos cuadrados del análisis factorial arrojó dos factores relacionados, la autorregulación y la relación interdependiente, representando el 60% de la variación en la solución.

Existen diversas perspectivas multigeneracionales en el desarrollo individual y familiar que están basadas en la hipótesis de que las dinámicas dentro de las familias de origen, constituyen un legado que influyen en la trayectoria de ambos desarrollos, individual y familiar. Desde el desarrollo de la Teoría de los Sistemas Familiares de Bowen en la década de los sesentas, teóricos Multigeneracionales y terapeutas han hecho un amplio uso del concepto de Diferenciación del Yo cuando se refieren a la manera en la cual, los modelos de la familia afectan la trayectoria y desarrollo de la vida individual e influyen en la medida en la que los individuos son capaces de actuar con un grado apropiado de autonomía, tomar responsabilidad personal de las tareas apropiadas a su edad y una fuerte experiencia conectada con otros aspectos importantes. Mientras que el desarrollo de medidas psicométricas de la Teoría de Bowen ha quedado detrás del trabajo teórico, en la última década se han hecho varios esfuerzos sistemáticos para poner en práctica una de las

construcciones centrales de la teoría de Bowen -Diferenciación del Yo-. Estas medidas pueden abrir el camino de una mayor búsqueda empírica investigando el papel de la Diferenciación y el funcionamiento de las familias y sus miembros (Allison & Sabatelli, 1998).

Es importante hacer una comparación entre las teorías de Bowen y Williamson, pues ambos han estudiado acerca de la Diferenciación del Yo. Primero, comenzaremos diciendo que la Diferenciación del Yo es una construcción multidimensional compuesta por una capacidad intrapsíquica para distinguir los sistemas de pensar y sentir, y una capacidad interpersonal para mantener conexiones con otras personas mientras se logra una autonomía del Yo. En un nivel intrapsíquico los adultos diferenciados son considerados con una mayor capacidad de reflexionar en base a su experiencia y de modular sus emociones y son menos reactivos emocionalmente a otros adultos menos diferenciados. Según la teoría, estas personas son capaces de tomar una posición “Yo” en sus relaciones importantes y de mantener un sólido sentido de sí mismo, y apegarse a sus propias opiniones y creencias. Asimismo, los adultos más diferenciados se considera que están más cómodos con las emociones fuertes y son más capaces de adaptarse a una vida de estrés, afrontar la incertidumbre y la ambigüedad; éstas personas también siguen estando relativamente tranquilos en las relaciones íntimas. Por el contrario, las personas menos diferenciadas tienden a mantenerse preocupados por sus emociones y tienen dificultades para mantener un sólido sentido del Yo en sus relaciones (Halverson, 1995).

En un nivel interpersonal, la Diferenciación del Yo implica comodidad con la intimidad y la autonomía en las relaciones. En respuesta a la ansiedad en las relaciones significativas, las personas menos diferenciadas son pensativas, son atraídas hacia una fusión con otros o viceversa, participan en una desconexión emocional, distanciamiento emocional y/o físico de otros. Según la Teoría, las personas que son atraídas hacia una desconexión emocional tienden a estar ansiosas en respuesta a la cercanía emocional con otras personas, mientras que las que tienden a fusionarse con otros, generalmente experimentan una ansiedad de separación independiente, impulsado por las medidas adoptadas por otras personas importantes. En resumen, estos individuos supuestamente

participan en la regulación de la distancia interpersonal para el manejo de la ansiedad y siguen preocupados por la aceptación y el rechazo en sus relaciones más importantes. En cambio, las personas más diferenciadas se sienten cómodas con la intimidad en relaciones cercanas y se abstienen de utilizar la fusión o desconexión emocional como mecanismos para regular la ansiedad. Según la teoría de Bowen (1978), la Diferenciación del Yo es fundamental para el funcionamiento de los individuos y las familias. Mientras que Bowen sugirió que las diferencias de género son poco probables que tengan un impacto sobre la capacidad de Diferenciación del Yo, investigaciones posteriores indican que hombres y mujeres difieren en las formas en que las dificultades de la Diferenciación son expresadas, los hombres reportan más problemas con una desconexión emocional y las mujeres presentan dificultades con la reactividad emocional.

La teoría de Williamson (1981) de la Diferenciación del Yo se caracteriza por la presencia de Autoridad Personal en las relaciones entre los padres y los hijos adultos. Los conceptos de Williamson (1982) de Autoridad Personal en el sistema familiar se refieren a “el logro de intimidad en la interacción con todas las personas, incluidos los padres, mientras mantienen una postura individual”. Las personas con mayor autoridad personal en sus relaciones son más capaces de lograr una individualidad, mientras que experimentan una intimidad emocional con otras personas. Williamson (1981), argumentó que la autoridad personal se logra cuando los hijos adultos manejan o renegocian sus relaciones con sus padres sobre las bases del respeto mutuo, la colaboración y la elección, en lugar de basarse en obligaciones, fusión y el uso del miedo o intimidación. Este proceso de renegociación se cree que ocurre en la edad adulta (es decir, en la cuarta década de la vida), y se centra en un cambio de la estructura de poder de la relación padre e hijo-adulto. En cambio, Bowen (1978) en su teoría no hizo predicciones específicas sobre la función de la edad en el desarrollo de la Diferenciación, excepto para sugerir que los niveles de Diferenciación son bastante inmutables con niveles de Diferenciación logrados en la edad adulta restante, similares esencialmente a los experimentados en la infancia dentro de la familia de origen. Williamson al igual que Bowen postulan que no hay relación entre las cuestiones de género y la capacidad de los jóvenes adultos para lograr una autoridad personal en sus relaciones con padres y compañeros. Sin embargo, algunas investigaciones

sugieren que al menos entre los jóvenes adultos las mujeres pueden tener mayor dificultad que los hombres en el desarrollo de la autoridad personal en sus familias de origen.

Después de haber hablado acerca del concepto de Diferenciación del Yo, visto desde dos diferentes perspectivas, se explicara ahora la medición de dicho concepto, donde Skowron, Holmes y Sabatelli (2003), nos dicen que a pesar del acuerdo entre teóricos de que la Diferenciación del Yo tiene repercusiones de gran alcance para la comprensión psicológica y el buen estado de la salud, las medidas psicométricas de esta construcción solo han sido desarrolladas en esta última década. Basado en la teoría del sistema familiar Multigeneracional, el PAFS es un reporte de 132 reactivos utilizado comúnmente para evaluar la capacidad de un individuo para funcionar de manera autónoma en el sistema familiar, manteniendo al mismo tiempo las conexiones apropiadas a su edad con los padres y otras personas importantes. El PAFS distingue entre relaciones de cónyuges-parejas e incluye un enfoque en el concepto de autoridad personal en su evaluación de la dimensión interpersonal de Diferenciación. Separa versiones de la medida existente para uso con adultos y adolescentes. El análisis factorial de los reactivos del PAFS mostró el apoyo a una estructura del factor correspondiente de estas subescalas excepto por una considerable superposición observada entre las escalas de Intimidad y Fusión (Lopez & Gover, 1993).

Por otra parte en el DSI son 43 reactivos relativamente nuevos, este autoinforme es un instrumento que se deriva de la teoría de Bowen (1978; Kerr & Bowen, 1988) diseñado para evaluar el funcionamiento emocional íntimo y autónomo en las relaciones interpersonales. Estas subescalas son una evaluación interpersonal (fusión y desconexión emocional) y dimensiones intrapsíquicas de la Diferenciación de problemas (reactividad emocional y dificultad para tomar una posición del Yo). El análisis factorial del DSI apoya a la estructura de cuatro factores y un solo factor latente de orden superior. El DSI descuida la distinción entre la Diferenciación del Yo expresado en una relación con padres frente a un compañero romántico y no ha sido utilizado ampliamente en la investigación hasta la fecha (Skowron & Fiedlander, 1998).

La investigación llevada a cabo utilizando el PASF y el DSI ofrece un apoyo básico de las perspectivas Multigeneracional (Bowen, 1978; Kerr y Bowen, 1988), vinculando la Diferenciación del Yo a un rango de desarrollo socioemocional y físico de la salud y los índices de ajuste. Por ejemplo, los mayores niveles de Diferenciación medido por el DSI se han asociado con menos ansiedad crónica y síntomas psicológicos, para ser mejor frente a la solución de problemas y habilidades, y una mayor satisfacción en adultos (Skowron & Fiedlander, 1998). Una mayor complementariedad entre las parejas casadas a lo largo de dimensiones de reactividad emocional y una desconexión emocional predijo mayores problemas entre los esposos. Además existe alguna evidencia respecto a su validez entre las culturas, en que las diferencias no étnicas han surgido en la Diferenciación en las puntuaciones en los jóvenes adultos africanos, latinos, asiáticos, caucásicos (europeos) y americanos, similares en términos de edad, sexo y nivel educativo.

Asimismo, mayores niveles de Diferenciación, medidos por el PAFS se han asociado con menos angustia psicológica y menos problemas de salud, una mayor satisfacción marital y un mejor desarrollo psicosocial. Entre los estudiantes universitarios, los resultados de individualidad del PAFS están directamente asociados con el nivel de identidad y resolución íntima. En términos de la relación entre el ambiente familiar y la habilidad de Diferenciación, mayor fusión y triangulación con los padres se asocia con un mayor estrés psicológico y poca capacidad de resolución de problemas entre los jóvenes adultos (Skowron, 2000).

Puesto que no se ha localizado ningún estudio se examinaron directamente estas medidas alternas de Diferenciación, en el presente estudio se trató de evaluar si el DSI y el PAFS evalúan una construcción similar. Dado algunas de las sutiles diferencias en el contenido acerca de estas dos medidas, investigadores y profesionales desean poner a prueba las preguntas acerca de la teoría de Bowen y/o evaluar los resultados de la terapia familiar para poder obtener resultados divergentes dependiendo de la opción de la medida usada. Por lo tanto, el propósito central de este estudio fue doble: determinar si estas dos medidas evaluaron dimensiones similares de Diferenciación del Yo y poner a prueba las relaciones entre las dimensiones de Diferenciación que surgen por un lado de género y edad

y por el otro de bienestar emocional. Se esperaba que los resultados de este estudio pudiera ayudar a: a) Clarificar las similitudes conceptuales entre las escalas del DSI y el PAFS; b) Identificar los elementos de Diferenciación que explican mejor la variación en el bienestar psicológico entre hombres y mujeres; y por lo tanto; c) Permitir a los investigadores probar hipótesis más precisas acerca de la relación entre la Diferenciación y ajuste en adultos. Es decir, se observó que ésta investigación es un primer paso importante hacia la consolidación de la comprensión de instrumentos derivados de la teoría familiar Multigeneracional y de las formas en que los modelos familiares están asociados con el bienestar individual.

El método que se utilizó para dicho estudio consistió de una muestra nacional que se compuso de 221 adultos, 87 hombres (que equivale al 39%) y 134 mujeres (que equivale a un 61%), con un promedio de edad de 51.46 años. Aproximadamente el 60% de los adultos estaban casados, el 11% eran solteros, el 10 % eran divorciados y el otro 20% estaban separados, se habían vuelto a casar, vivían con su pareja o eran viudos. La mayoría de los participantes (el equivalente al 81%) reportaron haber alcanzado por lo menos un título universitario. El principal grupo étnico de los participantes eran de raza caucásica (93%), seguido por el Africano-Americano/Negro (6%) e Hispánicos (1%). Los posibles participantes fueron elegidos al azar en individuos entre los 35 y 65 años en la lista de espera del Estudio Longitudinal de Envejecimiento de Baltimore, un estudio longitudinal de más de 1500 hombres y mujeres financiado por el Instituto Nacional de Envejecimiento. Un total de 352 adultos voluntarios para completar un paquete de cuestionarios por correo, de los cuales 245 regresaron los paquetes de cuestionarios con un total de 70% regresados. De los paquetes de cuestionarios completos recibidos 221 contienen información completa.

Los Instrumentos que se aplicaron para esta prueba fueron tres: Personal Authority in the Family System (PAFS), Differentiation of self inventory y Psychological well-being, los cuales se describen a continuación.

Personal Authority in the Family System (PAFS). El PAFS consiste de 132 reactivos en 5 puntos de la escala tipo Lickert. Este estudio se compone de las siguientes

subescalas: autoridad personal, fusión/Individuación intergeneracional, intimidad intergeneracional e intimidación intergeneracional; en la versión para adultos fueron usados para evaluar la Diferenciación. La escala de autoridad personal mide la capacidad de intercambios íntimos o personales con los padres, mientras mantienen una postura de individualidad. La escala de intimidad intergeneracional evalúa el grado de satisfacción e intimidad con los padres. La escala fusión/individuación intergeneracional evalúa el grado en que una persona actúa o se fusiona de manera individual con los padres (Bray, 1984). La escala de intimidación intergeneracional mide el grado de intimidación experimentado por los padres. La confiabilidad de consistencia interior de la escala de la PAFS oscilo entre .83 a .94. Evidencias del PAFS relacionadas con la validez de la construcción han sido documentadas en relación al grado de Diferenciación, ajuste conyugal, funcionamiento familiar, y mejor ajuste psicosocial (Anderson & Fleming, 1986; Harvey & Bray, 1991).

Differentiation of self inventory. El inventario de la Diferenciación del Yo (DSI; Skowron & Fiedlander, 1998), consiste de 43 reactivos, este informe se aplica a adultos en sus relaciones importantes y sus actuales relaciones con la familia de origen. Los participantes responden a los reactivos usando 6 puntos de la escala tipo Likert, yendo desde (1) nada verdadero, a (6) muy verdadero. El DSI contiene cuatro subescalas; reactividad emocional, posición del Yo, desconexión emocional, y la fusión con otros. La escala de reactividad emocional evalúa la tendencia a contestar a los estímulos del medio ambiente en base a respuestas emocionales autonómicas. La escala de la posición del “Yo” contienen reactivos que reflejan y definen claramente el sentido del Yo y la habilidad de adherirse a un pensamiento con convicción aún presionado a hacer otra cosa. La escala de desconexión emocional se compone de reactivos que reflejan los temores de intimidad sumergido en sus relaciones y la conducta de defensa en contra de esos temores. La escala de fusión con otros refleja un sobre-involucramiento emocional con otras personas significantes y una sobre-identificación con los padres tomados en valores paternales, creencias y expectativas sin dudarlos.

Psychological well-being. El Bienestar Psicológico se evaluó utilizando el índice de satisfacción de vida (LIS; McCrae & Costa, 1991). Esta escala pide a los participantes

que den la tasa de satisfacción en 14 distintas áreas de su vida, incluida la salud, dinero, comunidad, y el trabajo. Los participantes evaluaron los reactivos utilizando 5 puntos en la escala tipo Likert que van desde (1) muy descontento, a (6) muy satisfecho.

Una vez aplicados los instrumentos y siguiendo el método mencionado, este estudio examinó la estructura subyacente de dos medidas comunes de la Diferenciación del Yo, el PAFS y el DSI. Dos dimensiones distintas surgieron: a) Regulación del Yo, caracterizada por una habilidad para modular la reactividad emocional y mantener una posición del Yo; y b) Relación Interdependiente, involucrando la habilidad a la libre relación con los padre y compañeros y la comodidad con la interdependencia de ambos y la unión en relaciones cercanas. Por otra parte mayores niveles de Diferenciación son medidos por el DSI y el PAFS, estos eran asociados con informes de mayor bienestar en hombres y mujeres.

Los resultados parecen arrojar alguna luz sobre varias dimensiones de la teoría de Bowen. En primer lugar, estos factores de análisis de datos son consistentes con la proposición de Bowen de que la Diferenciación del Yo se produce en dos niveles de experiencia. El factor de regulación del Yo tiene algunas semejanzas con el concepto de Bowen de Diferenciación intrapsíquica, que se describe como un dialecto entre los procesos de pensar y sentir, incluido por la capacidad para el manejo de respuestas emocionales ante situaciones, y permitiendo una mayor claridad de pensamiento. Bowen (1978) postuló también que la Diferenciación se produce en el ámbito interpersonal y exige una capacidad para equilibrar las fuerzas de la autonomía y unión, representados en los factores de relaciones interdependientes enfatizando en logros de profunda conexión con otros sin perder el sentido del Yo. Estas dos dimensiones fueron relacionadas moderadamente entre sí, y en consistencia con las expectativas de los autores, tanto la regulación del Yo y los factores de relación interdependiente muestran una relación significativa con el bienestar psicológico de hombres y mujeres. Estos hallazgos sugieren que la disminución de la reactividad emocional y la capacidad para desarrollar un claro sentido del Yo son las centrales en los hombres que autoreportan un ajuste de problemas que son los elementos relacionales a la Diferenciación, es decir, la capacidad para lograr ambos, la intimidad y la

autonomía en relaciones importantes. Además, los hombres mayores de esta muestra reportaron mayor salud emocional que los hombres más jóvenes. Igualmente, las mujeres tanto en la regulación del Yo y una mayor relación interdependiente también presentaron informes de mayor bienestar psicológico, aunque no surgieron diferencias de edad entre las mujeres de esta muestra. De acuerdo con otras investigaciones, estos resultados sugieren que el papel de relaciones interdependientes y el manejo de la autonomía son igualmente significativos para la experiencia del bienestar en las mujeres (Skowron, Holmes y Sabatelli, 2003).

Estos hallazgos apoyan a la teoría feminista (Gilligan, 1982) e investigan en mujeres que documentan la centralidad de ambos vínculos saludables y la regulación del Yo a mujeres que experimentan salud psicológica y física. Dado que el tamaño de la muestra consistió principalmente en personas blancas y adultos con un alto nivel educativo, la validación de estos resultados fue a través de un mayor rango de grupos de edad, grupos étnicos y culturales y status socioeconómicos, estos fueron necesarios para determinar la medida en que se generalizan a través de diversas poblaciones.

Estos resultados del factor analítico también subrayan la importancia del uso de la subescala o factor de resultados, en conjunto con la escala total de los resultados a avanzar en el conocimiento sistemático en función de la Diferenciación del Yo en el desarrollo del adulto. El cuidadoso uso de las distintas subescalas del DSI y el PAFS y/o factor de resultados conducirán a una mayor clarificación de las interrelaciones entre las distintas dimensiones conceptuales de la Diferenciación. Por ejemplo, en una prueba de la hipótesis de similitud de Bowen, Skowron (2000) no encontró diferencias entre el resultado total de diferenciación del Yo en parejas casadas, mientras se observa una significativa complementariedad entre cónyuges en su reactividad emocional y desconexión en la subescala de resultados. Mientras el uso de la puntuación total sólo haría una caída de fuentes importantes de variabilidad por distintas dimensiones de esta construcción multidimensional, cuando combinan con la subescala y/o puntuación de datos, la información de estos tres niveles de abstracción puede ayudar a probar las proposiciones teóricas clave acerca de los correlatos de la supuesta salud de la Diferenciación.

Investigaciones futuras pueden determinar si individuos con niveles similares de Diferenciación demuestran puntos fuertes y débiles a lo largo de los componentes específicos de la Diferenciación. Por ejemplo, sería útil saber si los compañeros adultos se quejan acerca de problemas en relaciones íntimas que se esfuerzan con una fusión interpersonal o desconexión emocional, o si las personas con dificultades en el trabajo (por ejemplo, la incongruencia con la carrera o en conflicto con los superiores) son más reactivos emocionalmente o no han logrado suficiente autoridad personal en sus propias relaciones con los padres. Estos resultados sugieren que una fuerza del PAFS es su representación multifacética de elementos interpersonales de Diferenciación (por ejemplo, autoridad personal e intimidad), lo cual es coherente con el enfoque pensado de los autores de la medida. Como alternativa, las escalas del DSI aparentemente son el mejor toque de la regulación de la dimensión de Diferenciación del Yo y únicamente un solo elemento de relación interdependiente, llamémosle desconexión emocional. En contraste, la otra orientación interpersonal de la subescala de fusión del DSI con otros no se correlaciona con las dimensiones de Diferenciación restantes, sobretodo con la escala de fusión intergeneracional del PAFS. Estos resultados son consistentes con la falta de validez de la construcción relacionada, evidenciando la fusión con otras escalas. Como tal, no se recomienda su uso hasta que las mejoras de la subescala estén completas. Hasta entonces, médicos e investigadores interesados en evaluar la fusión en relaciones aconsejan utilizar una medida alternativa tales como las escalas de fusión del PAFS.

5.3. Diferenciación del Yo y otros conceptos de la Teoría Familiar Sistémica.

Otro de los estudios que han apoyado la teoría y los conceptos teóricos de Bowen es el del Continuo del Límite de Minuchin y la Escala de Diferenciación de Bowen, realizado por Johnson y Waldo (1998), en el cual el propósito de este artículo fue discutir la integración del continuo del límite de Minuchin y la escala de diferenciación de Bowen. El continuo del límite de Minuchin proporciona un marco de comprensión entre la proximidad y distancia en las relaciones. Gráficamente describe la salud en las relaciones como un grado medio dinámico entre los extremos de involucramiento y distanciamiento. La escala de diferenciación de Bowen ilustra las diferencias en salud emocional, dichas como la habilidad de distinguir entre pensamientos y sentimientos, asociados con diferentes niveles

de diferenciación. La integración curvilínea del continuo de Minuchin y la escala de Bowen conservan las ventajas de cada uno y también amplían su comprensión.

