



DESARROLLO DE UN INSTRUMENTO DE EVALUACIÓN PARA EL CONCEPTO DE DIFERENCIACIÓN¹

José de Jesús Vargas Flores², Edilberta Joselina Ibáñez Reyes³ y Patricia Armas Santillán⁴

Facultad de Estudios Profesionales Iztacala
Universidad Nacional Autónoma de México
Carrera de Psicología

Resumen

El objetivo de este trabajo es la presentación de un instrumento cuantitativo que permita la evaluación del constructo de diferenciación. Para ello se hace una revisión conceptual del constructo, así como sus aplicaciones al análisis de la dependencia emocional familiar y de pareja. Se presentan los resultados de la confiabilidad del instrumento, la cual tuvo un Alpha de Cronbach de .9229, así como la distribución de las calificaciones obtenidas por el instrumento en términos de una escala ordinal de cuatro categorías. Se discuten las implicaciones de la evaluación de la diferenciación en el campo de la psicología clínica.

Palabras Clave. Diferenciación, Teoría de Bowen, Familia y Pareja.

ABSTRACT

The main objective of this work is the presentation of a quantitative instrument that allows the evaluation of the differentiation construct. In order to do that, a conceptual revision of the construct is done, as well as the application of the analysis of emotional dependency in family and couples. The results of the instrument's reliability are shown, which obtained an Alpha of Cronbach of .9229, as well as the distribution of grades obtained by the instrument in terms of the ordinal scale of four categories. Also the work discusses the

¹ Investigación apoyada por Proyecto PAPCA 2007-2008 (Proyecto número 47)

² Profesor Titular del Área de Psicología Clínica. Correo Electrónico: jjvf@servidor.unam.mx

³ Profesora Asociada del Área de Psicología Experimental. Correo Electrónico:
jibanez@campus.iztacala.unam.mx

⁴ Psicóloga Egresada de la FES Iztacala

implications of the evaluation in terms of differentiation in the field of clinic psychology.

Keywords: Differentiation, Bowen's Theory, Family and Couple.

La diferenciación es un término desarrollado por Murray Bowen y se refiere al grado en el cual un individuo es independiente emocional del entorno familiar en que se desarrolla. Cuando se nace, el sujeto no puede diferenciarse entre la madre y él mismo. Conforme va creciendo, va independizándose en varios sentidos (físico, económico, social, etcétera) y en este sentido, se va convirtiendo cada vez más en una persona por sí misma.

El término diferenciación viene de la biología y se refiere al hecho de que, cuando el feto se encuentra en desarrollo, existen células que son indiferenciadas y con el desarrollo pueden formar parte de cualquier órgano. Cuando estas células se van diferenciando, se van formando parte de otros tejidos, al mismo tiempo que siguen formando parte del cuerpo.

El objetivo del presente trabajo fue desarrollar un instrumento de evaluación que permita describir el grado de diferenciación de los sujetos evaluados.

Escala de diferenciación

El concepto de escala de diferenciación fue desarrollado para describir el grado de separación emocional que la gente logra conseguir. La escala es un rango continuo de bajos a altos niveles de diferenciación. La diferenciación completa existe en personas que han resuelto por completo el vínculo emocional con su familia; son responsables de ellos mismos pero no participan o no se hacen responsables de la irresponsabilidad de otros. Este nivel de funcionamiento es arbitrariamente asignado en la escala de valores con una puntuación de 100. Únicamente se puede dar la diferenciación completa en personas que han resuelto completamente el vínculo emocional con su familia de origen y se responsabilizan de sí mismos.

Por el contrario, una persona completamente indiferenciada no logra una separación emocional de su familia de origen, es un "no-Yo," incapaz de convertirse en un individuo dentro de un grupo. Su nivel de funcionamiento es arbitrariamente asignado con un valor de 0.