Minuchin (1974) y Bowen (1978) han utilizado la escala del continuo para ilustrar los conceptos teóricos relacionados con la salud individual y familiar. Minuchin describe un continuo de límites conceptualizando la escala de diferenciación de Bowen. El continuo de Minuchin representa la proximidad y la distancia de la estructura actual de las relaciones. La escala de Bowen describe las cualidades emocionales de las personas (es decir, los niveles de diferenciación) que motivan el desarrollo de las estructuras características de la relación. El continuo y la escala está evaluando diferentes variables, sin embargo, son complementarias. El uso de ambos a la vez amplía el panorama de la afiliación y la diferenciación en las relaciones, y aumenta la comprensión de cada uno. En este artículo se describe el continuo de límites de Minuchin y la escala de diferenciación de Bowen, se muestra cómo se puede integrar para crear una curva de afiliación/ diferenciación.

Una de las principales ideas adoptadas por Minuchin es que los individuos y los sistemas varían en su grado de proximidad o distancia física y emocional (Minuchin y Fishman, 1981)). Describe el nivel de afiliación entre los miembros de un sistema que son regulados por límites en el sistema. Cuando los límites son demasiado rígidos dentro de un sistema, los miembros se desconectan, es decir, que carecen de sentimientos, intimidad y conexión con su familia o subsistema. A niveles muy altos de estrés se cruzan los límites rígidos y los miembros se activan en una función de apoyo. En el otro extremo del continuo, los miembros carecen de un sentido de autonomía y se involucran con otros miembros de este sistema. En este caso, los límites son difusos e incluso pequeñas cantidades de estrés afectan de inmediato a otros miembros.

Las personas pueden estar distanciados e involucrados en relaciones dependiendo de la complementariedad de las funciones y las presiones de los sistemas. Diferentes niveles de afiliación también pueden caracterizar varios subsistemas dentro de un sistema. Un subsistema madre-hijo podrá estar muy involucrado, por ejemplo, mientras que el subsistema de los cónyuges puede estar desactivado (Johnson y Waldo, 1998). Además los

sistemas y los subsistemas pueden cambiar rápidamente, hacia adelante y hacia atrás entre los dos extremos. Por ejemplo, un sistema desconectado probablemente será lento para responder al estrés. Sin embargo, una crisis, tal como el intento de suicidio de un miembro de la familia, podrá activar excesivamente el sistema en un estilo involucrado. Este cambio suele ser de corta duración, pues el sistema de proximidad trata de regresar a una posición de distanciamiento (es decir, la homeostasis).

El continuo de Minuchin proporciona un marco para la comprensión del aquí y ahora de las manifestaciones conductuales que se producen cuando los sistemas son inapropiadamente rígidos o tienen límites difusos. El continuo representa con precisión la necesidad de encontrar el equilibrio en las relaciones significativas. Las relaciones sanas son las que encuentran un medio dinámico entre los extremos de involucramiento y distanciamiento. Los individuos necesitan estar conectados íntimamente en sus sistemas significativos y al mismo tiempo ser autónomos (Johnson y Waldo, 1998).

El enfoque del continuo de Minuchin está en el proceso del aquí y ahora, no debajo de las fuerzas que motivan la estructura específica del sistema. En concreto, a pesar de los polos del continuo de Minuchin, involucramiento y distanciamiento, son expresiones opuestas de la estructura de relación, las cuales pueden tener el mismo origen. Crear indebidamente límites rígidos, por ejemplo, es a menudo una forma de involucrarse en relaciones importantes, en otras palabras, la presión para ajustarse a las reglas de un sistema pueden llevar a uno de los miembros a crear una distancia inapropiada. Esta distancia es usualmente una reacción a forjar un cierto grado de autonomía y rara vez conduce a la duración a un cambio de segundo orden. Mas bien estos cambios usualmente pueden ser una réplica del sistema primario en otras relaciones importantes. El distanciamiento también puede ocurrir en reacción a una coalición de involucramiento en el que la persona no se incluye (el padre se separa en respuesta a una alianza entre madre e hijo). Sin embargo, es difícil reconocer las características similares, porque Minuchin retrata en el continuo lineal el involucramiento y el distanciamiento como polos opuestos. La escala de diferenciación de Bowen es útil para comprender cómo el distanciamiento y el involucramiento se pueden basar en procesos similares (Johnson y Waldo, 1998).

Por otra parte, Bowen (1976, 1978) expuso el concepto de diferenciación como un primer indicador de una persona con salud emocional. La diferenciación se define como la capacidad de un individuo para funcionar en forma autónoma y auto-dirigida, sin ser controlado, dañado, o sentirse responsable por los miembros de la familia u otras personas importantes. Uno de los principales indicadores de una persona en el nivel de diferenciación, es la capacidad para separar los pensamientos y sentimientos. Además, los individuos diferenciados son capaces de permanecer íntimamente conectados con otras personas significativas. De acuerdo con Kerr y Bowen (1988), “La persona con un Yo más diferenciado puede ser individual mientras está en contacto emocional con el grupo” (pag.94). El nivel de diferenciación de una persona está principalmente determinada por el nivel de diferenciación de los padres (es decir, a través de un proceso de transmisión Multigeneracional). En general, los niños son tan sanos emocionalmente como sus padres y tienden a elegir cónyuges o parejas con similares niveles de diferenciación. A través de lo que Bowen (1978) denomina proceso de proyección familiar, los niños pueden ser los receptores de la ansiedad de sus padres y pueden llegar a ser los portadores de síntomas de sus familias. Con el fin de representar los comportamientos asociados con distintos niveles de diferenciación, Bowen desarrolló una escala de diferenciación.

Según Bowen (1978), los individuos indiferenciados tienden a actuar su disfunción por: a) permanecen fusionados y/o, b) desconectados emocionalmente. Las personas que están fusionadas no tienen un claro sentido del Yo y el funcionamiento de su estilo de reacción emocional se da especialmente en el marco del estrés. Ellos están “emocionalmente pegados” a otras personas o grupos de personas, sus procesos de pensamiento están determinados a menudo por sus emociones. Las personas que se desconectan de otras personas importantes también operan desde una posición emocionalmente pegada. Sin embargo, hacer frente a esta reacción de fusión por ruptura de relaciones importantes, responde a una posición indiferenciada. La diferenciación requiere que los individuos alcancen un grado medio emocional, esto es, desarrollar sus propios puntos de vista y separar identidades sin activar una desconexión de sus familias (Bray & Harvey, 1992). En otras palabras, los niveles bajos de diferenciación están enraizados en ambos extremos, fusión y desconexión.

Una dinámica común de los individuos indiferenciados es el oscilar entre los extremos de fusión y desconexión, posiblemente debido a las comunes raíces de las manifestaciones de este comportamiento. Los individuos, por ejemplo, permanecen fusionados con sus sistemas familiares por un periodo de tiempo y entonces se desconectan reactivamente, es decir, en forma impulsiva. La desconexión no es un comportamiento de diferenciación, sino un intento fallido de reactivación para hacer frente a la fusión. Del mismo modo, los individuos que se desconectaron de sus familias de origen a menudo estarán fusionados de manera significativa en una relación de pareja. La fusión es una vez más tratada por una desconexión emocional, repitiendo el proceso de individuación con la familia de origen (Johnson y Waldo, 1998).

Aunque Bowen conceptualiza la diferenciación como un principio de un grado medio emocional, su escala no refleja esto. Como ya se mencionó, en los niveles bajos de la escala de diferenciación es probable que los individuos estén desconectados o permanezcan fusionados en sus relaciones. En los niveles superiores de la escala las personas muestran una capacidad adaptativa de exhibir un grado medio emocional y encontrar equilibrio en sus relaciones importantes. La escala lineal de Bowen no presenta gráficamente estas dos diferentes manifestaciones, de una poca diferenciación o el equilibrio logrado en los niveles superiores de diferenciación. Sin embargo, el continuo de Minuchin, describe el logro del grado medio de las relaciones aunque también en forma lineal. En consecuencia, la integración curvilínea de la escala de Bowen y el continuo de Minuchin pueden ofrecer la mejor representación de diferenciación y la correspondencia en las estructuras de la relación (Johnson y Waldo, 1998).

Una integración curvilínea del continuo de Minuchin y la escala de diferenciación de Bowen capturan las ventajas de cada uno. En primer lugar, la afiliación/curva de diferenciación mantienen la descripción del grado medio del continuo de Minuchin. Los individuos con altos niveles de diferenciación se definen como personas que han alcanzado un grado medio emocional y los límites adecuados en sus relaciones considerando que los individuos poco diferenciados son descritos por tener límites rígidos o difusos en sus relaciones (Johnson y Waldo, 1998).

Además, el involucramiento se describe como un principio análogo de fusión y desconexión como un principio análogo de distanciamiento. Esta analogía ayuda a aclarar la naturaleza paralela de los conceptos de Bowen y Minuchin. Más específicamente, la desconexión emocional es un proceso reactivo caracterizado por un distanciamiento y atribuido a bajos niveles de diferenciación. Del mismo modo, las relaciones fusionadas se caracterizan por un involucramiento y son atribuibles a la falta de diferenciación (Johnson y Waldo, 1998).

El origen de fusión/involucramiento y desconexión/distanciamiento es más marcada por la grafica curvilínea. Cada uno de los extremos del continuo se basa en los niveles bajos de diferenciación. En ambos extremos, las consecuencias de los bajos niveles de diferenciación son evidentes, es decir, relaciones inestables caracterizadas por límites inapropiados. Del mismo modo, los individuos con altos niveles de diferenciación muestran relaciones con límites claros y apropiados (Johnson y Waldo, 1998).

La afiliación/curva de diferenciación muestra también la oscilación entre los extremos del continuo. Las personas poco diferenciadas, carecen de un sólido sentido del Yo y muestran cambios extremos de una total fusión/involucramiento con otras personas de un grupo con una severa desconexión. Las personas con altos niveles de diferenciación también adelantan o retroceden en el continuo. Sin embargo, el grado de cambio es mucho menor y usualmente permanecen en un nivel saludable. Estos papeles son usualmente específicos al contexto y funcionan en relación a la complementariedad de los papeles, estos tipos de cambios no significan generalmente bajos niveles de diferenciación (Johnson y Waldo, 1998).

En resumen, el límite del continuo de Minuchin proporciona un marco que tiene sentido del aquí y el ahora y también para las manifestaciones del comportamiento de los límites rígidos y difusos. Este continuo destaca la importancia de obtener un grado medio en sus relaciones. Por otro lado, la escala de diferenciación de Bowen proporciona una comprensión de los procesos, es decir, poca diferenciación, que está en la raíz de desconexión emocional/distanciamiento y fusión/involucramiento. La escala de

diferenciación, sin embargo, no describe gráficamente estas dos diferentes expresiones de poca diferenciación o el grado medio obtenido en altos niveles de diferenciación. La integración curvilínea del continuo de Minuchin y la escala de Bowen captura las ventajas de cada una, mientras que al mismo tiempo amplía su comprensión. En concreto, la afiliación/curva de diferenciación de Minuchin representa el aquí y el ahora en las estructuras de relación (es decir, involucramiento, distanciamiento y grado medio en las relaciones) y la idea de Bowen del nivel de diferenciación es el factor fundamental y de motivación en la expresión de estructuras de relación. La representación curvilínea amplía la comprensión de estas teorías porque: 1) aclara la naturaleza paralela de los conceptos de Minuchin y Bowen; 2) ilustra gráficamente el nivel de diferenciación que esta en la raíz de desconexión/distanciamiento y fusión/involucramiento; y, 3) resalta los cambios en la afiliación que ocurre en los diferentes niveles de diferenciación (Johnson y Waldo, 1998).

En conclusión, se puede mencionar que además de tener implicaciones teóricas, la afiliación/curva de diferenciación proporciona a los terapeutas una representación visual del modelo para la conceptualización de los niveles de diferenciación de los miembros de la familia, el impacto ocurre en los límites y las estructuras de relación. Representa gráficamente un nivel de diferenciación de los individuos como la fuente en las relación de desconexión emocional/distanciamiento y fusión/involucramiento. La curva también ilustra los cambios de afiliación que ocurren en los diferentes niveles de diferenciación. Los terapeutas recuerdan visualmente que aunque los individuos y las familias pueden parecer en un inicio distanciados o involucrados en sus estilos de relación, puede ocurrir un “efecto acordeón”. En concreto, los individuos y las familias pueden ir adelante o atrás entre los extremos de desconexión/distanciamiento y fusión/involucramiento, las vacilaciones se reflejan en sus niveles de diferenciación.

5.4. Diferenciación del Yo en relación con el concepto de Stress y el Afrontamiento.

En este estudio realizado por Murdock y Gore, Jr. (2004), se probara esta hipótesis y también se evaluará la relación entre estrés, afrontamiento, diferenciación del Yo y disfunción. Se ha pensado que la diferenciación del Yo de la familia de origen es un factor

significante en el funcionamiento psicológico. Bowen sostuvo que los efectos del estrés son moderados por la diferenciación del Yo, de manera que los altos niveles de estrés tienen un mayor impacto en los individuos con baja diferenciación en comparación a los individuos con altos niveles de diferenciación en la predicción de la disfunción. Estos resultados apoyaron la predicción de Bowen; de hecho, la diferenciación modera los efectos de percepción de estrés en la predicción del funcionamiento psicológico de la manera esperada. La interacción de la diferenciación del Yo y el estrés predicen una varianza en funcionamiento más allá de lo que se explica en los estilos de afrontamiento, lo que sugiere que aunque la diferenciación del Yo y el afrontamiento están relacionadas, no son sinónimos.

Al describir el funcionamiento de los individuos en relación a sus familias, Bowen propuso la construcción de la diferenciación del Yo de la familia de origen (Bowen, 1978). Definido como la capacidad de funcionar de manera autónoma como un individuo sin que dependa emocionalmente o este ligado al proceso familiar, la diferenciación del Yo es pensado ser asociado con un amplio rango del funcionamiento humano, incluyendo tanto los síntomas físicos como psicológicos (Kerr & Bowen, 1988).

Las pruebas empíricas de la teoría de Bowen han producido resultados prometedores aunque aun en etapas relativamente tempranas. Greene (1986) investigó la relación entre la diferenciación y el funcionamiento psicológico y encontró que la diferenciación del Yo discriminó entre un grupo control (no pacientes) y los pacientes enfermos psiquiátricos. El grupo de pacientes internos y externos muestran significativamente niveles más bajos de diferenciación que los no pacientes que son el grupo control. Tuason y Friedlander (2000), en una investigación más reciente examinaron las relaciones entre la diferenciación, la ansiedad y síntomas psicológicos en una muestra de filipinos. Encontraron que la diferenciación construida aparentemente aplicable entre las culturas y la diferenciación fue inversamente proporcional a la angustia psicológica, apoyando la teoría de Bowen. Sin embargo, no encontraron apoyo para la predicción de los sistemas familiares de que los niveles de diferenciación del Yo son transmitidos a través de la familia en un proceso intergeneracional, llamado transmisión Multigeneracional. En cambio, Harvey, Curí y Brey

(1991), encontraron que los niveles de individuación e intimidad de los padres son directamente relacionados con la de sus hijos, apoyando la hipótesis de la transmisión Multigeneracional de Bowen. En resumen, la diferenciación del Yo aparentemente esta relacionada con varios índices de funcionamiento psicológico, incluyendo síntomas psicológicos y relación de la angustia.

Un aspecto importante de la diferenciación del Yo es la capacidad para manejar el estrés de vida. Este aspecto de la diferenciación es potencialmente importante, debido a la bien documentada asociación entre el estrés, la salud física y el funcionamiento psicológico. Sin embargo, Bowen propone una complicada pero directa asociación entre el estrés y el bienestar. Kerr y Bowen (1988) observaron que “las personas en cualquier punto de la escala de diferenciación suficientemente estresados pueden desarrollar síntomas físicos, sociales y emocionales. Sin embargo, cuanto más alto sea el nivel de diferenciación, será necesario una mayor cantidad de estrés para activar un síntoma” (pág. 97). Desde este punto de vista, las personas que están bien diferenciadas son más resistentes a los efectos nocivos del estrés, mientras que la misma cantidad de estrés en una persona poco diferenciada tendrá marcadas consecuencias. El resultado de esta interacción es que las personas poco diferenciadas experimentan disfunción con mayor frecuencia que las personas que son más diferenciadas, y esta diferencia es agravada cuando las personas se enfrentan a situaciones elevadas de estrés. En esencia, Bowen creó la hipótesis de que la diferenciación del Yo modera la relación entre la disfunción y el estrés. Esta moderación de la hipótesis a nuestro entender, no se ha aprobado previamente, aunque Bartle-Haring, Rosen y Stith (2002), encontraron evidencias que un aspecto de diferenciación del Yo (reactividad emocional), estaba relacionada con el estrés y la angustia psicológica. Sin embargo, esta investigación utilizó un modelo de mediación, esto es, que colocó al estrés entre la diferenciación y el funcionamiento psicológico, en lugar de la prueba de diferenciación del Yo como un moderador de la relación estrés-angustia.

Los individuos, en su intento por hacer frente a una vida de estrés, emplean una variedad de estrategias, y las habilidades para afrontar una situación de estrés determinan hasta qué punto se compromete el funcionamiento (Folkman & Lazarus, 1980). Agregar

variables a la teoría de los sistemas familiares puede proporcionar un entendimiento más completo de las relaciones entre estrés, diferenciación del Yo y función. Desde una perspectiva de afrontamiento, se esperaría que los individuos con un bajo nivel de diferenciación tengan poca habilidad de afrontamiento; tomando desde un extremo la variación atribuida a la diferenciación del Yo que puede ser complementaria de la habilidad para hacer frente a las situaciones estresantes. Es decir, se podría argumentar que de hecho lo que se está midiendo como diferenciación del Yo es meramente una habilidad apoyada para cubrir una situación de estrés.

Bowen diría que las personas que están bien diferenciadas estarían en mejores condiciones para resistir a los efectos del estrés; aunque la literatura contemporánea sobre el afrontamiento es compleja y a menudo contradictoria, hay algunos apoyos sobre el punto de vista de que algunos estilos son más funcionales que otros.

Una dimensión importante de la propuesta de afrontamiento, se piensa que puede llegar a ser una estrategia más encaminada a acercarse o evadir el problema. En un intento por aclarar la teoría y medición del afrontamiento, Heppner, Cook, Wright y Johnson (1995), se centraron en la resolución de problemas de afrontamiento y trataron de discriminar entre las tácticas que involucran acercamiento contra la evitación de problemas, así como las consecuencias de afrontamiento a corto plazo. Además el instrumento diseñado, Problem-focused Style of Coping Inventory (PFSOC) fue diseñado para minimizar las relaciones problemáticas entre los estilos de afrontamiento y la angustia psicológica en general. Cuando se creó el PFSOC surgieron tres tipos de afrontamiento. Un conjunto de elementos se aprovechan para reflejar el afrontamiento en un acercamiento orientado, un estilo pensativo de acercamiento. Una segunda dimensión era el afrontamiento supresor, un estilo evitativo, en el cual los individuos niegan o ignoran los problemas y evitan participar en respuestas de afrontamiento. A pesar de los intentos por definir y medir el único problema centrado en el afrontamiento, éstos autores y los análisis de otros estudios también revelaron un tercer estilo, afrontamiento reactivo. El afrontamiento reactivo parece centrarse en las estrategias de emoción, excepto que en el PFSOC las reacciones emocionales producen resultados negativos.

La conceptualización de Heppner y colaboradores (1995) sobre las implicaciones del afrontamiento, nos dice que los individuos en los diferentes niveles de diferenciación del Yo pueden emplear diferentes estilos de afrontamiento. Los individuos con altos niveles de diferenciación del Yo probablemente puedan ser los que usen las técnicas de afrontamiento reflexivo, ya que ellos parecen involucrarse en el objetivo, los esfuerzos se centraron en problemas en lugar de los procesos emocionales, mientras que los individuos con bajos niveles de diferenciación pueden confiar en los métodos de afrontamiento reactivos o de supresión. Algunas pruebas de esta hipótesis son encontradas en Wei, Heppner y Mallinkrod't (2003), encontrando que el afrontamiento supresivo y reactivo esta relacionado al un estilo de apego disfuncional y angustia psicológica. Un punto de vista opuesto es que, a partir de una perspectiva teórica y práctica de la diferenciación del Yo y el afrontamiento es una misma construcción. En otras palabras, no hay necesidad de la compleja construcción de la diferenciación del Yo cuando ambas, prácticamente y teóricamente afrontan predicciones de angustia y es fácilmente más modificable. Este argumento seria contrario a la posición teórica de Bowen porque él vio el afrontamiento como solo un aspecto de la diferenciación del Yo.

Con el fin de de abordar las relaciones entre el estrés, afrontamiento y la diferenciación del Yo propuestas en la teoría de Bowen, se examinaron las relaciones de estas variables y la medida en la que se prevé el funcionamiento psicológico. Se ha intentado poner a prueba las predicciones específicas de la teoría de Bowen de que la diferenciación es un moderador de la relación angustia-estrés, así como la relación entre el afrontamiento y estas variables. Se escogió específicamente el PFSOC como una medida de afrontamiento ya que evalúa el objetivo y las estrategias enfocadas en el problema de una manera más completa, lo que conceptualiza las estrategias de manera consistente con la teoría de Bowen.

La prueba de la relación exacta de estas variables es importante por dos razones. Primero, si el estrés y la diferenciación del Yo interactúan pueden predecir el actual funcionamiento psicológico, descuidando la medición del estrés en las investigaciones de la teoría de los sistemas familiares y pueden producir resultados engañosos. En segundo lugar,

porque la diferenciación del Yo es considerada difícil de cambiar, las intervenciones destinadas a ayudar a las familias podrían ser mejoradas, en primer lugar por centrarse en reducir el estrés del cliente y posteriormente, por dirigirse a la diferenciación (Kerr & Bowen, 1988). Si los estilos de afrontamiento y diferenciación del Yo están relacionados, entonces, con las intervenciones usadas se alteran los métodos de afrontamiento que pueden ser otra forma de afectar la disfunción en lugar de tratar de cambiar directamente los niveles de diferenciación.

Siguiendo con la hipótesis de Bowen de que la diferenciación de Yo y el estrés interactúan, las personas con un bajo nivel de diferenciación son más susceptibles a los efectos del estrés y reportan una mayor disfunción que las personas más diferenciadas cuando experimentan niveles elevados de estrés. Dentro de las condiciones bajas de estrés, la diferencia de síntomas entre estos dos grupos se espera que sea menos pronunciada. Esencialmente, en este estudio se probaron las predicciones de que la diferenciación del Yo modera la relación entre la angustia y el estrés. Además diferenciación y estrés, dieron cuenta de la diferencia en el funcionamiento más allá de las habilidades de afrontamiento, ya que supuestamente es una construcción más completa y posiblemente el causal de afrontamiento, aunque no tuvo manera de evaluar la última afirmación. Se espera que las variables de estrés y afrontamiento sean relacionadas directamente e independientemente al funcionamiento. Se realizó también un estudio entre las estrategias de afrontamiento del PFSOC y la diferenciación del Yo, prediciendo que los altos niveles de diferenciación puedan ser asociados con el grado de uso de las estrategias de afrontamiento de reflexión y una menor dependencia en reacción a los métodos de supresión.

La muestra que se utilizó para llevar a cabo esta investigación consistió de 119 participantes, los cuales eran estudiantes (78 mujeres y 41 hombre) de una universidad urbana del medio oeste. La muestra comprendía edades desde 18 a 52 años, con un promedio de 26.55 años. El 76% de los participantes identificados como caucásicos eran de origen étnico, el 8.4% eran africanos-americanos, 5.2% asiáticos, 5.2% hispanos, el 0.9% identificados de la isla del pacífico y el 0.9% responden a “otros” (cuatro participantes no

respondieron a este reactivo). Aproximadamente el 53% de los participantes persiguen un grado de maestría o doctorado y el 33% están en primero o segundo año de preparatoria.

El método que se llevo a cabo consistió en entregarles a los participantes los siguientes instrumentos junto con un breve formulario demográfico. A menos de que se indicara lo contrario, todas las estimaciones internas consistentes que se reportan abajo son alfas de Cronbach.

La diferenciación del Yo se evaluó utilizando el Differentiation of Self Inventori (DSI) (Skowron y Fiedlander, 1998). Este instrumento contenía 43 reactivos y median las relaciones actuales que se evaluaron en una escala de 6 puntos que van de 1 (completamente desacuerdo) a 6 (completamente de acuerdo). Cuatro sub-es-calas comprende el DSI: a) Corte Emocional, b) Reactividad Emocional, c) Fusión con Otros y d) Posición del Yo. De acuerdo con la puntuación descrita por Skowron (2000), en los reactivos codificados, mayores resultados indicaron altos niveles de diferenciación. Debido a que se interesaron en los efectos generales de la diferenciación del Yo, se optó por analizar sobre la base total de la escala en lugar de los resultados de las sub-escalas.

Skowron y Fierdlander (1998) informaron de la consistencia interna estimada en la confiabilidad en una muestra en adultos en un rango de 0.74 de la sub-escala Fusión con Otros, a 0.88 para la puntuación de la escala completa del DSI. Skowron (2000) reportó valores similares en una muestra de parejas de adultos casados. La confiabilidad de la consistencia interna de la escala total en esta muestra fue 0.88. La estructura de cuatro factores de la DSI se confirmaron por Skowron y Fierdlander, y evidencias de la validación concurrente de marcadores de la escala pueden ser encontrados por el hecho de que los resultados de DSI son positivamente relacionados con los niveles de funcionamiento marital.

El nivel actual de estrés fue evaluado utilizando el Perceived Stress Scale (PSS) (Cohen, Kamarck & Mermelstein, 1983). Los 14 reactivos del PSS evaluaron la frecuencia con la que los encuestados experimentaron diversos acontecimientos de vida estresantes durante el último mes, utilizando una escala de 5 puntos que va desde 0 (nunca) a 4 (muy

frecuentemente). Cohen (1983) reportó la confiabilidad de la consistencia interna estimada por la PSS entre los estudiantes universitarios y adultos en un programa de dejar de fumar que iban desde 0.84 a 0.86. Los resultados del PSS están positivamente relacionados a las valoraciones individuales del número de acontecimientos negativos de vida y con el impacto negativo de estos eventos con la sintomatología depresiva y física. El coeficiente de consistencia interna en esta muestra fue de 0.83.

El PFSOC (Heppner y colaboradores, 1995) se utilizó para evaluar las habilidades de afrontamiento. Los participantes fueron entrenados en pensar como abordar los problemas y lo que puede ser útil para su solución. Posteriormente, los participantes indicaron en una escala de 5 puntos que van desde “casi nunca” a “casi todo el tiempo” sus respuestas a los reactivos en la escala. El PFSOC tiene tres sub-escalas: reactivo, reflectivo y supresivo; y estos son usados en lugar del marcador total de la escala.

Heppner y sus colegas informaron sobre la confiabilidad de la consistencia interna estimada en un rango de 0.67 de la sub-escala reactiva a 0.80 de la sub-escala reflectiva, en prueba de estudiantes universitarios. Eville, Heppner y Wang (1997) informaron de una consistencia de la puntuación total de 0.79 en una prueba de estudiantes universitarios afro-americanos. El factor de confirmación del análisis reafirmó la estructura del instrumento y prueba de la validez predictiva de puntuación de este instrumento se puede encontrar en varios estudios. Por ejemplo, Heppner y sus colegas reportaron relaciones positivas entre los estilos reactivo y supresivo, y niveles de disfunción general medidos por el Brief Symptom Inventory (BSI) (Derogatis, 1993); por otra parte Neville y sus colegas informaron las fuertes relaciones entre las puntuaciones del PFSOC y las puntuaciones en otras medidas de afrontamiento y solución de problemas (El Inventario de Resolución de Problemas); y entre la PFSOC y la percepción de estudiantes de los tipos y niveles de estresantes en sus vidas. En esta muestra, la estimación de la consistencia interna para el valor máximo de la escala fue de 0.65 y los coeficientes de las sub-escalas fueron 0.79, 0.70 y 0.77 de la para las escalas de reflexión, supresión y reacción, respectivamente.

El funcionamiento psicológico fue medido usando el Global Severity Index (GSI) del BSI (Derogatis, 1993). El BSI contiene 53 reactivos que reflejan la angustia de los encuestados durante la semana anterior. Ejemplos de los reactivos incluyen “nerviosismo o temblor interior”, “tengo impulso de golpear, insultar, herir o perjudicar a alguien”; los participantes indicaban cuanto se sentían afligidos por cada uno de los síntomas en los últimos siete días en una escala de 5 puntos que va desde 0 (nada) a 4 (extremadamente). El BSI produce 9 sub-escalas (somatización, problemas obsesivo-compulsivo, sensibilidad interpersonal, depresión, ansiedad, hostilidad, ansiedad fóbica, ideación paranoia y psicosis) y tres índices globales de angustia (the Positive Symptom Total, Positive Symptom Distress Index, y la GSI). El GSI usado en este estudio es la puntuación media de todos los reactivos y de esta manera puede ir de un rango de 0 a 4.

La confiabilidad de la consistencia interna estimadas por las sub-escalas del BSI van de un rango de 0.70 a 0.90 en pruebas de estudiantes universitarios, en los clientes del centro de consejería universitaria, psiquiátricos forenses y en pacientes ambulatorios. En esta muestra, el coeficiente de la consistencia interna fue 0.95 del total la escala (Derogatis & Melisaratos, 1983).

Las pruebas en apoyo a la validación de los resultados de GSI fueron reportados por Piersma y Boes (1995), los cuales encontraron reducciones significantes en las puntuaciones del GSI desde al admisión hasta la liberación de los pacientes psiquiátricos. Derogatis y Melisaratos (1983) consideran el GSI como el mejor indicador de la única angustia psicológica en la BSI, y por lo tanto, usado en este estudio.

El procedimiento consistió en invitar a los estudiantes a participar en un estudio de bienestar psicológico y emocional de manera voluntaria. Si los participantes querían, podían completar un formulario para poder inscribirse en un sorteo de un par de boletos para el cine. Las medidas fueron completadas, ya sea durante el horario de clases o de manera individual y después de la participación, la naturaleza del estudio fue descrita y a los participantes se les ofreció la oportunidad de hacer preguntas.

De acuerdo a lo encontrado en este estudio, los resultados demostraron que es estrés, la diferenciación del Yo, afrontamiento y disfunción psicológica estaban relacionados de maneras predecibles. El estrés percibido (PSS), la diferenciación del Yo (DSI), y sus interacciones fueron pronósticos significantes de la angustia psicológica (GSI). Además, los estilos de afrontamiento están relacionados a la angustia de manera esperada; el uso de métodos de afrontamiento reactivo y supresivo están relacionados a un mal funcionamiento psicológico. También el uso de varias estrategias de afrontamiento fueron relacionadas a la diferenciación del Yo: el afrontamiento reflectivo fue asociado con altos niveles de diferenciación del Yo y el afrontamiento supresivo y reactivo fueron asociados con bajos niveles de diferenciación. Finalmente, la interacción del estrés percibido y la diferenciación del Yo predijeron las diferencias en el funcionamiento psicológico más allá de lo explicado por el estrés o estrategias de afrontamiento.

Los resultados descritos anteriormente, proporcionan un apoyo a la teoría de Bowen y esta en línea con las investigaciones previas. La diferenciación del Yo con la familia de origen resultó ser inversamente proporcional a la angustia psicológica, los individuos con mayor diferenciación reportaron menos angustia psicológica que las personas poco diferenciadas (Greene, 1986). Sin embargo, las investigaciones anteriores no comprueban la hipótesis de moderación de Bowen que se ha examinado en este estudio. De acuerdo con la hipótesis de moderación, se sugiere que la diferenciación del Yo debe determinar la naturaleza de la relación entre la percepción del estrés y los síntomas psicológicos (Baron & Kenney, 1986), aunque se encontró que, el estrés percibido, fue como se esperaba, un fuerte predictor del funcionamiento psicológico, la interacción del estrés percibido y diferenciación también fueron predictores de angustia. Un aumento de los trastornos psicológicos asociados con el aumento de percepción de los niveles de estrés, fueron más pronunciados para las personas con bajos niveles de diferenciación del Yo en comparación con aquellos que demuestran un mayor nivel de diferenciación. En otras palabras, personas poco diferenciadas experimentaron mayor estrés y reportaron niveles significativos de disfunción psicológica, a comparación de las personas con mayor grado de diferenciación que reportaron situaciones similares de estrés. Dentro de niveles bajos de estrés, la diferencia en niveles de angustia psicológica fue menos pronunciada. Además, esta

interacción predijo la diferencia en el funcionamiento psicológico, incluso cuando los niveles de estrés percibidos fueron controlados y más allá de lo considerado por las habilidades de afrontamiento.

La angustia psicológica fue relacionada positivamente a los indicadores de afrontamiento supresivo y reactivo, apoyando los hallazgos de Hepnner y Weit (2003). El afrontamiento reflectivo no fue relacionado a las medidas de angustia, también confirmaron el hallazgo de Hepnner y colegas. Aunque parece bastante lógico los estilos de afrontamiento emocionalmente reactivos o supresivos podrían ser asociados con disfunción, es interesante que el afrontamiento reflectivo sea simplemente no asociado con el funcionamiento psicológico. Si el afrontamiento reflectivo es una alternativa saludable, podríamos haber esperado correlaciones negativas entre afrontamiento reflectivo y angustia.

Ninguno de los estilos de afrontamiento de estos tres predijo funcionamiento psicológico una vez que el estrés percibido y las variables de diferenciación fueron introducidos. Aunque este patrón puede sugerir que tanto el afrontamiento como la diferenciación son principalmente la misma cosa, las correlaciones entre la diferenciación del Yo (DSI) y las variables de afrontamiento proporcionan apoyo a los argumentos de que el afrontamiento es uno de los aspectos más complejo de la construcción, la diferenciación del Yo. Estas relaciones indican que las escalas de afrontamiento y diferenciación comparten totales máximos de 16% de varianza (es decir, la r de afrontamiento supresivo y de los indicadores DSI es -0.40; las correlaciones entre los indicadores DSI y las otras sub-escalas de afrontamiento son menores). Un conjunto similar de relaciones se encuentra entre los indicadores de afrontamiento y la medida de estrés percibida (PSS). Puede ser que la diferenciación, el estrés percibido y el afrontamiento simplemente predicen aspectos similares de disfunción, pero esto es posible solo cuando las construcciones se distinguen en un nivel teórico o empírico (Murdok y Gore, 2004).

El estrés fue el más fuerte predictor de ambos problemas fisiológicos y psicológicos. Se espera que este hallazgo tome la investigación previa documentando la relación entre el

estrés y patología. Ahora bien, evaluar el nivel de estrés en la vida de un cliente es, según este estudio, una tarea fundamental del terapeuta. Sin embargo, estos resultados sugieren que la diferenciación también interactúa con los niveles de estrés para afectar el funcionamiento.

La aplicación de la teoría de Bowen y el trabajo con los clientes debe proceder cuidadosamente debido a que la investigación en esta perspectiva es evidentemente nueva y proporciona inferencias limitadas acerca del causal en las relaciones, debido a los diseños de estudios utilizados normalmente. Con esta advertencia en mente, estas investigaciones sugieren que las personas que trabajan con familias tienen múltiples opciones a la hora de evaluar e intervenir con sus clientes desde una perspectiva de los sistemas familiares. Claramente el primer paso en dichas intervenciones es evaluar en las personas o en las familias el actual nivel de estrés. En el interés de eficiencia, el terapeuta puede tomar el paso inmediato de trabajo a reducir el estrés del cliente o enseñar al cliente nuevas estrategias de afrontamiento.

Con respecto al afrontamiento del cliente, los resultados sugieren al terapeuta supervisar las estrategias dominantes usadas por los pacientes y quizá intervenir para reducir los intentos reactivos y supresivos. Al modificar las estrategias de afrontamiento se puede reducir el estrés, y en particular, en personas con un bajo nivel de diferenciación que son más susceptibles al estrés, promoviendo un mejor funcionamiento.

Según Bowen, el nivel de diferenciación del Yo es mucho más difícil de modificar, sin embargo, se cree que la diferenciación forma la base en la que las personas afrontan los desafíos de la vida. Al mismo tiempo, puede ser útil para los terapeutas considerar intervenciones dirigidas a la diferenciación del Yo si las dirigidas al estrés o el afrontamiento parecen ineficaces. De hecho, la teoría de los sistemas familiares implicaba que el cambio más duradero habría resultado del aumento de los niveles de diferenciación de los clientes que habrían resultado de los intentos de alterar los niveles de estrés o estilos de afrontamiento. Las intervenciones dirigidas al incremento de la diferenciación pueden también tener una función preventiva, ya que debería de afectar la capacidad adaptativa

ante una vida de estrés, reduciendo así el riesgo de disfunción psicológica (Murdoch y Gore, 2004).

5.5. Diferenciación y ansiedad social.

Por último, se analizara un estudio elaborado por Peleg (2005) quien evaluó la relación entre Diferenciación de los padres y la ansiedad social de los hijos, utilizando una muestra de estudiantes universitarios y sus padres a fin de reflejar los modelos de familias a través de tres generaciones. El primer hallazgo confirma que el nivel de diferenciación de los padres (diferenciación del yo y diferenciación familiar) y la ansiedad social se relacionaron positivamente con la de sus hijos. Este brinda un apoyo a Bowen (1978; Kerr & Bowen, 1988), a la disputa de transmisión del proceso emocional familiar a través de las generaciones. Además, se encontró que la ansiedad social de los estudiantes fue inversamente relativa a los niveles de diferenciación de sus padres. Es indicada la importancia de dirigir los problemas familiares en el tratamiento de personas con problemas relacionados a la ansiedad social.

Esta es una evidencia de que los modelos de la familia de origen, particularmente los modelos de regulación de distancia, tienen un impacto significativo en los niveles de ansiedad de los hijos, funcionamiento social y síntomas psicossomáticos (Gavazzi, 1993; Peleg, 2002; Teichman & Ziv, 1998). La diferenciación, es un concepto que puede ser utilizado para describir los modelos de interacción familiar, que en mayor o menor extensión regula las distancias de los miembros familiares y facilita un equilibrio apropiado para la edad de individualidad e intimidad. Esta es una manera de caracterizar el equilibrio (o desequilibrio) de dos fuerzas de vida o instintos: la fuerza de la unión y la fuerza de la individualidad.

Con respecto al funcionamiento intrapsíquico, la diferenciación es usada para describir la capacidad de un individuo para separar instintivamente su manejo de reacción emocional de sus pensamientos considerados como una directa anotación del funcionamiento. Se cree que los niveles de diferenciación disminuyen en proporción al grado en que el sistema familiar es incapaz de demostrar tolerancia a la individualidad y/o

intimidad, el cual resulta en niveles bajos de funcionamiento entre todos los miembros de la familia (Bartle-Haring & Gavazzi, 1996). Teóricamente, un nivel de diferenciación tiene un número de consecuencias importantes.

La diferenciación dentro de la familia ha sido conceptualizada de diferentes maneras. Dos construcciones importantes han sido examinadas en una serie de estudios: diferenciación del Yo y diferenciación familiar. La construcción de la diferenciación del Yo (Skworon y Friedlander, 1998) es basada en el supuesto de que la diferenciación es la variable más crítica para el desarrollo de la personalidad madura y el logro de la salud psicológica. El concepto de diferenciación se utiliza para describir la manera en que los modelos de familia, afectan a la trayectoria de la salud y el desarrollo individual, e influye en la medida en que los individuos son capaces de actuar con un grado de autonomía apropiado a su edad, tomando responsabilidad personal de tareas apropiadas a su edad, y fuertes conexiones con otros importantes (Skworon, Holmes & Sabatelli, 2003).

En teoría, cuatro factores están relacionados a los niveles de diferenciación de las personas: Reactividad emocional, la capacidad para asumir una posición del Yo, desconexión emocional y fusión con otros (Kerr & Bowen, 1988; Tuason & Friedlander, 2000). En primer lugar, se dice que las personas poco diferenciada son emocionalmente reactivas. Por otra parte, las personas con un alto nivel de diferenciación no son abatidas por sus fuertes emociones. En segundo lugar, los individuos más diferenciados son capaces de tener una posición de Yo y de sus propios pensamientos y sentimientos sin necesidad de ajustarse a las expectativas de los demás. En tercer lugar, cuando las experiencias interpersonales son demasiado intensas, los individuos con un bajo nivel de diferenciación se aíslan de los demás, así como de sus emociones, mientras que las personas con un mayor nivel de diferenciación, no sienten la necesidad de desconectarse emocionalmente. En cuarto lugar, las personas con un alto nivel de diferenciación son capaces de mantener relaciones bien definidas, mientras que las personas con bajos niveles de diferenciación tienden a un sobre-involucramiento o fusión con otros en la mayor parte de sus relaciones cercanas.

La construcción de la diferenciación de Yo ha sido apoyada por estudios empíricos. Altos niveles de diferenciación (es decir, menor reactividad emocional, desconexión emocional, fusión y una mayor posición del Yo) predicen altos niveles madurez psicológica y satisfacción marital (Skworon y Friedlander, 1998; Tuason y Friedlander, 2000), mientras que los bajos niveles de diferenciación están vinculados a la angustia psicológica, al aumento en los niveles de ansiedad, síntomas psicológicos y ansiedad social.

La segunda construcción, diferenciación familiar (Anderson y Sabatelli, 1992), se basa en el supuesto de que cualquier evaluación del funcionamiento del sistema de la familia debe tomar en cuenta los modelos de interacción dentro de las diversas relaciones que integran el sistema en su conjunto. Es decir, con el fin de definir el nivel de diferenciación de los miembros de la familia, los miembros individuales en sus relaciones con cada padre deben ser examinados. Estas relaciones son percibidas en términos de comportamientos, cogniciones, sentimientos, respeto a los límites y niveles de intimidad personal (Penn, 1982).

Una serie de estudios han sido utilizados directamente para la construcción de la diferenciación de la familia y estos se han reportado en la literatura. Por ejemplo, se han encontrado relaciones entre los niveles de diferenciación familiar por un lado, y los ajustes adolescentes, madurez psicológica, desarrollo psicológico, formación de la identidad y comportamiento problemáticos, por el otro. Los niveles de diferenciación familiar fueron inversamente correlacionados con las dificultades del sistema familiar, problemas relacionados con la escuela, dificultades con las amistades, problemas orientados con los individuos y actividades ilegales (Gavazzi, 1993).