Existen pruebas de que los patrones de origen, en particular, los patrones de regulación de distancia emocional, tienen un impacto significativo en los niveles de ansiedad, el funcionamiento social y síntomas psicósomáticos de manera generacional. La diferenciación es un concepto que se ha utilizado para describir los patrones de interacción familiar que, en mayor o menor medida, regula la distancia entre los miembros de la familia y ayuda a equilibrar la individualidad y la intimidad. Es una manera de caracterizar el balance entre dos fuerzas de vida o instintos: la fuerza de unión y la fuerza de individualidad (Peleg, 2005). Fuerzas que están en constante movimiento tratando de superar la una a la otra y muy pocas veces quedan perfectamente balanceadas. Por ejemplo, en una persona poco diferenciada (la cual reacciona de manera impulsiva ante las personas que la rodean) no hay un balance entre ambas fuerzas, la fuerza de unión supera a la fuerza de individualidad (Vargas e Ibáñez, 2008).

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

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

Bowen (1979) define diferenciación del Yo como el equilibrio en el funcionamiento intelectual y emocional. La intimidad y la autonomía en las relaciones. La diferenciación del Yo se encuentra en un continuo que van desde indiferenciado a altamente diferenciado.

Las personas muy diferenciadas pueden distinguir los pensamientos y las emociones y puede elegir entre responder guiada por la inteligencia o guiada por las emociones. Las personas diferenciadas son menos reactivas y más independientes. Son flexibles y adaptables al estrés, pueden presentar un fuerte razonamiento lógico cuando la situación lo requiere. Además, son capaces de mantener una "posición del Yo" en las relaciones íntimas sin dejar de ser autónomos (Lloyd, 1990). Esto se puede ver cuando una persona se enoja con facilidad o se enamora obsesivamente, es una persona poco diferenciada, ya que responde de acuerdo a sus emociones.

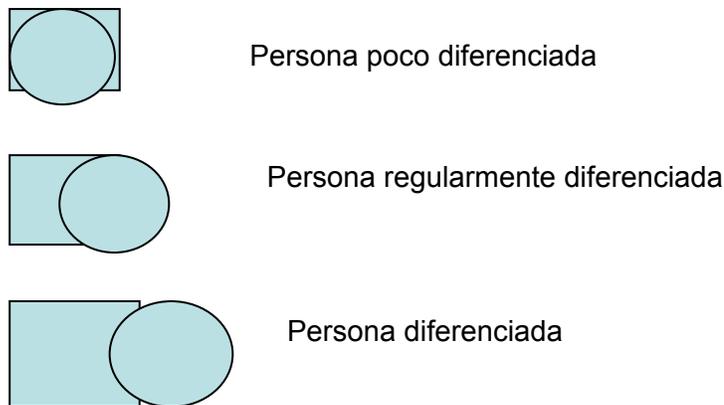


Figura 1. Se representa en forma esquemática la diferenciación de las personas, donde el cuadro son los demás y el círculo es el yo de la persona evaluada.

Como puede observarse en la figura 1, la persona poco diferenciada se encuentra muy involucrada y por lo tanto dependiente de los demás. Su Yo y el de los demás están juntos, revueltos y no se distinguen entre sí. En cambio, la persona que está regularmente diferenciada, tiene intereses con sus seres queridos, pero también tiene otros, no muchos, fuera de la familia y la pareja. La persona diferenciada, si bien tiene contacto con la familia y la pareja, piensa por sí misma, trabaja en sus propios objetivos y por lo tanto puede ver las cosas de manera poco emocional, por lo que tiende a tomar decisiones basadas en la realidad y no en la fantasía.

Las personas pobremente diferenciadas tienen problemas constantemente y responden de manera reactiva o emocionalmente cuando se enfrentan a situaciones estresantes (Kerr & Bowen, 1988). Los componentes de su funcionamiento intelectual y emocional se encuentran fusionados y las decisiones se basan en lo que siente, se encuentran atrapados en un mundo emocional (Bowen, 1978). Las personas pobremente diferenciadas tienen problemas para mantener una "posición del Yo" dentro de las relaciones, su funcionamiento y bienestar dependen de la relación.