De acuerdo con Bowen (1978), en la Teoría del Sistemas Familiar Intergeneracional, los modelos de relación (incluyendo la diferenciación) son producidos a través de generación en generación. La transmisión de los modelos de relaciones significantes se considera que ocurre a través de un proceso de modelos sociales dentro de la familia, mantenido fuera de un sentido de lealtad cubierta a la vieja generación. Probando este modelo, Bartle, Haring y Sabatelli (1995), encontraron que la percepción de los modelos

de interacción familiar de las madres (y en menor medida la de los padres) están relacionados a los reportes de estudiantes de su reactividad emocional. También encontraron que los niveles de diferenciación familiar de los estudiantes están relacionados a los auto-reportes de reactividad hacia sus madres y sus padres. Otro estudio (Bartle-Haring, 1997), que incluía las variables de diferenciación familiar, la orientación del sexo y el desarrollo de la identidad adolescente, sugirió que los dominios de la identidad ideológica e interpersonal fueron diferencialmente relacionados con la diferenciación en el sistema familiar y la orientación del sexo. Los hombres adolescentes que reportaron una mayor diferenciación en relación con sus padres presentaron mayores niveles de identidad ideológica e interpersonales. Sin embargo, la diferenciación con los padres (pero no con las madres) predice la identidad interpersonal de las mujeres adolescentes, pero la diferenciación con ninguno de los padres predijo su identidad ideológica. Una investigación adicional (Bartle-Haring, Kenny & Gavazzi, 1999) evaluó el mantenimiento de los límites en la familia desde la perspectiva de los tres miembros, encontrando que los niveles de diferenciación familiar de los adolescentes es indirectamente relacionado a través de las medidas de ajuste marital y madurez psicológica, con las interacciones de las madres y de sus propios padres.

En la mayoría de las investigaciones respecto a las relaciones familiares, la “familia” se percibe como una familia nuclear de padres a hijos (Wilson, 1989). Sin embargo, en una época en que las personas viven más tiempo y las generaciones se superponen, la palabra “familia” como tal parece una definición limitada. De hecho, los investigadores han comenzado recientemente a prestar atención a la influencia de los miembros de la extensión familiar en ajuste y ansiedad en los niños. Cowan y colaboradores (1992), se encuentran entre los primeros que hicieron énfasis en la importancia de examinar a la familia más allá de dos generaciones.

Una revisión de la literatura revela que pocos estudios han examinado la transmisión de los procesos familiares desde un punto de vista intergeneracional. Harvey, Curry y Bray (1991), examinaron la individuación y la intimidad desde la perspectiva de dos generaciones (jóvenes adultos y sus padres), encontraron que la calidad de relaciones de la

familia de origen y la familia nuclear es llevada directa e indirectamente sobre los niveles de auto-reporte psicológico, la vida de estrés, la salud y la mejora de los comportamientos de adultos de mediana edad. La fuerza del proceso de transmisión fueron mayores entre las madres y los hijos que entre los padres y los hijos. En otro estudio, Tuason y Fiedlander (2000) no encontraron evidencias de la transmisión intergeneracional de la diferenciación y psicopatologías de los padres a los hijos mayores. Algunas investigaciones, han examinado la transmisión de los modelos de relación general, tales como la timidez y la asertividad en poblaciones normales, pero la mayoría de los resultados han sido inconclusos. Por lo tanto, solo Harvey (1991) encontró apoyo de la noción de la transmisión intergeneracional el cual fue solo un apoyo limitado. Es posible que estos hallazgos contradictorios sean el resultado de diferentes medidas usadas para examinar el proceso intergeneracional. Por ejemplo, Harvey (1991) y sus colegas utilizan el PAF-Q para evaluar la transmisión intergeneracional de la familia y las relaciones de pareja, mientras que Tuason y Fiedlander (2000) utilizaron el DSI para evaluar la transmisión intergeneracional de la diferenciación.

En un estudio reciente (Lawson & Brossart, 2001), se ha examinado la transmisión intergeneracional de una familia a través de más de tres generaciones, desde la perspectiva de un individuo en cada familia (en relación a los padres de las personas, cónyuges e hijos). Los resultados proporcionan un grado de apoyo a la hipótesis de la transmisión intergeneracional. La predicción más fuerte del proceso de transmisión fue desde la relación participantes/padres a la relación de participante/cónyuge (fusión/individuación del cónyuge). El actual estudio contribuye a estos resultados por el empleo de datos obtenidos de tres individuos (padre, madre e hijos) que reflejan la diferenciación (diferenciación familiar y diferenciación del Yo) en tres generaciones de miembros familiares, así como por la evaluación de las relaciones entre niveles de diferenciación y ansiedad social a través de las generaciones.

Un estudio reciente (Bruch & Heimberg, 1994) encontró que la ansiedad social en los niños es positivamente relacionada a la cohesión familiar e inversamente relacionada a la calidad marital. Se sugirió que la intensa cercanía transmite una sobreprotección, y que las dinámicas de las familias fusionadas, se caracterizan por la dependencia emocional y la

falta de autonomía, esto puede inducir a sensaciones de confusión, estrés y ansiedad en los niños. También se confirmó que los padres socialmente ansiosos pueden evitar exponer a sus hijos a múltiples tipos de interacción social como resultado de su propia ansiedad, y que a su vez contribuye a promover la fobia social y el miedo en los niños a través de una reducción en experiencias sociales. Según Buss (1980), los padres que están demasiado preocupados con otras opiniones pueden generar un mayor miedo de evaluaciones negativas en sus hijos, como resultado de sus recuerdos continuos de que otras personas están examinando su apariencia o su comportamiento social. De hecho, en otro estudio, se encontró por un lado, una relación negativa entre diferenciación familiar y por el otro diferenciación social (particularmente miedo de evaluación negativas) y los síntomas fisiológicos (por ejemplo, dolores de cabeza y estomacales). Los resultados sugieren que las personas menos diferenciadas pueden correr el riesgo de mayor ansiedad social y sintomatología.

A pesar de las relaciones encontradas entre variables familiares, maritales y ansiedad social de los hijos, se muestra en una escasez de investigación en lo que respecta a las relaciones entre la diferenciación y la ansiedad social entre padres e hijos. La investigación de estas relaciones puede apoyar a la teoría de Bowen relacionando la importancia del proceso de transmisión intergeneracional (Bowen, 1978), así como el proceso de diferenciación de los miembros de la familia. También puede contribuir a la comprensión de la etiología de la ansiedad social. Considerando que la disfunción de los padres afecta a las generaciones a través de la transmisión multigeneracional, el objetivo de este estudio fue examinar los niveles de diferenciación de los padres y su relación con la ansiedad social de los hijos. Ahora bien, las siguientes hipótesis fueron probadas:

1. Niveles de diferenciación de los padres (tanto la diferenciación del Yo como la diferenciación familiar) se asocio positivamente con los niveles de diferenciación de los hijos.
2. La diferenciación de los padres (de ambos tipos) puede ser relacionado negativamente a la ansiedad social de los hijos, a fin de que una baja diferenciación de los padres sea asociada con una alta ansiedad social en los hijos.

3. La ansiedad social de los padres puede ser positivamente correlacionada con la ansiedad social de los hijos.

Para comprobar lo anterior, se seleccionaron 40 familias de estudiantes universitarios (15 hombres y 25 mujeres) y participaron en este estudio sus madres y padres. Inicialmente, 46 estudiantes fueron elegidos aleatoriamente de la población del segundo y tercer grado del Departamento de Asesorías de la Facultad de Educación de una universidad en el norte de Israel, cuyos nombres y direcciones fueron obtenidos de la oficina de registro y admisión. Se contactaron principalmente por teléfono, únicamente 46 estudiantes fueron invitados a una reunión en la que recibieron tres paquetes que contenían los cuestionarios, un paquete por cada miembro de la familia. La muestra estuvo compuesta por 40 estudiantes los cuales regresaron los cuestionarios. La edad media de los participantes fue de 24.8 para los hombre (con un rango de 22-28), 23.4 para las mujeres (con un rango de 20-26), 51.0 para los padres (con un rango de 43-58) y 48.0 para las madres (con un rango de 40-56); 76.0 para los abuelos (con un rango de 63-85) y 73.0 de las abuelas (con un rango de 60.84). Cabe señalar que estas dos últimas cifras se refieren únicamente a los abuelos que estaban vivos en el momento del estudio (66%). Todos los estudiantes procedían de familias de judíos de clase media, que vivían en una región urbana en Israel. Todos los estudiantes participantes cumplieron con un criterio de inclusión de ser de una familia intacta viviendo con los dos padres biológicos en el hogar.

Los instrumentos utilizados para este estudio fueron: The Differentation of Self Inventory, Family Differentiation y Social Anxiety. A continuación se describirá en que consiste cada uno de ellos y lo que evalúa cada escala.

The Differentiaton of Self Inventory

Se evaluaron los niveles de diferenciación del Yo utilizando el Inventario de Diferenciación del Yo (DSI) (Skowron y Friedlander, 1998). El inventario consta de 44 reactivos, la medida se enfoca en adultos, sus relaciones significantes y sus actuales relaciones con su familia de origen. Los participantes respondieron a los reactivos en 6 puntos de la escala de Likert que van desde 1 (no muy verdadero de mi) a 6 (muy verdadero

de mi). Las muestras de los reactivos son: “La gente ha señalado que soy demasiado emocional” “Estoy preocupado sobre la pérdida de mi independencia en mis relaciones intimas”. Ahora bien, cuanto más bajo sea el puntaje, mayor es el nivel de diferenciación. El puntaje total del DSI fue calculado por la puntuación media de los reactivos. Este rango es por lo tanto de 1-6, las puntuaciones más bajas reflejan una mayor diferenciación. La (alfa Cronbach) fue de 0.88 en la muestra original y 0.78 en la actual.

Family Differentiation

Se utilizó la Escala de Diferenciación en el Sistema Familiar (DIFS: Anderson & Sabatelli, 1992) para evaluar los niveles de diferenciación en las relaciones recíprocas. Cada miembro familiar fue cuestionado a responder 11 reactivos de la escala tipo Likert en lo que respecta a las relaciones con sus padres. Hubo tres sub-escalas de resultados: el estudiante con el padre y la madre, la mamá con los abuelos maternos y el padre con los abuelos paternos. Algunos reactivos de esta prueba fueron: “Mi padre respeta mi privacidad”. Las posibles respuestas van desde 1 (nunca) a 5 (siempre). Los promedios fueron calculados para la escala total y para las relaciones con cada uno de los padres, los puntajes altos indicaban mayor nivel de diferenciación. Anderson y Sabatelli (1992) reportaron una confiabilidad de la consistencia de las sub-escalas del DIFS que van desde 0.83 a 0.93. Demostraron una relación positiva en los altos niveles de diferenciación basados en los indicadores del DIFS y el ajuste personal. La consistencia interna y la confiabilidad calculadas en la actual muestra fueron similares, y van desde 0.77 a 0.82.

Social Anxiety

Se evaluó la ansiedad social usando la Escala de Ansiedad Social (SAS-R: La Greca & Stone, 1993). Estos 22 reactivos del inventario de auto-reporte consiste de 18 estado descriptivos acerca de la ansiedad social y cuatro reactivos de relleno. Estos incluyen reactivos tales como: “Me preocupe que no les agrade a otras personas”. Además hay cuatro reactivos de relleno (por ejemplo, “Me gusta practicar deporte”), que no contribuyen a la puntuación total. Las posibles respuestas se describen en 5 puntos de la escala que van desde 1(nunca) a 5 (siempre). El alfa de Cronbach para la presente muestra fue de 0.91, indicando que el cuestionario tiene una buena consistencia interna.

El procedimiento que se llevo a cabo fue entregarle a los estudiantes participantes tres paquetes, uno para cada miembro de la familia (padre, madre y estudiante). Cada paquete contenía un cuestionario sobre datos demográficos, los tres inventarios (DSI, DIFS y SAS) y una carta de la persona que solicita la participación y explica el carácter voluntario y que será de manera anónima. Se pidió a los participantes regresar los cuestionarios después de dos semanas. Se le pidió a lo estudiantes poner sus paquetes en un buzón especial de la universidad, a los padres se les pidieron los paquetes con correo, nombre y dirección y en sobres siempre sellados. Para asegurarse de que los inventarios fueran completados por cada uno de los miembros de la familia asignada, las madres y los padres fueron contactados por teléfono y cuestionados específicamente para completar sus propios inventarios.

El objetivo principal de este estudio fue examinar la utilidad de algunas nociones clínicas y teorías en la Teoría del Sistema Familiar de Bowen (1978) mediante el estudio de las relaciones entre padres e hijos, diferenciación y ansiedad social. En general los análisis revelaron altas relaciones entre generaciones: la percepción de la diferenciación de los estudiantes en su familia de origen y la percepción de la diferenciación de los padres con sus familias de origen (con los abuelos), lo que confirma la primer hipótesis. Además, se encontraron altas relaciones entre los niveles de ansiedad social de los estudiantes y sus padres (hipótesis 3), corroborando los recientes hallazgos de las investigaciones que indicaron altas correlaciones entre los niveles de DIFS de los miembros familiares (Bartle-Haring & Gavazzi, 1996). En conclusión, estos resultados sugieren que los modelos de la familia de origen de los padres son transmitidos de una generación a otra.

Como se ha señalado, los niveles de diferenciación y ansiedad social en los padres y las madres fueron significativamente correlacionados, y por lo tanto, se promedió dentro del conjunto de los marcadores de los padres. Es probable que alguien que se niega a desarrollar una madurez emocional, quiera elegir a un compañero con su mismo nivel emocional, reforzando el proceso de transmisión (Roberto, 1992). Por lo tanto, seria interesante evaluar el grado de similitud entre los cónyuges. En este sentido, los métodos estadísticos pueden ser utilizados en un estudio longitudinal de los niveles de diferenciación

de los cónyuges, examinando varios puntos de su ciclo de vida (por ejemplo, poco después del matrimonio y varios años después).

Una importante conclusión es que la ansiedad social de los estudiantes fue inversamente proporcional a la diferenciación del Yo de sus padres, con esto se confirma parcialmente la hipótesis 2. Esto apoya los resultados de Peleg (2002), y es consistente con la afirmación de Bowen (1978) de que la diferenciación afecta la naturaleza de las relaciones de los individuos. Se encontró que los bajos niveles de diferenciación fueron asociados significativamente con mayor ansiedad social, indicando que la ansiedad se extiende a las dinámicas de otras redes sociales; los hijos bien pueden haber sido “enseñados” a ser ansiosos, no solo dentro de su propia familia, sino también con otras personas en otras situaciones sociales.

Con el apoyo teórico y empírico de estos estudios, se pretende expandir un panorama acerca de la Teoría de los Sistemas Familiares de Bowen y reafirmar los conceptos más importantes de la misma. Diversos autores han estudiado acerca del tema y han apoyado y comprobado su eficacia. Finalmente podemos concluir que, aunque falta estudiar mucho sobre esta teoría, las investigaciones realizadas arrojan datos de suma importancia y veracidad que comprueban sus aplicaciones. Se sugiere estudiar más sobre el tema y realizar otras investigaciones que puedan contribuir a su desarrollo.

6. MÉTODO

Finalidad.

Describir la relación que existe entre el grado de diferenciación, con los factores que influyen en la elección de pareja en los jóvenes universitarios. Es decir, que se intenta buscar la relación entre los factores personales-emocionales, sociales-culturales y familiares, junto con el grado de diferenciación.

Participantes

Los participantes fueron 500 personas (239 hombres y 261 mujeres), las cuales eran estudiantes y se encontraban en el nivel licenciatura. La muestra se tomó del Estado de México y Distrito Federal y comprendió edades desde 17 a 47 años. Sin embargo, cabe señalar que la edad que más predominó entre los participantes fue de 20 años. Algunas características importantes de los participantes son que: el 95% de la población es soltera, es decir, solo 24 personas reportaron estar casadas; la mayoría ocupa el primer lugar entre los hermanos; el 100% de la población se dedica a estudiar, aunque es importante recalcar que una parte estudia y trabaja al mismo tiempo.

Instrumentos

A cada participante se le entregaron dos instrumentos, los cuales se utilizaron para este estudio. Se aplicó el Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009); además de el Cuestionario FIEP (Factores que influyen en la Elección de Pareja, Aguilar y López, 2004). El primer cuestionario tuvo como propósito evaluar el grado de diferenciación de los sujetos, y el segundo, analizar los factores que intervienen en la elección de pareja, el cual consta de 45 reactivos. El FIEP está dividido en 3 subescalas o categorías:

1.- Factores personales/emocionales: Factores basados en gustos, intereses y valores compartidos, así como sentimientos y emociones agradables al lado de la pareja (ítems 1-4, 7, 10, 11, 14-16, 19-21, 23, 37).

2.- Factores culturales/sociales: Expectativas sobre la relación de pareja marcadas por un modelo cultural que indica los roles del hombre y la mujer dentro de la pareja, así como ciertas normas y valores transmitidos culturalmente (ítems 6, 9, 13, 17, 26-29, 31-36, 38)

3.- *Factores familiares*: Influencia de los modelos familiares, las presiones psicológicas y económicas que los padres ejercen para controlar la elección adecuada de los hijos, valores y costumbres que se desea o no preservar del ámbito familiar (Ítems 5, 8, 12, 18,22, 24, 25, 30, 39-45)

Procedimiento

La población fue invitada a participar de manera voluntaria en la muestra. Se le entregó a cada personas el juego de los dos instrumentos el DSI (Differentiation of Self Inventory, Inventario de la Diferenciación del Yo, Skworon y Friedlander, 1998) y el Cuestionario FIEP (Factores que influyen en la Elección de Pareja, Aguilar y López, 2004). Se les informó cuales eran los fines para los cuales se utilizarían los datos; de la misma forma se les explicó que los datos recabados eran confidenciales y utilizados solo de manera estadística, por lo que se les pedía que contestaran de manera sincera. Los dos instrumentos se les entregaron al mismo tiempo y los respondieron en una sola sesión que oscilaba entre los 15 y 20 minutos de duración. Cuando los participantes terminaban de responder la prueba se les agradecía su colaboración y se respondían algunas preguntas que les surgían a algunos de ellos.

7. RESULTADOS

A continuación se presentan los resultados encontrados en este estudio; se comenzará por describir de manera gráfica y por medio de tablas las características más importantes de los sujetos que participaron en esta prueba, en especial, las variables demográficas.

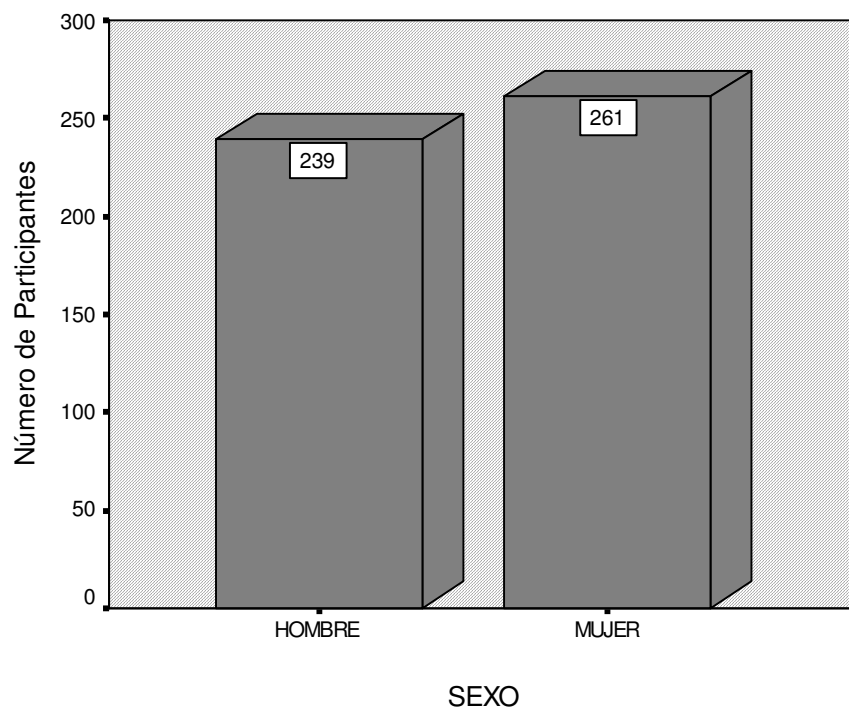


Figura 1. Número de participantes por género.

La Figura 1 muestra el número de personas que participaron en esta prueba de acuerdo al género, en la cual podemos apreciar que el número de mujeres es mayor; participaron 239 hombres y 261 mujeres.