Como ya se mencionó, la diferenciación del Yo se caracteriza por la capacidad para distinguir e integrar tanto las emociones como el intelecto: lo que uno siente y lo que uno piensa. Individuos óptimamente diferenciados son capaces de sentir y expresar sus emociones, al igual que contener sus impulsos. En las

personas pobremente diferenciadas los sentimientos y pensamientos se funden y la persona tiende a reaccionar de forma automática e impulsiva. Las personas bien diferenciadas son capaces de tomar decisiones bien planeadas, incluso en situaciones estresantes; y las personas pobremente diferenciadas tienden a ser menos flexibles, menos adaptables, se presionan fácilmente y más emocionalmente dependientes que los demás compañeros mejor diferenciados (Williamson, 1981). Un ejemplo de una persona diferenciada es una mujer quien esta viviendo su proceso de divorcio, en lugar de reaccionar de manera impulsiva demandando a su esposo o poniendo a sus hijos en contra de él, decide tomar esa situación de manera racional respetando las dediciones del esposo y permitiéndole ver a sus hijos las veces que se pueda.

En una familia pobremente diferenciada, la emoción y la subjetividad tienen una fuerte influencia en las relaciones familiares. Cuando la presión de unión es demasiado fuerte impide al niño crecer, pensar, sentir y actuar por el mismo. El niño funciona en reacción hacia los otros. Un ejemplo de esto es un adolescente rebelde. Su rebeldía refleja la falta de diferenciación que existe entre él y sus padres; el rebelde es una persona activamente reactiva cuyo self esta pobremente desarrollado, mientras que sus padres son tan inseguros que reaccionan de forma automática a la conducta del adolescente. Los valores y creencias de estos adolescentes están formados en oposición a las creencias de los otros, basándose más en reacciones emocionales que pensando puesto que sus creencias usualmente son inconsistentes.

La escala primeramente tiene importancia teórica. No fue diseñada como un instrumento que puede usarse para asignar a la gente en un nivel exacto. Esto es difícil debido a que la evaluación de una persona requiere una gran cantidad de información acerca de muchas otras personas. Tampoco define categorías de diagnóstico clínico. Más que un diagnóstico la escala define la adaptabilidad de un individuo ante situaciones estresantes. Las personas en cualquier punto de la escala, cuando se estresan suficientemente pueden desarrollar síntomas físicos, emocionales o sociales, pero entre más sea el nivel de diferenciación de una persona, se necesita de una mayor cantidad de estrés para desencadenar un

síntoma. La característica que describe mejor la diferencia entre las personas con distintos niveles de la escala es el grado de habilidad que tienen para distinguir entre los procesos emocionales y los intelectuales. Es decir, que se plantea la evaluación de la diferenciación como una escala de tipo ordinal, donde lo que podemos distinguir es cuando una persona es más o menos diferenciada, pero no qué tanto.

Método

Se desarrolló un instrumento de evaluación de 43 preguntas a partir de las experiencias desarrolladas en trabajos anteriores en Estados Unidos (Skowron y Friedlander, 1998). El instrumento fue desarrollado originalmente con 150 preguntas, las cuales fueron aplicadas en dos estudios piloto, a partir de los cuales se fueron descartando los reactivos que tenían una baja confiabilidad, estaban mal redactados, no se entendían por parte de los sujetos o tenían poco que ver con el constructo. Las respuestas del instrumento son en una escala de Likert de 4 opciones. Posteriormente, el instrumento se aplicó a 500 personas, 53% hombres, 47% mujeres. Los sujetos se encontraban en una edad entre los 20 y los 30 años de edad. 60% tenían una escolaridad de preparatoria, 20% con escolaridad de estudios profesionales, 17% con estudios de secundaria y 3% con estudios de primaria. De acuerdo a los criterios establecidos por los ingresos, todos pertenecen a la clase media.