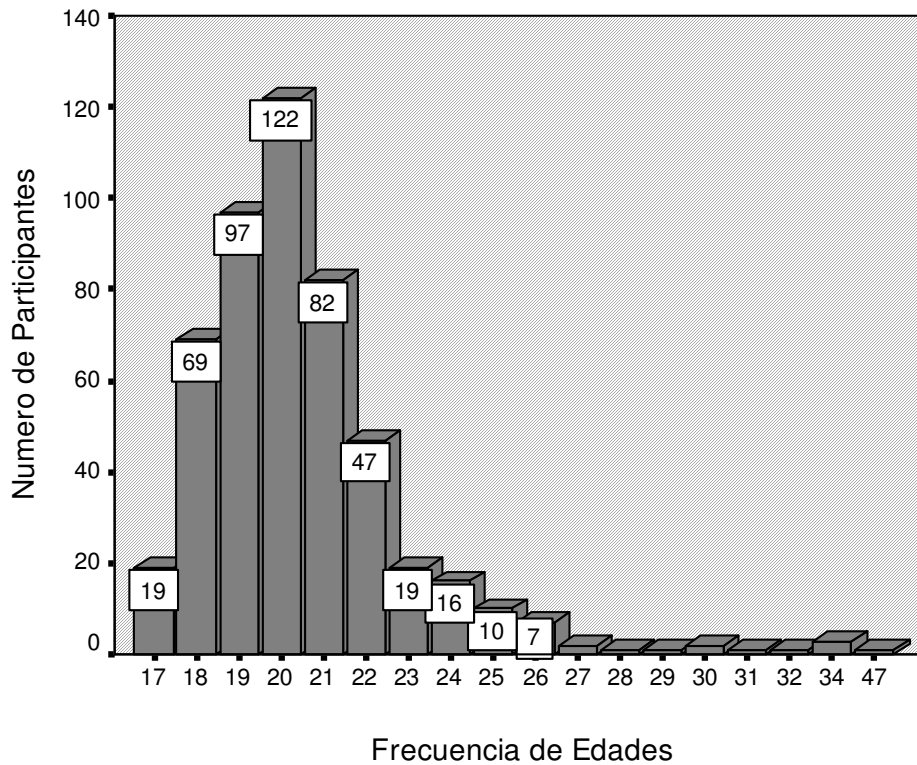


Figura 2. Representa la edad de los participantes

La Figura 2 muestra la edad de los participantes, como se puede observar el rango es muy amplio, pues oscila entre los 17 y 47 años, esto se debe a que los instrumentos se aplicaron a alumnos universitarios, pero no se estableció un rango de edad. Se aprecia también que la edad que más predominó entre la población fue de 20 años.

		TIENES PAREJA		TOTAL
		SI	NO	
SEXO	HOMBRE	65	45	110
	MUJER	258	132	390
TOTAL		323	177	500

Tabla 1. Número de personas que mantienen una relación de pareja.

La Tabla 1 se presenta en forma de tabla porque es más fácil apreciar la cantidad total de los participantes, el número de personas que tienen pareja del sexo masculino y del femenino. Observamos que 323 personas mantienen una relación de pareja (65 hombres y 258 mujeres) y solo 117 no tienen pareja actualmente (45 hombres y 132 mujeres). Cabe destacar que una mayor cantidad de la población mantiene una relación de pareja.

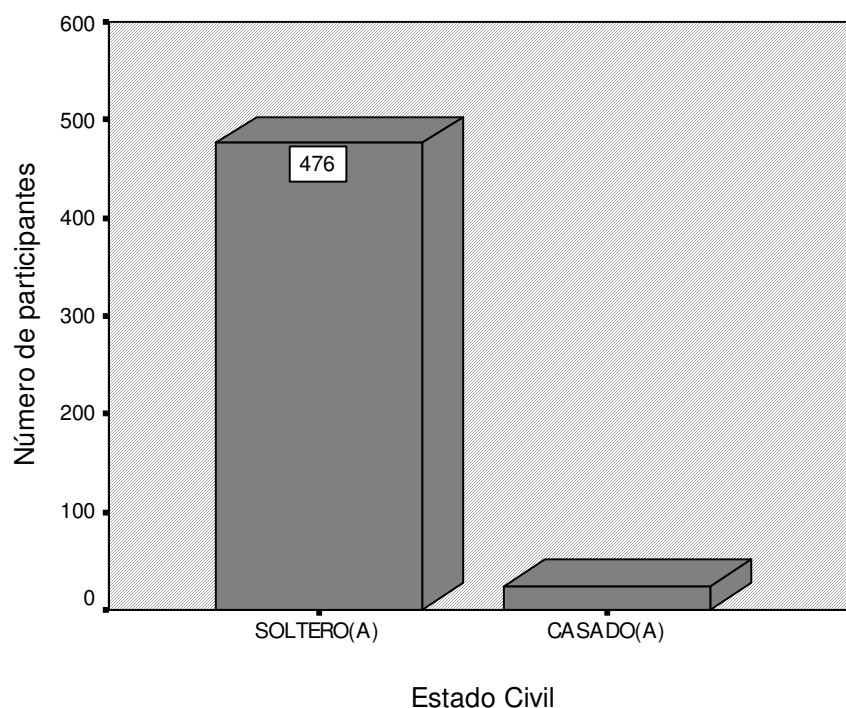


Figura 3. Estado civil de los participantes

En la Figura 3 se observa el estado civil de los participantes, en la cual es fácil observar que la mayor cantidad de la población es soltera (476 personas) y solo 24 personas con casadas. De acuerdo a los datos obtenidos, podemos concluir que esto es debido a que la edad de los participantes que más predomino esta entre 19 y 21 años.

Una vez descrito los datos demográficos de los participantes, se explicara ahora cuales fueron los puntajes del instrumento que se aplicó (El Cuestionario FIEP, Factores que influyen en la Elección de Pareja, Aguilar y López, 2004), los cuales se irán explicando por cada una de las áreas. Es importante mencionar que no existe un puntaje total para el

instrumento, sino que se califican las tres áreas obteniendo el puntaje de cada una y comparándolos para obtener el nivel de influencia sobre el proceso de elección de pareja. Comenzaremos por el área Personal-Emocional.



Figura 4. Influencia del factor Personal-Emocional en la elección de pareja

En la Figura 4 se muestra la calificación que obtuvieron los participantes en el área Personal-Emocional, donde se observa que 187 personas tienen una calificación baja, 179 moderada y solo 134 alta; con lo que se concluye que aunque para las personas estos factores resultan de vital importancia, pues son el resultado de experiencias individuales en diferentes contextos en los que el individuo se desenvuelve, para la mayoría de los participantes no es importante el factor Personal-Emocional al momento de elegir una pareja.

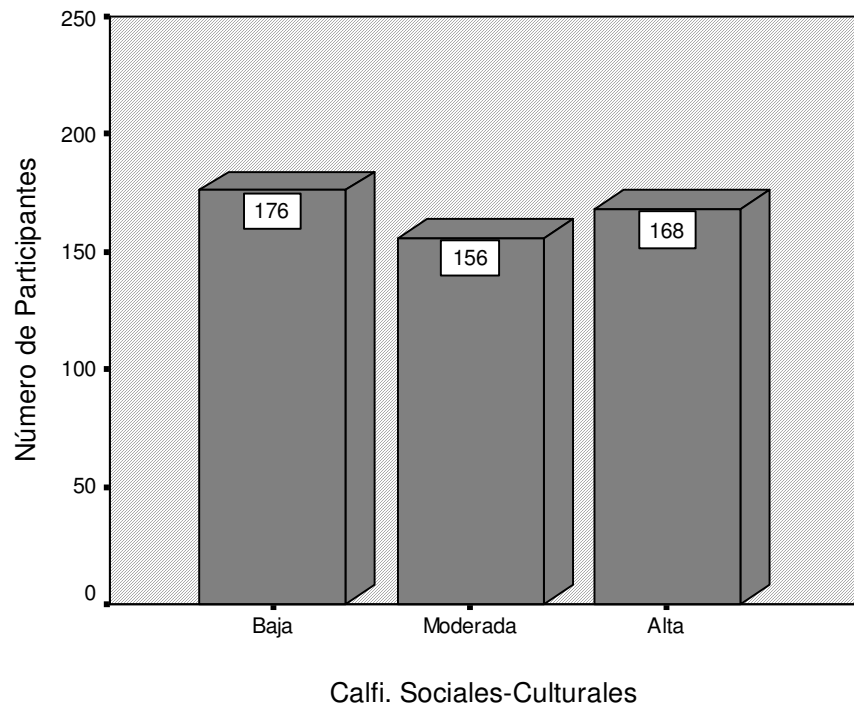


Figura 5. Influencia de los factores Sociales-Culturales en la elección de pareja

En la Figura 5 se observa cuál fue la calificación en cuanto al grado en el que influyen los factores Sociales-Culturales en la elección de pareja, aquí se describe que 176 personas tienen una influencia baja, 156 moderada y 168 alta, lo que demuestra que estos factores si influyen en las personas al momento de elegir pareja y son importantes, pues se dice que las personas eligen al compañero a través de su historia, sus normas, creencias y valores de lo que es el hombre, la mujer y la relación entre los dos. Por esta razón, podemos observar que en el caso de los participantes de esta prueba este aspecto es significativo.

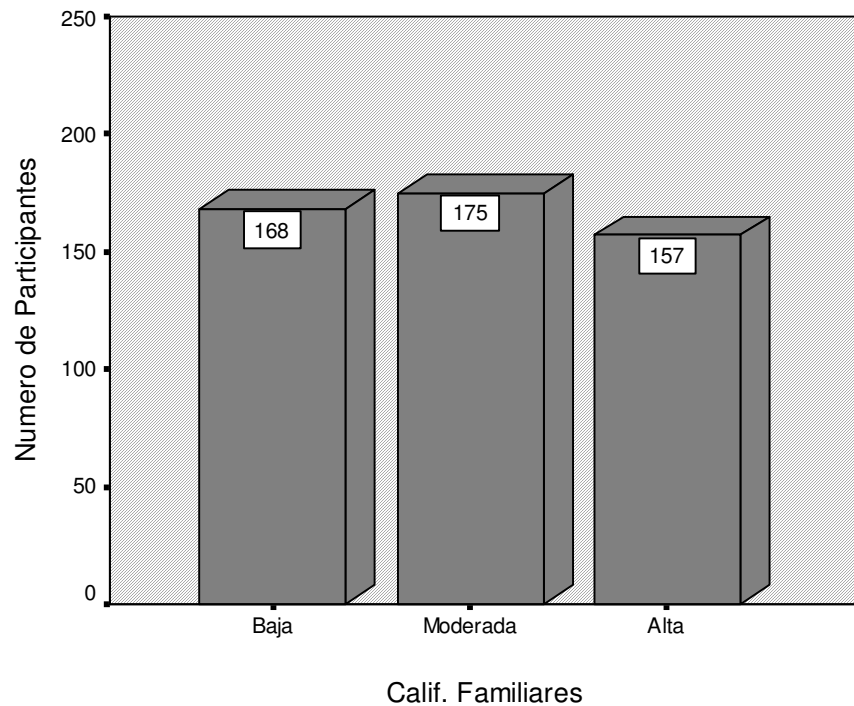


Figura 6. Influencia de los factores Familiares en la elección de pareja

La Figura 6 demuestra de qué manera influyen los factores Familiares en las personas al momento de elegir a una pareja, donde se observa que para 168 personas el grado de influencia es media, para 175 es moderada y solo 157 es alta, con lo que se concluye que para las personas son importantes los factores familiares y la influencia que estos tienen al momento de elegir a un compañero. Aunque la mayoría de los participantes respondieron que influye solo de manera moderada, se puede observar que este factor es más importante y que influye más en las personas al momento de elegir pareja a comparación de los personales-emocionales y sociales-culturales, esto se debe a que la familia educa a sus hijos bajo ciertas reglas, las cuales van influyendo en las personas en diversos aspectos de su vida, sobretodo al momento de elegir a un compañero.

Una vez que se han explicado las puntuaciones obtenidas por los participantes de acuerdo al instrumento Cuestionario FIEP (Factores que influyen en la Elección de Pareja, Aguilar y López, 2004), para saber cuál fue el grado en que influye cada uno de los factores de lo cuales se compone, se analizará cuál es la confiabilidad del instrumento y cuál fue la

confiabilidad de cada uno de los ítems que contienen los tres factores (Personal-Emocional, Culturales-Sociales y Familiares). Para obtener la confiabilidad se obtuvo un Alpha de Cronbach's para el instrumento completo y cada una de sus áreas.

Estadística de Confiabilidad	
Cronbach's Alpha	No. de Items
.837	44

Tabla 2. Confiabilidad del Cuestionario FIEP.

La Tabla 2 indica la confiabilidad del Cuestionario FIEP, el cual se aplicó para observar cuáles son los factores que influyen en las personas en la elección de pareja, el cual se divide en tres factores como ya se había mencionado. Podemos observar que la confiabilidad resulta un alfa=.837 lo cual indica una confiabilidad alta.

Estadística de Confiabilidad	
Alpha de Cronbach	No. de Items
.6942	15

Tabla 3. Confiabilidad del área Personal-Emocional

En la Tabla 3 se observa la confiabilidad de los ítems correspondientes al factores Personal-Emocional, donde se describe un alfa = .722 lo cual indica una confiabilidad moderada y alta.

Estadística de Confiabilidad	
Cronbach's Alpha	N de Items
.7649	15

Tabla 4. Confiabilidad del área Sociales-Culturales

La Tabla 4 describe la confiabilidad del factor Sociales-Culturales el cual esta integrado por 15 ítems, mostrando un alfa=.706 que indica una confiabilidad moderada.

Estadística de Confiabilidad	
Cronbach's Alpha	N de Items
.6681	14

Tabla 5. Confiabilidad del área Familiar

En la Tabla 5 se observa el factor Familiar compuesto por 14 reactivos y nos describe que la confiabilidad el moderada, pues resulta un alfa=.668

			Calificación Personal-Emocional			Total
			Baja	Moderada	Alta	
Diferenciación	1 Baja	Frecuencia	64	59	54	177
		% Diferenciación	36.2%	33.3%	30.5%	100%
	2 Moderada	Frecuencia	65	61	39	165
		% Diferenciación	39.4%	37.0%	23.6%	100%
	3 Alta	Frecuencia	58	59	41	158
		% Diferenciación	36.7%	37.3%	25.9%	100%
	Total		187	179	134	500
			37.4%	35.8%	26.8%	100%

Tabla 6. Relación entre el grado de Diferenciación y los factores personales-emocionales.

La Tabla 6 muestra la relación que existe entre el grado de diferenciación de los sujetos y la influencia que tiene el factor personal-emocional al momento de elegir una pareja. Como se puede observar, cuando los sujetos tiene un grado de diferenciación bajo, los factores personales-emocionales tienen poca relevancia para elegir al compañero. Esto se debe a que, como las personas no son independientes emocionalmente, tienden a tomar en cuenta otros factores antes que sus propias emociones y sentimiento. Por el contrario cuando el grado de diferenciación en alto, estos factores influyen de manera moderada.

			Calificación Sociales-Culturales			Total
			Baja	Moderada	Alta	
Diferenciación	1 Baja	Frecuencia	53	49	75	177
		% Diferenciación	29.9%	27.7%	42.4%	100%
	2 Moderada	Frecuencia	56	63	46	165
		% Diferenciación	33.9%	38.2%	27.9%	100%
	3 Alta	Frecuencia	67	44	47	158
		% Diferenciación	42.4%	27.8%	29.7%	100%
	Total		176	156	168	500
			35.3%	31.2%	33.6%	100%

Tabla 7. Relación entre el grado de Diferenciación y los factores sociales-culturales.

En la Tabla 7 se puede observar qué relación hay entre el grado de diferenciación de los sujetos y la influencia que tienen los factores sociales-culturales al momento de elegir una pareja. Como se puede observar, cuando los sujetos tienen un grado de diferenciación baja, estos factores tienen mucha relevancia para elegir al compañero. Por el contrario cuando el grado de diferenciación es alto, estos factores influyen poco en las personas.

			Calificación Familiares			Total
			Baja	Moderada	Alta	
Diferenciación	1 Baja	Frecuencia	46	67	64	177
		% Diferenciación	26.0%	37.9%	36.2%	100%
	2 Moderada	Frecuencia	54	63	48	165
		% Diferenciación	32.7%	38.2%	29.1%	100%
	3 Alta	Frecuencia	68	45	45	158
		% Diferenciación	43.0%	28.5%	28.5%	100%
Total			168	175	157	500
			33.6%	35.0%	31.4%	100%

Tabla 8. Relación entre el grado de Diferenciación y los factores familiares.

La Tabla 8 nos muestra la relación existente entre el grado de diferenciación de los sujetos y la influencia que tienen los factores familiares en la elección de pareja. Como se puede apreciar en la tabla, cuando los sujetos tienen un grado de diferenciación bajo, los factores familiares sí tienen relevancia, aunque de manera moderada. Sin embargo, cuando los sujetos alcanzan un grado de diferenciación alto, estos factores no influyen para elegir a una pareja.

		Total del instrumento de Diferenciación
Total del instrumento de Diferenciación	Pearson Correlación	1.000
Factor personal-emocional	**Sig. (2-colas)	.
	N	500
	Pearson Correlación	-.046
Factor Sociales-culturales	Sig. (2-colas)	.309
	N	500
	Pearson Correlación	-.145**
Factor Familiares	Sig. (2-colas)	.001
	N	500
	Pearson Correlación	-.130**
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	500

** Correlación significativa al nivel de 0.01 (2-colas).

Tabla 9. Correlación entre los dos instrumentos aplicados.

La Tabla 9 nos muestra que no existe correlación entre los factores personales-emocionales y el grado de Diferenciación de los sujetos; pero si existe correlación negativa entre los factores sociales-culturales y el grado de Diferenciación, esto quiere decir, que a mayor Diferenciación, menor es la influencia de los factores sociales-culturales en las personas al momento de elegir pareja. Respecto a los factores familiares, se observa que de igual manera existe una correlación negativa, es decir, a mayor Diferenciación menor es la influencia de los factores familiares.

Otro de los instrumentos aplicados en este estudio fue el Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009), el cuál, sirvió para evaluar el grado de diferenciación de los sujetos, mismo que a su vez se divide en tres áreas: reactividad, fusión y desconexión y comportamiento emocional, de las cuales se explicarán los puntajes obtenidos por los sujetos en cada una de estas áreas. Los resultados se presentan en graficas para una mayor apreciación.

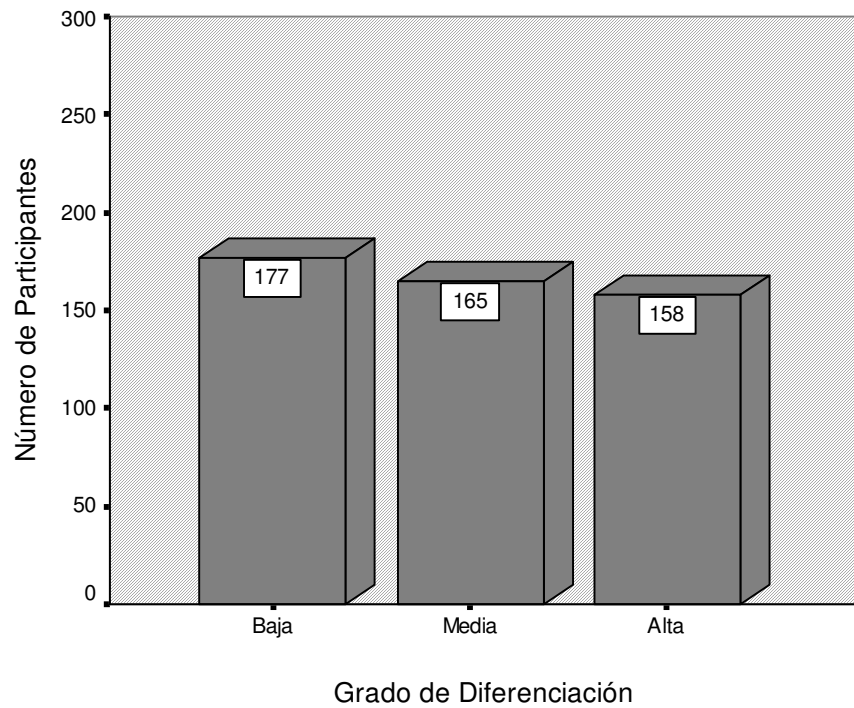


Figura 7. Muestra el grado de Diferenciación de los sujetos.

En la Figura 7 se puede observar el grado de Diferenciación alcanzado por los sujetos, la cual muestra que en su mayoría, los participantes tienen un grado de Diferenciación baja, pues 177 obtuvieron esta calificación y solo 158 personas sacaron una calificación alta.

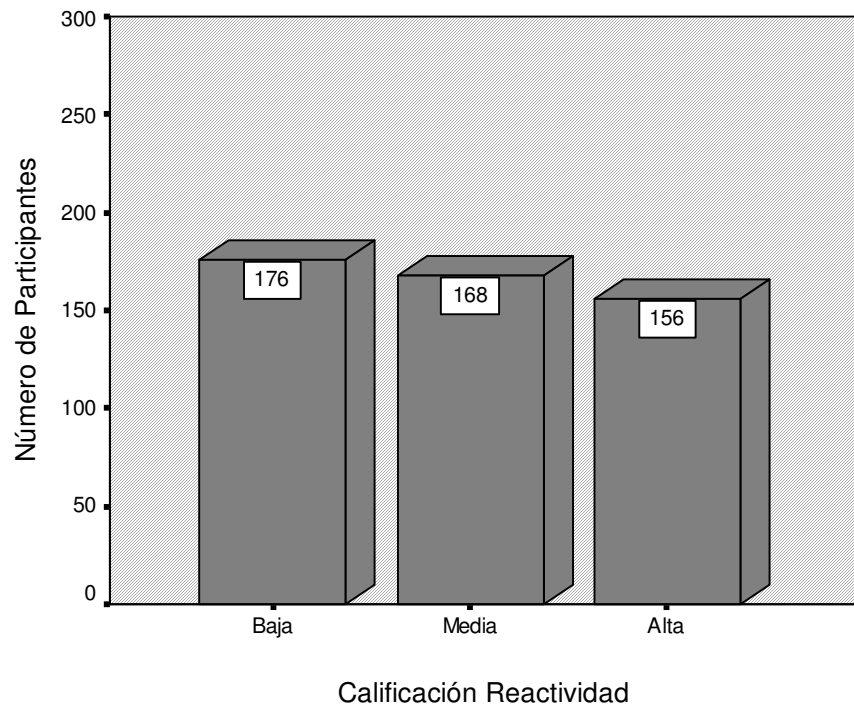


Figura 8. Calificación que obtuvieron los sujetos en el factor de reactividad.

La Figura 8 muestra la calificación obtenida por los sujetos en el área de reactividad, como se puede observar, los sujetos presentan un grado de reactividad bajo en su mayoría.

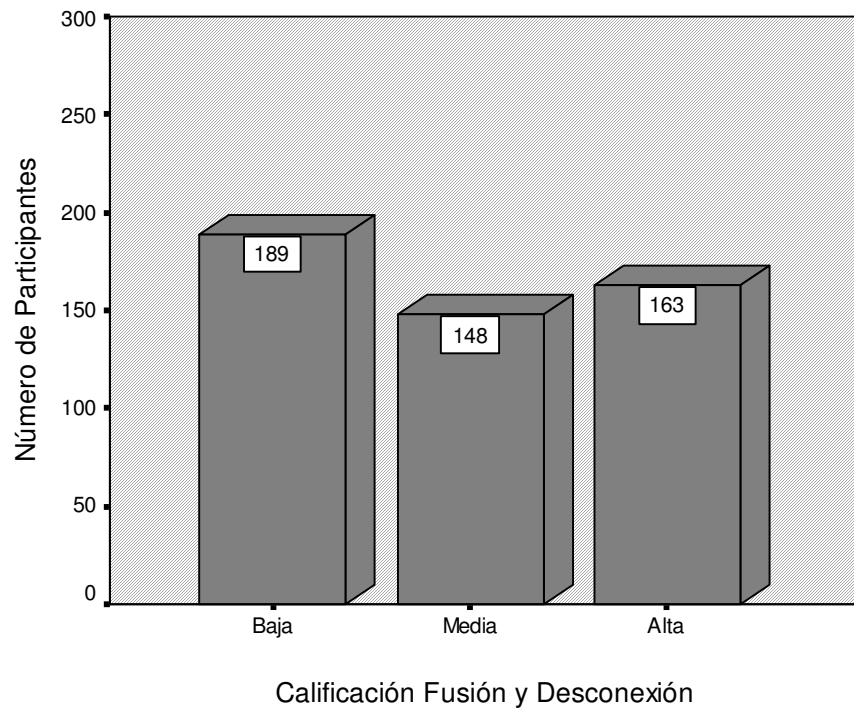


Figura 9. Calificación que obtuvieron los sujetos en el factor de fusión y desconexión.

Como se puede observar, en el área de fusión y desconexión emocional, la calificación que obtuvieron los sujetos es baja, pues así lo demuestra la Figura 9.

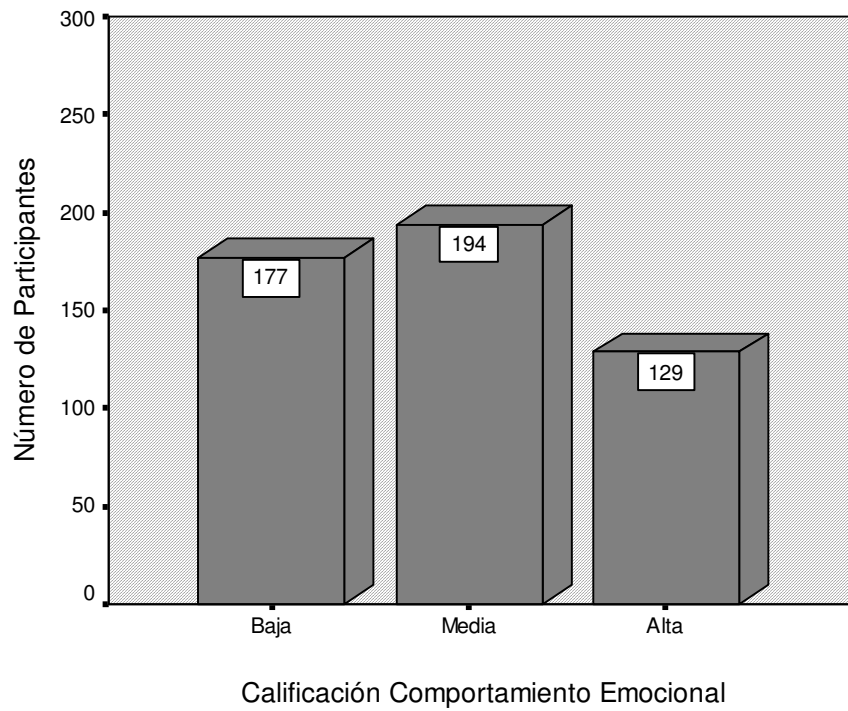


Figura 10. Muestra la calificación que obtuvieron los sujetos en el factor de comportamiento emocional.

En el área de comportamiento emocional, la mayoría de los sujetos obtuvieron una calificación media, como se observa en la Figura 10.

8. DISCUSIÓN

La elección de pareja se basa en varios aspectos, algunos factores son más importantes que otros y por tal razón influyen en mayor grado en las personas al momento de elegir al compañero, Rage (1996) menciona que los individuos pueden unirse por metas políticas, económicas, sociales, psicológicas, para tratar de compartir el trabajo, los recursos y la cercanía. Sin embargo, es importante mencionar que también para algunas personas ninguno de estos factores es relevante, pues son capaces de elegir a alguien en base a sus propias expectativas y criterios, sin que influyan factores externos.

En la actualidad la pareja es elegida de manera voluntaria tomando como criterios la apariencia física, costumbres, capacidades tanto intelectuales como afectivas; entre otros aspectos, pues así lo menciona Satir, (1991). Sin embargo, la pareja se adapta mejor cuando están dadas ciertas condiciones como los antecedentes familiares y culturales, pues si estos son similares es posible que exista menos desacuerdo entre ellos además de que pueden facilitar la elección del compañero, ya que es más cómodo vivir con alguien cuya forma de vida sea semejante a la nuestra.

Se puede decir que, efectivamente, en la actualidad la pareja es elegida de manera voluntaria y en base a varios factores. En este estudio se evaluaron tres factores que se consideran importantes para las personas al momento de elegir a una pareja: Personales-Emocionales, Sociales-Culturales y Familiares. A continuación se describirá a qué se refiere cada uno de estos factores y, si influyeron y de qué manera en nuestra población al momento de elegir a una pareja.

Los factores personales-emocionales contemplan por un lado los gustos, intereses y valores compartidos con la pareja, y por otro los sentimientos y emociones agradables al lado del compañero. En base a los resultados obtenidos, se encontró que para las personas que participaron en este estudio, los factores Personales-Emocionales no son importantes y no influyen al momento de elegir pareja, pues se encontró que de la población a la cual se le aplicó el instrumento Cuestionario FIEP (Factores que influyen en la Elección de Pareja,

Aguilar y López, 2004) el cual, evalúa el grado en que los tres factores antes mencionados influyen en las personas al momento de elegir pareja, estos factores no son relevantes. Como lo menciona Sánchez (1980), quien dice que los factores personales resultan de vital importancia, pues son el resultado de experiencias individuales en diferentes contextos en los que el individuo se desenvuelve; entre los cuales destaca: el atractivo físico, psicológico, intelectual, afectivo y sociológico entre otros. Con estos datos se puede contrastar los resultados obtenidos en Aguilar y López (2004) quienes encontraron que los factores personales sí tuvieron influencia para la población analizada al momento de elegir una pareja.

Por otra parte Liberman y Wheeler (1987), mencionan que las clases sociales dentro de una misma cultura pueden marcar diferencias notables. En nuestra sociedad es común que la mujer desee elegir como pareja a un hombre responsable, que sea buen padre (que participe activamente en la educación y cuidado de los hijos), buen esposo (que respete y valore a la pareja como mujer, esposa y madre) y comprensivo (que respete y apoye la profesión o deseos de superación de la pareja). Y por su parte, algunos hombres tienen en sus expectativas de pareja a una mujer que se dedique al hogar y que trunque su vida profesional para dedicarse al cuidado de los hijos. Ahora bien, en el aspecto de los factores sociales-culturales se puede mencionar que las creencias, los valores y los intereses son producto de los modelos culturales con los que hemos crecido, y si bien es el individuo el que decide qué adoptar de su entorno, las bases que lo ayudan para llevar a cabo esta decisión tienen un origen psicosocial. Por esta razón, se podría concluir que estos aspectos sí deberían de influir en las personas al momento de elegir a una pareja. Sin embargo, los resultados obtenidos en este estudio demuestran lo contrario, pues aunque se encontró que estos aspectos sí son importantes para las personas al momento de elegir al compañero, no son tan relevantes como se esperaba y no son tan importantes para ellos como lo mencionan Liberman y Wheeler (1987).

Estos datos apoyan completamente los resultados obtenidos en Aguilar y López (2004), quienes afirman que los factores incluidos dentro del área cultural tuvieron una menor influencia que los factores personales para la población estudiada. Es decir, que

influyeron de manera moderada, aunque no fue tan relevante esta área en la población al momento de elegir a la pareja como los factores personales. En el caso de este estudio, los factores sociales-culturales fueron más significativos para la población que los factores personales.

Finalmente es importante mencionar que uno de los principales contextos de formación es la familia, la cual es el primer grupo con quién el individuo tiene contacto, la misma proporciona sustento, protección y los primeros patrones de comportamiento. En la familia se adquieren sentimientos y características básicamente humanos y al mismo tiempo, se aprenden los modos de vida de la sociedad. En cuanto a los factores familiares, Cáceres y Escudero (1994), describen que la familia proporciona los primeros modelos de conducta, ya sea por medio del moldeamiento o de las interacciones que establece entre sus miembros; además se encarga de educar a los hijos de acuerdo al contexto o la cultura en que se encuentran inmersos; cabe señalar que uno de los factores familiares más importantes es la educación, por esta razón tanto la educación, como los patrones de comportamiento y los modos de vida que se aprenden en la familia son importantes para las personas y esto los lleva a que estos factores influyan de manera importante en distintos aspectos de su vida, sobretodo al momento de elegir a una pareja.

Los resultados obtenidos en esta prueba arrojan que para las personas que participaron en el estudio, los factores familiares son de mayor relevancia y gran importancia a comparación de los personales-emocionales y los sociales-culturales, pues en los resultados se observa que para la mayor cantidad de la población estos factores influyen de manera moderada y alta, con lo que se concluye que efectivamente ninguno de los factores señalados con anterioridad puede excluirse del proceso de selección de pareja, como lo señalan Cáceres y Escudero (1994). Ahora bien si contrastamos estos datos con los del estudio aplicado por Aguilar y López (2004), se puede concluir que los resultados recabados son distintos, pues ahí se obtuvo que el área familiar tiene menor repercusión para las personas a diferencia de las otras dos áreas.

Todo lo anterior respecto al primer instrumento aplicado en este estudio (Cuestionario FIEP, Factores que influyen en la Elección de Pareja, Aguilar y López, 2004), ahora se analizarán los resultados obtenidos en el segundo instrumento que se aplicó (el Inventario de Diferenciación; Vargas, Ibáñez y Armas, 2009), el cual, sirvió para medir el grado de Diferenciación de los participantes. Según Bowen, la Diferenciación del Yo es la capacidad de una persona para separarse emocional y físicamente de su familia de origen, así como alcanzar la madurez emocional y la independencia sin perder la capacidad de conectarse emocionalmente con los demás. Por otra parte, Bowen nos dice que un individuo es indiferenciado cuando sus necesidades emocionales y de inseguridad lo obligan a renunciar ó a no desarrollar su individualidad, a fin de preservar ó asegurar el amor y la aceptación de los demás (Nichols & Schwartz, 1995).

Los datos arrojados en este estudio nos dicen que, de acuerdo a la muestra tomada, la mayoría de los participantes reflejan una Diferenciación baja, es decir, que no han sido capaces de desprenderse de manera emocional de su familia de origen. Esto también se refleja en los resultados que se obtuvieron respecto a qué factores toman en cuenta al momento de elegir pareja, pues se encontró que los factores que más influyen en las personas al momento de elegir a un compañero, son los sociales-culturales y los factores familiares. Esto se asemeja a lo que dicen Allison & Sabatelli (1998), pues ellos usan el concepto de Diferenciación del Yo cuando se refieren a la manera en la cual, los modelos de la familia afectan la trayectoria y desarrollo de la vida individual, e influyen en la medida en la que los individuos son capaces de actuar con un grado apropiado de autonomía y tomar responsabilidad personal de las tareas apropiadas a su edad.

El Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009) aplicado en este estudio, además de evaluar el grado de Diferenciación de los participantes, también califica tres áreas en las cuales se divide este instrumento, estas son: reactividad emocional, fusión y desconexión y comportamiento emocional. Ahora bien, esto coincide con el inventario de la Diferenciación del Yo (DSI; Skowron & Fiedlander, 1998), aplicado por Skowron y Fiedlander en 1998, el cual consiste de 43 reactivos, este instrumento se aplicó a adultos en sus relaciones importantes y sus relaciones actuales con la familia de origen. El DSI

contiene cuatro subescalas; reactividad emocional, área que coincide con el instrumento aplicado en este estudio; posición del Yo, desconexión emocional, y la fusión con otros, estas dos últimas también se evalúan con el Inventario de Diferenciación aplicado.

En el DSI, la escala de reactividad emocional evalúa la tendencia a contestar a los estímulos del medio ambiente en base a respuestas emocionales automáticas (Skowron & Fiedlander, 1998), en el Inventario de Diferenciación, el área de reactividad emocional se refiere a que las personas poco diferenciadas son emocionalmente reactivas. En el DSI, la escala de la posición del “Yo” contienen reactivos que reflejan y definen claramente el sentido del Yo y la habilidad de adherirse a un pensamiento con convicción aún presionado a hacer otra cosa. La escala de desconexión emocional se compone de reactivos que reflejan los temores de intimidad sumergido en sus relaciones y la conducta de defensa en contra de esos temores. La escala de fusión con otros refleja un sobre-involucramiento emocional con otras personas significantes y una sobre-identificación con los padres tomados en valores paternos, creencias y expectativas sin dudarlo (Skowron & Fiedlander, 1998).

En lo que respecta al Inventario de Diferenciación aplicado en este estudio, estas dos últimas escalas de DSI se juntaron en una sola área, “fusión y desconexión emocional”, donde se dice las personas con un alto nivel de diferenciación son capaces de mantener relaciones bien definidas, mientras que las personas con bajos niveles de diferenciación tienden a un sobre-involucramiento o fusión con otros en la mayor parte de sus relaciones cercanas. Cuando las experiencias interpersonales son demasiado intensas, los individuos con un bajo nivel de Diferenciación se aíslan de los demás, así como de sus emociones, mientras que las personas con un mayor nivel de Diferenciación, no sienten la necesidad de desconectarse emocionalmente. Y por último, la tercera área que evalúa el Inventario de Diferenciación es la del comportamiento emocional, donde entendemos que los individuos más diferenciados son capaces manejar sus propios pensamientos y sentimientos sin necesidad de ajustarse a las expectativas de los demás.

De acuerdo a los datos arrojados por el Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009), aplicado en este estudio, los resultados muestran que en el área de reactividad emocional, los participantes obtuvieron en su mayoría una calificación baja, lo que quiere decir, que las personas con un bajo grado de Diferenciación tienden a reaccionar de manera impulsiva a estímulos se presentan en su ambiente, pues no son capaces de asumir los eventos que se les presentan, o lo hacen de manera impulsiva y bajo un mal manejo de su emociones (Kerr & Bowen, 1988; Tuason & Friedlander, 2000).

En lo que respecta a fusión y desconexión emocional, los resultados arrojan que, de igual manera, la calificación obtenida por los participantes es en su mayoría baja, esto se debe a que el grado de Diferenciación de los sujetos, también es bajo. Al respecto, Bowen (1978) nos dice, que las personas menos diferenciadas son pensativas, son atraídos hacia una fusión con otros o viceversa, participan en una desconexión emocional, distanciamiento emocional y/o físico de otros.

Según la Teoría, las personas que son atraídas hacia una desconexión emocional tienden a estar ansiosas en respuesta a la cercanía emocional con otras personas, mientras que las que tienden a fusionarse con otros, generalmente experimentan una ansiedad de separación independiente, impulsado por las medidas adoptadas por otras personas importantes. En cambio, las personas más diferenciadas se sienten cómodas con la intimidad en relaciones cercanas y se abstienen de utilizar la fusión o desconexión emocional como mecanismos para regular la ansiedad. Es decir, las personas que tiene un nivel de Diferenciación alto, tienen la capacidad para regular sus emociones, en cambio, las personas poco diferenciadas tienden a fusionarse, esto es, que se involucran demasiado y/o les importa mucho los problemas o situaciones que se viven en la familia; por el contrario, puede mostrar una desconexión emocional, esto es, que les deje de importar los problemas familiares y se alejen ó desconecte por completo, es decir, que no le importe lo que pase en el núcleo familiar.

Finalmente, la tercera área evaluada por el Inventario de Diferenciación es la de comportamiento emocional, donde la calificación que obtuvieron los participantes es

media. El comportamiento emocional se refiere a la forma en la cual las personas actúan en distintos eventos siguiendo sus propios pensamientos y emociones, sin dejarse llevar por lo que diga la familia o las demás personas, es decir, estas personas toman decisiones en base a sus propias expectativas y gustos, y no se deja llevar por lo que le impongan.

Ahora bien, si se correlacionan los dos instrumentos evaluados, podemos darnos cuenta cuál es la diferencia que existe entre el grado de Diferenciación de los participantes y la forma en la que influyen los diferentes factores evaluados para elegir pareja. Mediante los resultados que se obtuvieron en el estudio, se puede decir que sí es importante la manera en la cual las personas se separan emocional y físicamente de su familia de origen, pues desde ahí podemos apreciar cómo es que van formando su propio Yo, y de esta manera elegir en base factores personales-emocionales, sociales-culturales o familiares. Por tal razón, el objetivo de este estudio fue describir algunos factores que influyen en los jóvenes universitarios para la elección de pareja desde la perspectiva de la teoría familia de Bowen.

Lo que se encontró en este estudio, es que el grado de Diferenciación de los sujetos es bajo, por tal razón los factores que más influyen en ellos para elegir pareja son los sociales-culturales y los familiares. Murdock y Gore, Jr. (2004), piensan que la diferenciación del Yo de la familia de origen es un factor significativo en el funcionamiento psicológico, esto puede explicar por qué es que las personas tienden más a actuar de la misma forma en la que lo hace la familia, o en la misma manera en la que lo hacen sus padres, pues los resultados demuestran que su grado de Diferenciación es bajo, por lo tanto son personas Indiferenciadas, es decir, se dejan llevar por lo que las otras personas digan, en especial su familia, en lugar de actuar en base a sus propias emociones y sentimientos.

Por otra parte, al describir el funcionamiento de los individuos en relación a sus familias, Bowen propuso la construcción de la diferenciación del Yo de la familia de origen, y lo definió como la capacidad de funcionar de manera autónoma como un individuo sin que dependa emocionalmente o este ligado al proceso familiar (Kerr & Bowen, 1988). Los resultados que arrojan este estudio apoyan la teoría de Bowen, pues se puede apreciar claramente que en los participantes en lugar de que influyan los factores

personales-emocionales y actúen en base a emociones y sentimientos propios, influyen más los factores sociales-culturales y familiares, es decir, se dejan llevar por lo que digan los demás, les importa mucho el qué dirán y buscan la aprobación de su familia para tomar decisiones.

Finalmente, se tratará otro concepto importante en la teoría de Bowen que es el del enfoque intergeneracional, a lo que el mismo Bowen menciona que un importante aspecto en la transmisión de disfunciones psicológicas a lo largo de varias generaciones que afectan la interacción de las familias (Sharf, 1996). Para este enfoque es muy importante la influencia que tiene la familia de origen sobre la persona para la elección de pareja. Entre las relaciones intergeneracionales, es importante la forma como se relacionan los padres con los hijos, la transmisión de estilos familiares puede ser analizada a través de las dinámicas que se presentan dentro de este núcleo como lo son, la relación entre hermanos, la convivencia entre padres e hijos, y la elección de pareja. Vargas e Ibáñez (2006) proponen un análisis en donde puede observarse la transmisión intergeneracional en la dinámica de elección de pareja y señalan que: en la familia todos los miembros cubren algunas necesidades emocionales de los demás. Cada uno de los miembros de la familia tiene sus propias necesidades emocionales. La principal necesidad emocional del ser humano es la relación que establece con los demás, porque en los demás se refleja a sí mismo y tiene la necesidad de ello. Esto influye directamente a la hora de elegir compañero pues se buscará a aquella persona que cubra nuestras necesidades emocionales que en un inicio son cubiertas por los padres.