Resultados

Una vez que se tenían los cuestionarios contestados, los resultados fueron codificados para su análisis con el programa SPSS PC+. Se aplicó el índice de confiabilidad de Cronbach, obteniéndose .9229 para el instrumento en general. A continuación, en la tabla 1, se muestra la confiabilidad encontrada para cada uno de los ítems del cuestionario. Como puede observarse, todos tienen una confiabilidad por arriba de .2 y la mayoría con una confiabilidad por encima de .4 por lo que no es extraño que la confiabilidad total sea tan alta.

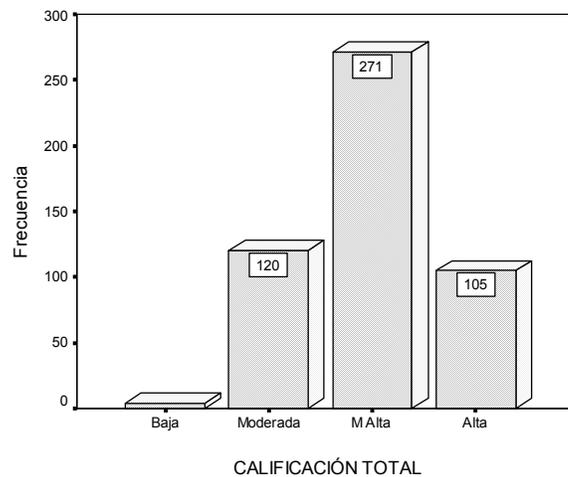
	Escala Media	Escala Varianza	Corregido Item- Total	Alpha Si el Item es borrado
C1	123.6560	322.0618	.2041	.9233
C2	123.5880	310.3109	.5104	.9205
C3	123.5840	317.2174	.3489	.9221
C4	123.2740	309.8787	.5438	.9202
C5	123.5780	311.3266	.5419	.9203
C6	123.5480	312.1400	.4620	.9210
C7	123.0220	311.9013	.5370	.9204
C8	123.5440	318.7456	.3123	.9224
C9	123.1240	311.8523	.5231	.9205
C10	122.9880	313.3385	.4827	.9209
C11	123.0440	309.8818	.6061	.9197
C12	122.5340	318.8626	.3693	.9219
C13	122.8140	312.9894	.5134	.9206
C14	122.8740	311.6174	.5484	.9202
C15	122.7880	314.4760	.4990	.9208
C16	123.1160	309.4535	.6069	.9196
C17	122.9500	313.6869	.2199	.9266
C18	123.2260	313.6342	.4561	.9211
C19	122.9200	312.6269	.5335	.9204
C20	123.6900	316.0901	.3764	.9219
C21	122.9720	314.9932	.4282	.9214
C22	122.8560	312.0834	.5592	.9202
C23	123.1940	312.7018	.5194	.9205
C24	123.2020	312.9711	.4899	.9208
C25	123.2440	311.7480	.4241	.9215
C26	123.1540	311.8420	.4319	.9214
C27	122.9440	312.0289	.4823	.9208
C28	122.6340	316.2606	.4163	.9215
C29	122.8900	311.9819	.5188	.9205
C30	122.6940	314.3731	.4793	.9209
C31	123.0420	313.6195	.4832	.9209
C32	123.0260	313.3119	.4811	.9209
C33	122.6380	314.1432	.4945	.9208
C34	122.6600	312.8461	.5181	.9206
C35	122.7340	313.3700	.4906	.9208
C36	123.1660	313.6738	.4182	.9215
C37	123.6120	315.6327	.3510	.9222
C38	122.9300	313.2676	.4998	.9207
C39	122.9540	314.4087	.4191	.9215
C40	123.5200	313.6930	.4039	.9217
C41	122.8000	318.5411	.3179	.9224
C42	122.8600	313.6557	.4497	.9212
C43	122.9160	313.8446	.4063	.9216

Coefficiente de confiabilidad

No. de Casos = 500.0 No. de Items = 43

Alpha = .9229

Por otro lado, en la gráfica 1, que representa los datos de la calificación final, puede observarse que la mayor parte de los sujetos tuvieron una diferenciación moderada y media alta, mientras que la minoría tuvo una calificación final baja y Alta, lo que nos permite observar que la población se reparte de acuerdo algo que se asemeja a una curva normal, como podría esperarse de un instrumento confiable. Para obtener cada una de las categorías, a partir de los datos obtenidos, se sacaron los percentiles y a su vez, éstos fueron divididos en cuatro. De esta manera, cada uno de los encuestados fueron categorizados con una diferenciación baja, moderada, media alta y alta, respectivamente.