Lo anterior apoya los resultados obtenidos en este estudio, donde se encontró que uno de los factores que más influye en los jóvenes al momento de elegir pareja son los familiares, pues es muy importante la educación que se recibe en casa. Además, este enfoque nos dice que las personas tienden a actuar de la misma manera en la que lo hacen sus padres, por esta razón, tienden a elegir parejas muy similares a la figura paterna o materna, según sea el caso. Ahora bien, podemos discutir que las personas que actúan en base a este modelo son personas Indiferenciadas, pues influyen más los modelos familiares antes de inclinarse por sus propias expectativas.

9. CONCLUSIONES

La pareja es un tema muy controversial, estudiado y discutido por diferentes autores desde diversos enfoques. La familia es el primer grupo social al cual pertenecen las personas, y es de gran importancia, pues ahí se aprenden distintos estilos de vidas, y ésta es constituida primeramente por una pareja que es el padre y la madre. Es importante saber cuál es el proceso que se lleva a cabo para elegir a una pareja, pues son diferentes los factores que influyen en una persona al momento de hacerlo.

A lo largo de este estudio se habló acerca de la pareja, en especial de la manera en la cual se da la elección del compañero. Las personas eligen a la pareja basándose en varios factores, aquí se analizaron tres que se consideran los más relevantes: personales-emocionales, sociales-culturales y familiares. Pero también pueden influir otros aspectos como son los factores intergeneracionales y el grado de Diferenciación de cada persona. Ya se había mencionado que los aspectos intergeneracionales tienen que ver con la forma en como se relacionan los padres con los hijos y la transmisión de estilos familiares puede ser analizada a través de las dinámicas que se presentan dentro de este núcleo.

En las personas influye más el factor familiar para elegir pareja, esto se debe a que el enfoque intergeneracional es pieza clave en la educación y toma de decisiones, pues según este enfoque, las personas eligen a la pareja basándose en modelos familiares, especialmente la figura materna y paterna, según corresponda. Es decir, las mujeres por un lado, buscan a hombres muy relacionados al padre o con características similares y, por otra parte, los hombres buscan a mujeres parecidas a su madre o con semejanzas a ella.

Otro concepto tratado fue el de la Diferenciación, donde se dice que una persona es diferenciada cuando es capaz de desprenderse del núcleo familiar física, emocional y psicológicamente, cuando esto ocurre se dice que es una persona diferenciada y es capaz de tomar decisiones apropiadas en base a su edad y a sus propias ideas, perspectivas y emociones. Esto incluye la elección de pareja, donde se espera que la elección sea en base a expectativas propias y no basándose en lo que la gente diga o incluso su propia familia. Se puede observar que estos dos factores, el social-cultural y el familiar son de suma

importancia para las personas, pues buscan la aprobación de otras personas para sentirse aceptadas, lo cual no debería de ser, pues se espera que actúen en base a sus propias elecciones.

Con esto se concluye que estos resultados reflejan el bajo grado de Diferenciación de las personas, y esto se debe a la manera en la cual se desarrollaron en el núcleo familiar. Esto trae como consecuencia que las personas sean incapaces de tomar decisiones por si mismas, y que prefieran guiarse por lo que digan los demás o lo que opine la propia familia.

De acuerdo a los resultados encontrados, gran parte de la población estudiada presenta un grado de Diferenciación baja, lo que trae como consecuencia que al momento de elegir pareja, se dejen llevar más por factores sociales-culturales y familiares, que por aspectos personales, especialmente por estos últimos, pues como ya se menciono, el enfoque intergeneracional también juega un papel importante en esta decisión, lo que quiere decir, que las personas tomen muy en cuenta lo que opine la familia y los modelos que ha visto dentro de ella.

Es importante que las personas reflexionen acerca de este tema, pues al elegir a un compañero se puede estar eligiendo a la persona con la que probablemente se compartirá toda la vida, además, se debe tomar en cuenta que también se elige al posible padre o madre de nuestros hijos y que juntos conformaran una nueva familia. Todo esto repercutirá en generaciones futuras, así como nuestros antepasados han repercutido en la nuestra, tal y como lo menciona el enfoque intergeneracional.

8. DISCUSIÓN

La elección de pareja se basa en varios aspectos, algunos factores son más importantes que otros y por tal razón influyen en mayor grado en las personas al momento de elegir al compañero, Rage (1996) menciona que los individuos pueden unirse por metas políticas, económicas, sociales, psicológicas, para tratar de compartir el trabajo, los recursos y la cercanía. Sin embargo, es importante mencionar que también para algunas personas ninguno de estos factores es relevante, pues son capaces de elegir a alguien en base a sus propias expectativas y criterios, sin que influyan factores externos.

En la actualidad la pareja es elegida de manera voluntaria tomando como criterios la apariencia física, costumbres, capacidades tanto intelectuales como afectivas; entre otros aspectos, pues así lo menciona Satir, (1991). Sin embargo, la pareja se adapta mejor cuando están dadas ciertas condiciones como los antecedentes familiares y culturales, pues si estos son similares es posible que exista menos desacuerdo entre ellos además de que pueden facilitar la elección del compañero, ya que es más cómodo vivir con alguien cuya forma de vida sea semejante a la nuestra.

Se puede decir que, efectivamente, en la actualidad la pareja es elegida de manera voluntaria y en base a varios factores. En este estudio se evaluaron tres factores que se consideran importantes para las personas al momento de elegir a una pareja: Personales-Emocionales, Sociales-Culturales y Familiares. A continuación se describirá a qué se refiere cada uno de estos factores y, si influyeron y de qué manera en nuestra población al momento de elegir a una pareja.

Los factores personales-emocionales contemplan por un lado los gustos, intereses y valores compartidos con la pareja, y por otro los sentimientos y emociones agradables al lado del compañero. En base a los resultados obtenidos, se encontró que para las personas que participaron en este estudio, los factores Personales-Emocionales no son importantes y no influyen al momento de elegir pareja, pues se encontró que de la población a la cual se le aplicó el instrumento Cuestionario FIEP (Factores que influyen en la Elección de Pareja,

Aguilar y López, 2004) el cual, evalúa el grado en que los tres factores antes mencionados influyen en las personas al momento de elegir pareja, estos factores no son relevantes. Como lo menciona Sánchez (1980), quien dice que los factores personales resultan de vital importancia, pues son el resultado de experiencias individuales en diferentes contextos en los que el individuo se desenvuelve; entre los cuales destaca: el atractivo físico, psicológico, intelectual, afectivo y sociológico entre otros. Con estos datos se puede contrastar los resultados obtenidos en Aguilar y López (2004) quienes encontraron que los factores personales sí tuvieron influencia para la población analizada al momento de elegir una pareja.

Por otra parte Liberman y Wheeler (1987), mencionan que las clases sociales dentro de una misma cultura pueden marcar diferencias notables. En nuestra sociedad es común que la mujer desee elegir como pareja a un hombre responsable, que sea buen padre (que participe activamente en la educación y cuidado de los hijos), buen esposo (que respete y valore a la pareja como mujer, esposa y madre) y comprensivo (que respete y apoye la profesión o deseos de superación de la pareja). Y por su parte, algunos hombres tienen en sus expectativas de pareja a una mujer que se dedique al hogar y que trunque su vida profesional para dedicarse al cuidado de los hijos. Ahora bien, en el aspecto de los factores sociales-culturales se puede mencionar que las creencias, los valores y los intereses son producto de los modelos culturales con los que hemos crecido, y si bien es el individuo el que decide qué adoptar de su entorno, las bases que lo ayudan para llevar a cabo esta decisión tienen un origen psicosocial. Por esta razón, se podría concluir que estos aspectos sí deberían de influir en las personas al momento de elegir a una pareja. Sin embargo, los resultados obtenidos en este estudio demuestran lo contrario, pues aunque se encontró que estos aspectos sí son importantes para las personas al momento de elegir al compañero, no son tan relevantes como se esperaba y no son tan importantes para ellos como lo mencionan Liberman y Wheeler (1987).

Estos datos apoyan completamente los resultados obtenidos en Aguilar y López (2004), quienes afirman que los factores incluidos dentro del área cultural tuvieron una menor influencia que los factores personales para la población estudiada. Es decir, que

influyeron de manera moderada, aunque no fue tan relevante esta área en la población al momento de elegir a la pareja como los factores personales. En el caso de este estudio, los factores sociales-culturales fueron más significativos para la población que los factores personales.

Finalmente es importante mencionar que uno de los principales contextos de formación es la familia, la cual es el primer grupo con quién el individuo tiene contacto, la misma proporciona sustento, protección y los primeros patrones de comportamiento. En la familia se adquieren sentimientos y características básicamente humanos y al mismo tiempo, se aprenden los modos de vida de la sociedad. En cuanto a los factores familiares, Cáceres y Escudero (1994), describen que la familia proporciona los primeros modelos de conducta, ya sea por medio del moldeamiento o de las interacciones que establece entre sus miembros; además se encarga de educar a los hijos de acuerdo al contexto o la cultura en que se encuentran inmersos; cabe señalar que uno de los factores familiares más importantes es la educación, por esta razón tanto la educación, como los patrones de comportamiento y los modos de vida que se aprenden en la familia son importantes para las personas y esto los lleva a que estos factores influyan de manera importante en distintos aspectos de su vida, sobretodo al momento de elegir a una pareja.

Los resultados obtenidos en esta prueba arrojan que para las personas que participaron en el estudio, los factores familiares son de mayor relevancia y gran importancia a comparación de los personales-emocionales y los sociales-culturales, pues en los resultados se observa que para la mayor cantidad de la población estos factores influyen de manera moderada y alta, con lo que se concluye que efectivamente ninguno de los factores señalados con anterioridad puede excluirse del proceso de selección de pareja, como lo señalan Cáceres y Escudero (1994). Ahora bien si contrastamos estos datos con los del estudio aplicado por Aguilar y López (2004), se puede concluir que los resultados recabados son distintos, pues ahí se obtuvo que el área familiar tiene menor repercusión para las personas a diferencia de las otras dos áreas.

Todo lo anterior respecto al primer instrumento aplicado en este estudio (Cuestionario FIEP, Factores que influyen en la Elección de Pareja, Aguilar y López, 2004), ahora se analizarán los resultados obtenidos en el segundo instrumento que se aplicó (el Inventario de Diferenciación; Vargas, Ibáñez y Armas, 2009), el cual, sirvió para medir el grado de Diferenciación de los participantes. Según Bowen, la Diferenciación del Yo es la capacidad de una persona para separarse emocional y físicamente de su familia de origen, así como alcanzar la madurez emocional y la independencia sin perder la capacidad de conectarse emocionalmente con los demás. Por otra parte, Bowen nos dice que un individuo es indiferenciado cuando sus necesidades emocionales y de inseguridad lo obligan a renunciar ó a no desarrollar su individualidad, a fin de preservar ó asegurar el amor y la aceptación de los demás (Nichols & Schwartz, 1995).

Los datos arrojados en este estudio nos dicen que, de acuerdo a la muestra tomada, la mayoría de los participantes reflejan una Diferenciación baja, es decir, que no han sido capaces de desprenderse de manera emocional de su familia de origen. Esto también se refleja en los resultados que se obtuvieron respecto a qué factores toman en cuenta al momento de elegir pareja, pues se encontró que los factores que más influyen en las personas al momento de elegir a un compañero, son los sociales-culturales y los factores familiares. Esto se asemeja a lo que dicen Allison & Sabatelli (1998), pues ellos usan el concepto de Diferenciación del Yo cuando se refieren a la manera en la cual, los modelos de la familia afectan la trayectoria y desarrollo de la vida individual, e influyen en la medida en la que los individuos son capaces de actuar con un grado apropiado de autonomía y tomar responsabilidad personal de las tareas apropiadas a su edad.

El Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009) aplicado en este estudio, además de evaluar el grado de Diferenciación de los participantes, también califica tres áreas en las cuales se divide este instrumento, estas son: reactividad emocional, fusión y desconexión y comportamiento emocional. Ahora bien, esto coincide con el inventario de la Diferenciación del Yo (DSI; Skowron & Fiedlander, 1998), aplicado por Skowron y Fiedlander en 1998, el cual consiste de 43 reactivos, este instrumento se aplicó a adultos en sus relaciones importantes y sus relaciones actuales con la familia de origen. El DSI

contiene cuatro subescalas; reactividad emocional, área que coincide con el instrumento aplicado en este estudio; posición del Yo, desconexión emocional, y la fusión con otros, estas dos últimas también se evalúan con el Inventario de Diferenciación aplicado.

En el DSI, la escala de reactividad emocional evalúa la tendencia a contestar a los estímulos del medio ambiente en base a respuestas emocionales automáticas (Skowron & Fiedlander, 1998), en el Inventario de Diferenciación, el área de reactividad emocional se refiere a que las personas poco diferenciadas son emocionalmente reactivas. En el DSI, la escala de la posición del “Yo” contienen reactivos que reflejan y definen claramente el sentido del Yo y la habilidad de adherirse a un pensamiento con convicción aún presionado a hacer otra cosa. La escala de desconexión emocional se compone de reactivos que reflejan los temores de intimidad sumergido en sus relaciones y la conducta de defensa en contra de esos temores. La escala de fusión con otros refleja un sobre-involucramiento emocional con otras personas significantes y una sobre-identificación con los padres tomados en valores paternos, creencias y expectativas sin dudarlo (Skowron & Fiedlander, 1998).

En lo que respecta al Inventario de Diferenciación aplicado en este estudio, estas dos últimas escalas de DSI se juntaron en una sola área, “fusión y desconexión emocional”, donde se dice las personas con un alto nivel de diferenciación son capaces de mantener relaciones bien definidas, mientras que las personas con bajos niveles de diferenciación tienden a un sobre-involucramiento o fusión con otros en la mayor parte de sus relaciones cercanas. Cuando las experiencias interpersonales son demasiado intensas, los individuos con un bajo nivel de Diferenciación se aíslan de los demás, así como de sus emociones, mientras que las personas con un mayor nivel de Diferenciación, no sienten la necesidad de desconectarse emocionalmente. Y por último, la tercera área que evalúa el Inventario de Diferenciación es la del comportamiento emocional, donde entendemos que los individuos más diferenciados son capaces manejar sus propios pensamientos y sentimientos sin necesidad de ajustarse a las expectativas de los demás.

De acuerdo a los datos arrojados por el Inventario de Diferenciación (Vargas, Ibáñez y Armas, 2009), aplicado en este estudio, los resultados muestran que en el área de reactividad emocional, los participantes obtuvieron en su mayoría una calificación baja, lo que quiere decir, que las personas con un bajo grado de Diferenciación tienden a reaccionar de manera impulsiva a estímulos se presentan en su ambiente, pues no son capaces de asumir los eventos que se les presentan, o lo hacen de manera impulsiva y bajo un mal manejo de su emociones (Kerr & Bowen, 1988; Tuason & Friedlander, 2000).

En lo que respecta a fusión y desconexión emocional, los resultados arrojan que, de igual manera, la calificación obtenida por los participantes es en su mayoría baja, esto se debe a que el grado de Diferenciación de los sujetos, también es bajo. Al respecto, Bowen (1978) nos dice, que las personas menos diferenciadas son pensativas, son atraídos hacia una fusión con otros o viceversa, participan en una desconexión emocional, distanciamiento emocional y/o físico de otros.

Según la Teoría, las personas que son atraídas hacia una desconexión emocional tienden a estar ansiosas en respuesta a la cercanía emocional con otras personas, mientras que las que tienden a fusionarse con otros, generalmente experimentan una ansiedad de separación independiente, impulsado por las medidas adoptadas por otras personas importantes. En cambio, las personas más diferenciadas se sienten cómodas con la intimidad en relaciones cercanas y se abstienen de utilizar la fusión o desconexión emocional como mecanismos para regular la ansiedad. Es decir, las personas que tiene un nivel de Diferenciación alto, tienen la capacidad para regular sus emociones, en cambio, las personas poco diferenciadas tienden a fusionarse, esto es, que se involucran demasiado y/o les importa mucho los problemas o situaciones que se viven en la familia; por el contrario, puede mostrar una desconexión emocional, esto es, que les deje de importar los problemas familiares y se alejen ó desconecte por completo, es decir, que no le importe lo que pase en el núcleo familiar.

Finalmente, la tercera área evaluada por el Inventario de Diferenciación es la de comportamiento emocional, donde la calificación que obtuvieron los participantes es

media. El comportamiento emocional se refiere a la forma en la cual las personas actúan en distintos eventos siguiendo sus propios pensamientos y emociones, sin dejarse llevar por lo que diga la familia o las demás personas, es decir, estas personas toman decisiones en base a sus propias expectativas y gustos, y no se deja llevar por lo que le impongan.

Ahora bien, si se correlacionan los dos instrumentos evaluados, podemos darnos cuenta cuál es la diferencia que existe entre el grado de Diferenciación de los participantes y la forma en la que influyen los diferentes factores evaluados para elegir pareja. Mediante los resultados que se obtuvieron en el estudio, se puede decir que sí es importante la manera en la cual las personas se separan emocional y físicamente de su familia de origen, pues desde ahí podemos apreciar cómo es que van formando su propio Yo, y de esta manera elegir en base factores personales-emocionales, sociales-culturales o familiares. Por tal razón, el objetivo de este estudio fue describir algunos factores que influyen en los jóvenes universitarios para la elección de pareja desde la perspectiva de la teoría familia de Bowen.

Lo que se encontró en este estudio, es que el grado de Diferenciación de los sujetos es bajo, por tal razón los factores que más influyen en ellos para elegir pareja son los sociales-culturales y los familiares. Murdock y Gore, Jr. (2004), piensan que la diferenciación del Yo de la familia de origen es un factor significativo en el funcionamiento psicológico, esto puede explicar por qué es que las personas tienden más a actuar de la misma forma en la que lo hace la familia, o en la misma manera en la que lo hacen sus padres, pues los resultados demuestran que su grado de Diferenciación es bajo, por lo tanto son personas Indiferenciadas, es decir, se dejan llevar por lo que las otras personas digan, en especial su familia, en lugar de actuar en base a sus propias emociones y sentimientos.

Por otra parte, al describir el funcionamiento de los individuos en relación a sus familias, Bowen propuso la construcción de la diferenciación del Yo de la familia de origen, y lo definió como la capacidad de funcionar de manera autónoma como un individuo sin que dependa emocionalmente o este ligado al proceso familiar (Kerr & Bowen, 1988). Los resultados que arrojan este estudio apoyan la teoría de Bowen, pues se puede apreciar claramente que en los participantes en lugar de que influyan los factores

personales-emocionales y actúen en base a emociones y sentimientos propios, influyen más los factores sociales-culturales y familiares, es decir, se dejan llevar por lo que digan los demás, les importa mucho el qué dirán y buscan la aprobación de su familia para tomar decisiones.

Finalmente, se tratará otro concepto importante en la teoría de Bowen que es el del enfoque intergeneracional, a lo que el mismo Bowen menciona que un importante aspecto en la transmisión de disfunciones psicológicas a lo largo de varias generaciones que afectan la interacción de las familias (Sharf, 1996). Para este enfoque es muy importante la influencia que tiene la familia de origen sobre la persona para la elección de pareja. Entre las relaciones intergeneracionales, es importante la forma como se relacionan los padres con los hijos, la transmisión de estilos familiares puede ser analizada a través de las dinámicas que se presentan dentro de este núcleo como lo son, la relación entre hermanos, la convivencia entre padres e hijos, y la elección de pareja. Vargas e Ibáñez (2006) proponen un análisis en donde puede observarse la transmisión intergeneracional en la dinámica de elección de pareja y señalan que: en la familia todos los miembros cubren algunas necesidades emocionales de los demás. Cada uno de los miembros de la familia tiene sus propias necesidades emocionales. La principal necesidad emocional del ser humano es la relación que establece con los demás, porque en los demás se refleja a sí mismo y tiene la necesidad de ello. Esto influye directamente a la hora de elegir compañero pues se buscará a aquella persona que cubra nuestras necesidades emocionales que en un inicio son cubiertas por los padres.

Lo anterior apoya los resultados obtenidos en este estudio, donde se encontró que uno de los factores que más influye en los jóvenes al momento de elegir pareja son los familiares, pues es muy importante la educación que se recibe en casa. Además, este enfoque nos dice que las personas tienden a actuar de la misma manera en la que lo hacen sus padres, por esta razón, tienden a elegir parejas muy similares a la figura paterna o materna, según sea el caso. Ahora bien, podemos discutir que las personas que actúan en base a este modelo son personas Indiferenciadas, pues influyen más los modelos familiares antes de inclinarse por sus propias expectativas.

9. CONCLUSIONES

La pareja es un tema muy controversial, estudiado y discutido por diferentes autores desde diversos enfoques. La familia es el primer grupo social al cual pertenecen las personas, y es de gran importancia, pues ahí se aprenden distintos estilos de vidas, y ésta es constituida primeramente por una pareja que es el padre y la madre. Es importante saber cuál es el proceso que se lleva a cabo para elegir a una pareja, pues son diferentes los factores que influyen en una persona al momento de hacerlo.

A lo largo de este estudio se habló acerca de la pareja, en especial de la manera en la cual se da la elección del compañero. Las personas eligen a la pareja basándose en varios factores, aquí se analizaron tres que se consideran los más relevantes: personales-emocionales, sociales-culturales y familiares. Pero también pueden influir otros aspectos como son los factores intergeneracionales y el grado de Diferenciación de cada persona. Ya se había mencionado que los aspectos intergeneracionales tienen que ver con la forma en como se relacionan los padres con los hijos y la transmisión de estilos familiares puede ser analizada a través de las dinámicas que se presentan dentro de este núcleo.

En las personas influye más el factor familiar para elegir pareja, esto se debe a que el enfoque intergeneracional es pieza clave en la educación y toma de decisiones, pues según este enfoque, las personas eligen a la pareja basándose en modelos familiares, especialmente la figura materna y paterna, según corresponda. Es decir, las mujeres por un lado, buscan a hombres muy relacionados al padre o con características similares y, por otra parte, los hombres buscan a mujeres parecidas a su madre o con semejanzas a ella.

Otro concepto tratado fue el de la Diferenciación, donde se dice que una persona es diferenciada cuando es capaz de desprenderse del núcleo familiar física, emocional y psicológicamente, cuando esto ocurre se dice que es una persona diferenciada y es capaz de tomar decisiones apropiadas en base a su edad y a sus propias ideas, perspectivas y emociones. Esto incluye la elección de pareja, donde se espera que la elección sea en base a expectativas propias y no basándose en lo que la gente diga o incluso su propia familia. Se puede observar que estos dos factores, el social-cultural y el familiar son de suma

importancia para la personas, pues buscan la aprobación de otras personas para sentirse aceptadas, lo cual no debería de ser, pues se espera que actúen en base a sus propias elecciones.

Con esto se concluye que estos resultados reflejan el bajo grado de Diferenciación de las personas, y esto se debe a la manera en la cual se desarrollaron en el núcleo familiar. Esto trae como consecuencia que las personas sean incapaces de tomar decisiones por si mismas, y que prefieran guiarse por lo que digan los demás o lo que opine la propia familia.

De acuerdo a los resultados encontrados, gran parte de la población estudiada presenta un grado de Diferenciación baja, lo que trae como consecuencia que al momento de elegir pareja, se dejen llevar más por factores sociales-culturales y familiares, que por aspectos personales, especialmente por estos últimos, pues como ya se menciono, el enfoque intergeneracional también juega un papel importante en esta decisión, lo que quiere decir, que las personas tomen muy en cuenta los que opine la familia y los modelos que ha visto dentro de ella.

Es importante que las personas reflexionen acerca de este tema, pues al elegir a un compañero se puede estar eligiendo a la persona con la que probablemente se compartirá toda la vida, además, se debe tomar en cuenta que también se elige al posible padre o madre de nuestros hijos y que juntos conformaran una nueva familia. Todo esto repercutirá en generaciones futuras, así como nuestros antepasados han repercutido en la nuestra, tal y como lo menciona el enfoque intergeneracional.

10. REFERENCIAS

- Aguilar, B. y López, T. (2004) *Análisis de los principales factores que influyen en el proceso de elección de pareja en la población de la Ciudad de México*. Tesis de Licenciatura. Iztacala. Mexico: UNAM
- Allison, M. D., & Sabatelli, R. M. (1988) Differentiation and individuation as mediators of identity and intimacy in adolescence. *Journal of Adolescent Research*, 3, 1–16.
- Alvarado J. y Sánchez L. (1997) *La evolución de valores y principios familiares que influyen en las nuevas relaciones de pareja*. Tesis de Licenciatura. Iztacala. México: UNAM
- Anderson, S. A., & Fleming, W. M. (1986) Late adolescents' identity formation: Individuation from the family of origin. *Adolescence*, 21, 785–796.
- Anderson, S. A., & Sabatelli, R. M. (1992) The Differentiation in the Family System Scale (DIFS). *The American Journal of Family Therapy*, 20, 77–89.
- Ávila, A., Delgado, S. y Valle, H. (1994) *El mundo en al historia*. México: Trillas.
- Barrera, P. y Rodriguez, G. (2005) *Propuesta cognitivo-conductual para realizar una buena elección de pareja antes del matrimonio*. Tesis de Licenciatura Iztacala. Mexico: UNAM.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986) The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173–1182.
- Barrón L. (1993) *Concepto Ideal de Pareja*. Tesis. México: UDLA.
- Bartle-Haring, S. (1997). The relationships among parent-adolescent differentiation, sex role orientation and identity development in late adolescence and early adulthood. *Journal of Adolescence*, 20, 553–565.
- Bartle-Haring, S., Kenny, D. A., & Gavazzi, S. M. (1999) Multiple perspectives on family differentiation: Analyses by multitrait multimethod matrix and triadic social relations models. *Journal of Marriage and the Family*, 61, 491–503.
- Bartle-Haring, S., Rosen, K. H., & Stith, S. M. (2002) Emotional reactivity and psychological distress. *Journal of Adolescent Research*, 17, 556–585.

- Bartle-Haring, S., & Gavazzi, S. M. (1996) Multiple views on family data: The sample case of adolescent, maternal and parental perspectives on family differentiation levels. *Family Process, 35*, 457–472.
- Bartle-Haring, S., & Sabatelli, R. (1995) The behavioral and emotional reactivity index: Preliminary evidence for construct validity from three studies. *Family Relations, 44*, 267–277.
- Beck, A. (1990) *Con el amor no basta*. México: Paidós
- Becker, J. (1981) *Tratados sobre familia*. Madrid: Alianza
- Benítez, Q. R. (1997) *Cómo Influye la Elección de Pareja en el Matrimonio y Crianza de los Hijos*. Tesis de Licenciatura. Iztacala. Mexico: UNAM.
- Blanco H. S. y García E. C. (1998) *Etapas del ciclo vital de la familia y la pareja*. Tesis de Licenciatura. Iztacala. México: UNAM.
- Bowen, M. (1998) *De la familia al individuo: La diferenciación del sí mismo es el sistema familiar*. Barcelona: Paidós
- Bowen, M. (1978) *Family Therapy in clinical practice*. New York: Jason Aronson.
- Bowen, M. (1976) Theory in the practice of psychotherapy. In P. Guerin (Ed.), *Family therapy: Theory and practice* (pp. 42-90). New York: Gardner Press.
- Bray, J. H., & Harvey, D. M. (1992) Intimacy and individuation in young adults: Development of the young adult version of the personal authority in the family system questionnaire. *Journal of Family Psychology, 6*, 152-163.
- Bray, J. H., Williamson, D. S., & Malone, P. E. (1984). Personal authority in the family system: Development of a questionnaire to measure personal authority in intergenerational family processes. *Journal of Marital & Family Therapy, 10*, 167–178.
- Bruch, M. A., & Heimberg, R. G. (1994). Differences in perceptions of parental and personal characteristics between generalized and nongeneralized social phobics. *Journal of Anxiety Disorders, 8*, 155–168.
- Buss, A. H. (1980) *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco: Freeman.

- Cáceres, J. y Escudero, V. (1994) *Relacion de Pareja en jóvenes y embarazos no deseados*. Madrid: Piramide.
- Casado L. (1991) *La nueva pareja*. Barcelona: Paidós.
- 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 (1), 279-292.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983) A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24, 385–396.
- Costa, M. y Serrat, C. (1993) *Terapia de Pareja*. Madrid: Alianza.
- Cowan, P. A., Cowan, C. P., Schultz, H. S., & Heming, G. (1992) Prebirth to family factors in children's adaptation to kindergarten. In R. Parke & S. Kellam (Eds.), *Advances in family research* (Vol. 4, pp. 75–114).
- Derogatis, L. R., & Melisaratos, N. (1983) The Brief Symptom Inventory: An introductory report. *Psychological Medicine*, 13, 595–605.
- Diosdado M. Argüello G. y Flores R. (2001) *Elección de pareja*. Tesis de Licenciatura. Iztacala. México: UNAM.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1980) An analysis of coping in a middle-aged community sample. *Journal of Health and Social Behavior*, 21, 219–239.
- Gallo, M. (1997) *Historia Universal*. México: Ediciones Quinto Sol.
- Gavazzi, S. M. (1993) The relation between family differentiation levels in families with adolescents and the severity of presenting problems. *Family Relations*, 42, 463–468.
- González, C. (1995) *Estrategias para facilitar la comunicación funcional en las parejas: una aproximación cognitivo-conductual*. Tesis de Licenciatura. Iztacala. México: UNAM
- Güell, A. (1999) *Amores y Desamores. La vida en pareja*. España: Océano
- Gilligan, C. (1982) *In a different voice: Psychological theory and women's development*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Greene, G. J., Hamilton, N., & Rolling, M. (1986) Differentiation of self and psychiatric diagnosis: An empirical study. *Family Therapy, 13*(2), 187–194.
- Halverson, C. F. (1995) Measurement beyond the individual. In J. C. Conoley & E. B. Werth (Eds.), *Family Assessment* (pp. 3–18). University of Nebraska–Lincoln: Buros Institute of Mental Measurements.
- Harvey, D. M., Curry, C. J., & Bray, J. H. (1991) Individuation and intimacy in intergenerational relationships and health: Patterns across two generations. *Journal of Family Psychology, 5*, 204–236.
- Harvey, D. M., & Bray, J. H. (1991) Evaluation of an intergenerational theory of personal development: Family process determinants of psychological and health distress. *Journal of Family Psychology, 4*, 298–325.
- Heppner, P. P., Cook, S. W., Wright, D. M., & Johnson, W. C., Jr. (1995) Progress in resolving problems: A problem-focused style of coping. *Journal of Counseling Psychology, 42*, 279–293.
- Horton, P. y Hunt, C. (1981) *Sociología*. México: Mc Graw Hill.
- Huitron, G. (1996) *Una alternativa para la prevención de la violencia intrafamiliar*. Tesis de Licenciatura. Iztacala. México: UNAM.
- Johnson, P. y Waldo M. (1998) Integrating Minuchin's boundary continuum and Bowen's Differentiation scale: a curvilinear representation. *Contemporary Family Therapy, 20* (3), 403-413
- Kerr (2001) *La historia de una familia*. Washington, DC: Centro de la Familia de Georgetown.
- Kerr, M. E., & Bowen, M. (1988) *Family evaluation: An approach based on Bowen theory*. New York: Norton.
- La Greca, A. M., & Stone, W. L. (1993). Social Anxiety Scale for Children-Revised: Factor structure and construct validity. *Journal of Clinical Child Psychology, 22*, 17–27.
- Lawson, D. M., & Brossart, D.F. (2001) Intergenerational transmission: Individuation and intimacy across three generations. *Family Process, 40*, 429–442.

- Lemaire, J. (1986) *La pareja humana: Su vida, su muerte. La Estructuración de la pareja humana*. México: Fondo de Cultura Económica
- Lemaire, J. (1990) *La pareja humana, su vida, su muerte y su estructura*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Lieberman, R. y Wheeler, F. (1987) *Manual de Terapia de Pareja: Un enfoque positivo para ayudar a las relaciones con problema*. España: Desdée
- López, A. (1982) *La sexualidad entre los antiguos nahuas*. En: Familia y sexualidad en la Nueva España. México: Fondo de Cultura Económica.
- López, F. G., & Gover, M. R. (1993). Self-report measures of parent-adolescent attachment and separation-individuation: Aselective review. *Journal of Counseling and Development, 71*, 560–569.
- Masters, W. y Johnson, V. (1981) *Respuestas sexuales humanas*. Buenos Aires: Intermedica.
- McCrae, R. R., & Costa, P. T., Jr. (1991). Adding Liebe und Arbeit: The full five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin, 17*, 227–232.
- Minuchin, S. (1974) *Families and family therapy*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Minuchin, S., & Fishman, H. C. (1981) *Family therapy techniques*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Murdock, N. y Gore, Jr. (2004) Stress, Coping, and Differentiation of Self: a test of Bowen Theory. *Contemporary Family Therapy, 26 (3)* 319-335
- Neville, H. A., Heppner, P. P., & Wang, L. (1997) Relations among racial identity attitudes, perceived stressors, and coping styles in African American college students. *Journal of Counseling and Development, 75*, 303–311.
- Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (1995). *Family therapy: Concepts and methods*. (3rd ed.). Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Peleg, O. (2002) Children's test anxiety and family interaction patterns. *Anxiety, Stress and Coping, 15*, 45–59.

- Peleg, O. (2005) The Relation Between Differentiation and Social Anxiety: What Can Be Learned from Students and Their Parents? *The American Journal of Family Therapy*, 33(1), 167-183
- Penn, P. (1982) Circular questioning. *Family Process*, 21, 267–280.
- Piersma, H. L., & Boes, J. L. (1995) Agreement between patient self-report and clinician rating: Concurrence between the BSI and the GAF among psychiatric inpatients. *Journal of Clinical Psychology*, 51, 153–157.
- Preza, C. (2004) *Algunos factores que influyen en la dependencia emocional de la mujer en la relación de pareja*. Tesis de Licenciatura. Iztacala. México: UNAM.
- Rage, E. (1996) *La pareja. Elección, problemática y desarrollo*. México: Plaza Valdés.
- Rage, E. (1997) *La familia y la pareja*. México: Plaza Valdés.
- Resendiz, V. (2003) *Habilidades para iniciar, mantener y terminar una relación de pareja*. Tesis de Licenciatura. Iztacala. México: UNAM.
- Roberto, L. G. (1992). *Transgenerational family therapies*. New York: Guilford Press.
- Rodríguez, S. (1998) *Algunas posibles consecuencias dentro de la pareja cuando un miembro de la misma rompe con la fidelidad*. Tesis de Licenciatura. Iztacala. México: UNAM.
- Sánchez, A. (1980) *Familia y sociedad*. México: Joaquín Motriz.
- Sánchez M. (1994) *La elección de pareja. La pareja estable*. Barcelona: Gedisa.
- Sandoval, D. (1984) *El mexicano: Psicodinámica de sus Relaciones Familiares*. México: Villacaña
- Satir (1991) *Relaciones Humanas en el Nucleo Familiar*. Mexico: PAX
- Selby, A. (1996) *La familia en el México urbano*. México: Consejo Nacional para la Cultura y las Artes.
- Sharf, R. S. (1996). *Theories of psychotherapy and counseling: Concepts and cases*. Pacific Grove, CA: Brooks and Coles.

- Skowron, E. A. (2000) The role of differentiation of self in marital adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 229–237.
- Skowron, E., Holmes, S. y Sabatelli R. (2003) Deconstructing differentiation: self regulation, interdependent relating, and well-being in adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 25 (1), 111-129
- Skowron, E. y Friedlander, M. (1998). The differentiation of self inventory: Development and initial validation. *Journal of counseling Psychology*. 45 (3). 235-246.
- Silva, A. (1992) *Métodos cuantitativos en Psicología*. México: Trillas.
- Teichman, Y., & Ziv, R. (1998) Grandparents' and parents' views about their family and children's adjustment to kindergarten. *Educational Gerontology*, 24(2), 115–128.
- Tuason, M. T., & Friedlander, M. L. (2000) Do parents' differentiation levels predict those of their adult children? And other tests of Bowen's theory in a Philippine sample. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 27–35.
- Vargas F. J. (1996) *Análisis Transgeneracional de los estilos familiares*. Tesis de Maestría. Iztacala. México: UNAM.
- Vargas F. J. e Ibáñez R. J. (2002) Enfoques teóricos de la transmisión intergeneracional. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 3, (2). Disponible en www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin
- Vargas F. J. e Ibáñez R. J. (2006) *Solucionando los problemas de pareja y familia: Fundamentos teóricos y alternativas de solución a los conflictos desde la perspectiva del vínculo*. México: Pax México
- Vargas F. J., Ibáñez R. J. y Armas S. P. (2009) Desarrollo de un Instrumento de Evaluación para el Concepto de Diferenciación. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 12, (1). Disponible en www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin
- Wei, M., Heppner, P. P., & Mallinkrodt, B. (2003) Perceived coping as a mediator between attachment and psychological distress: A structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 50, 438–447.
- Wilie, M. S. (1991). Family therapy's neglected prophet: A profile of Murray Bowen. In *The Evolving Therapist* (pp. 221–229). New York: Guilford.

Williamson, D. S. (1982) Personal authority in family experience via termination of the intergenerational hierarchical boundary: III. Personal authority defined, and the power of play in the change process. *Journal of Marital and Family Therapy*, 8, 309–323.

Williamson, D. S. (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, 441–452.

Wilson, M. N. (1989) Child development in the context of the black extended family. *American Psychologist*, 44, 380–385.

ANEXOS

CUESTIONARIO DE DIFERENCIACIÓN

El objetivo del presente cuestionario es describir la forma en que las personas se diferencian de los demás. Este cuestionario se encuentra en fase de construcción, por lo que las respuestas que des son de suma importancia para nosotros. Te pedimos que seas lo más sincero posible al responder, no pienses mucho la respuesta, déjate llevar por lo primero que pienses. Te agradecemos mucho tu colaboración y te pedimos que llenes el siguiente formato demográfico. Como puedes ver, no te solicitamos nombre y te aseguramos que los datos que nos proporcionas serán guardados en forma completamente confidencial. 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 novio, esposo 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) Mas de cinco

	<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 actuó sin pensar				
4. Soy abiertamente sensible a las criticas				
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 constantemente 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 enojada, 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 esta 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 esposo 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 esposo 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 mis 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 en distancias.				
41. Cuando mi esposo 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.				



**UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES**



El propósito de este cuestionario es conocer algunos factores que intervienen en el proceso de elección y conservación de pareja. Por favor responde con sinceridad, ya que tus respuestas son confidenciales y serán utilizadas con fines estadísticos. Te agradezco tu colaboración.

CAMPUS IZTACALA.

Edad _____
Escolaridad _____
Ocupación _____

Género (Masc) (Fem)
Estado Civil _____

Instrucciones: Lee con atención las siguientes oraciones y pon el número de la respuesta que más se asemeje a lo que piensas según el siguiente código:

5)Muy de acuerdo 4)De acuerdo 3)Indiferente 2)En desacuerdo 1)Muy en desacuerdo

- 1.- Mi pareja debe de mostrar interés en mis actividades _____
- 2.- Mi pareja debe de compartir mis aficiones. _____
- 3.- Mi pareja debe de respetar mi trabajo. _____
- 4.- Cuando estoy con mi pareja debo sentirme tranquilo. _____
- 5.- De niño(a) quería ser o encontrar un esposo(a) igual a mis padres. _____
- 6.- La mujer debe ser una buena ama de casa. _____
- 7.- Mi pareja debe de tener gustos diferentes a los míos. _____
- 8.- Para casarse es necesario el consentimiento de los padres. _____
- 9.- La mujer debe de contribuir con el gasto de la casa. _____
- 10.- Debo tratar de entender a mi pareja. _____
- 11.- Mi pareja debe de respetar mis decisiones laborales. _____
- 12.- Los padres no tienen por qué opinar sobre la pareja de los hijos. _____
- 13.- El hombre debe de ir a pedir la mano de la mujer con los padres. _____
- 14.- En la pareja no es necesario que ambos compartan los mismos gustos y/o aficiones. _____
- 15.- Mi pareja debe de ser detallista conmigo. _____
- 16.- Mi pareja debe respetar mi manera de vestir y/o arreglarme. _____
- 17.- El hombre debe ayudar en las labores domésticas. _____
- 18.- Los padres influyen en la elección de pareja de los hijos. _____
- 19.- Mi pareja debe de quererme como soy. _____
- 20.- Mi pareja debe respetar mi manera de hablar y/o expresarme. _____
- 21.- Mi pareja debe de aceptar mi forma de ser y/o pensar. _____

- 22.- Mi pareja debe de acompañarme a los compromisos familiares. _____
- 23.- Mi pareja debe de decirme halagos y cosas agradables. _____
- 24.- La familia es la base para formar un buen ciudadano. _____
- 25.- Para tener novio (a) se debe de contar con el consentimiento de los padres. _____
- 26.- Para mantener una relación estable es necesario casarse. _____
- 27.- La mujer debe encargarse de las labores domésticas. _____
- 28.- El hombre debe de mantener económicamente a la mujer. _____
- 29.- Mi pareja debe de ser de mi misma religión. _____
- 30.- Mis padres deben estar de acuerdo en la manera de hablar y/o expresarse de mi pareja. _____
- 31.- La mujer no debe realizar trabajo fuera del hogar. _____
- 32.- El hombre debe ayudar en la educación de los hijos. _____
- 33.- La mujer debe de saber cocinar. _____
- 34.- La mujer debe hacerse cargo de la educación de los hijos. _____
- 35.- Mi pareja no debe llegar tarde a la casa. _____
- 36.- El hombre debe de tener un buen trabajo para mantener a la familia. _____
- 37.- Mi pareja debe de tener gustos similares a los míos. _____
- 38.- El hombre debe de valorar la virginidad de la mujer. _____
- 39.- El matrimonio es una alternativa para alejarse de los problemas familiares. _____
- 40.- Mis padres deben de estar de acuerdo en la manera de vestir y/o arreglarse de mi pareja. _____
- 41.- Debo de educar a mis hijos como mis padres me educaron a mí. _____
- 42.- Mi pareja debe de convivir con mi familia. _____
- 43.- Los padres deben de conocer a la pareja de los hijos. _____
- 44.- Debo de convivir con la familia de mi pareja. _____

¡¡GRACIAS POR TU COLABORACIÓN!!