Gráfica 1. Representa la calificación total de los sujetos encuestados.

Conclusiones

El constructo de diferenciación es susceptible de ser operacionalizado y evaluado. El presente trabajo presenta los resultados con respecto a la confiabilidad del instrumento. Si el constructo no tuviera posibilidades de ser operacionalizado, no se hubieran obtenido confiabilidades tan altas como las mostradas en el presente trabajo. De ahí su importancia desde el punto de vista cuantitativo.

Desde la perspectiva conceptual, tener un instrumento que permita ubicar al sujeto en algún punto de la escala ordinal, resulta de primordial importancia para el psicólogo clínico. Esta radica en la descripción del grado de diferenciación que puede tener su paciente. Todo esto tiene implicaciones sobre algunas de las características de su personalidad de suma importancia, tales como su impulsividad, dependencia emocional, grado de separación emocional y hasta, en cierta medida, los recursos con los que cuenta para salir del problema que se le presenta.

La diferenciación no es una medida de sanidad mental. Un sujeto con un grado de diferenciación muy bajo, puede vivir sin patologías psicológicas si se desenvuelve en un ambiente estructurado y sin problemáticas fuertes. Pero en la medida en que un sujeto está más diferenciado, enfrentado a un problema, tiene más recursos psicológicos para afrontar el estrés y salir de la crisis en que se encuentre. En cambio, una persona indiferenciada, puede hundirse en sus emociones, de tal manera que le cuesta mucho mayor trabajo afrontar el estrés y salir de una crisis.

Es necesario aplicar el instrumento a una mayor cantidad de sujetos, así como aplicarlo con otros instrumentos con constructos relacionados para generar validez de constructo.

Referencias bibliográficas

- Bowen M. (1989). **La Terapia Familiar en la Práctica Clínica**. Vols. 1 y 2. Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Bowen, M. (1979). *De la familia al individuo. La diferenciación del sí mismo en el sistema familiar*. Barcelona, España: Paidós.
- Framo, J.L. (1996). **Familia de Origen y Psicoterapia: Un Enfoque Intergeneracional**. Barcelona: Paidós.
- Jenkins, S., Buboltz, W., Schwartz, J. y Johnson, P. (2005). Differentiation of self and psychosocial development. **Contemporary Family Therapy** 27 (2), 251-261.
- Kerr M. y Bowen M. (1988). **Family Evaluation: An approach based on Bowen theory**. Nueva York: Norton.
- Lloyd, J. (1990). From differentiation to individuation: A look at the encounter process. **The British Journal of Sociology**, 38 (3), 251-272.
- Peleg, O. (2005). The relationship between Differentiation and Social Anxiety: What can be learned from students and their parents? **The American Journal of Family Therapy**. 33, (2) 167-183.
- Skowron E.A. y Friedlander M.L. (1998) The Differentiation of self-inventory: Development and initial evaluation. **Journal of Counseling Psychology** 45, 3, 235-246.
- Vargas J.J. e Ibáñez E.J. (2008) La diferenciación como un modelo para el análisis de las relaciones de pareja. **Revista Electrónica de Psicología Iztacala** 11 (1) 102-115. Disponible en:
www.iztacala.unam.mx/carreras/psicologia/psiclin
- Williamson, D. (1981). Personal authority via termination of the intergenerational hierarchical boundary: A new stage in the family life cycle. **Journal of Marital and Family Therapy**, 7, 442-452.