



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

**RELACIÓN ENTRE EL
FUNCIONAMIENTO FAMILIAR, LA
DIFERENCIACIÓN DEL SELF Y LA
ANSIEDAD EN LOS JÓVENES
ADULTOS**

Autor: Blanca Dolz del Castellar Blanco

Tutor profesional: Jesús Oliver Pece

Tutor metodológico: Mónica Terrazo Felipe

Madrid
Mayo 2019

Blanca
Dolz del Castellar
Blanco

RELACIÓN ENTRE FUNCIONAMIENTO EL FAMILIAR, LA DIFERENCIACIÓN DEL SELF Y LA ANSIEDAD EN JÓVENES ADULTOS



Resumen

En el presente estudio se examinó la relación entre el funcionamiento familiar, la diferenciación del self y la ansiedad rasgo. Además, se estudiaron las diferencias en diferenciación del self y en ansiedad rasgo en función del sexo. Se comprobó si el funcionamiento familiar predecía el grado de diferenciación del self alcanzado y si el nivel de diferenciación del self mediaba la relación entre el funcionamiento familiar y la ansiedad. En el estudio participaron 185 sujetos de edades comprendidas entre los 18 y 56 años y se utilizaron las escalas Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale-20Esp (FACES – 20Esp), Escala de Diferenciación del Self (EDS) y Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI) para medir las variables a estudiar. Los resultados indicaron que existía relación entre el funcionamiento familiar y la diferenciación del self, el funcionamiento familiar y la ansiedad rasgo y la diferenciación del self y la ansiedad rasgo. Además, se encontraron diferencias en función del sexo, tanto en el grado de diferenciación del self y en la posición yo, con una mayor puntuación de los hombres, como en la reactividad emocional y la ansiedad rasgo, con mayor puntuación de las mujeres. También se observó que el funcionamiento familiar predecía el nivel de diferenciación del self. Por último, se comprobó que la relación entre funcionamiento familiar y ansiedad rasgo estaba parcialmente mediada por la diferenciación del self. Se discuten la relevancia de los resultados y sus implicaciones para la práctica clínica.

Palabras clave: Funcionamiento familiar, diferenciación del self, ansiedad rasgo, adaptabilidad, cohesión.

Abstract

In the present study, the relationship between family functioning, differentiation of self and trait anxiety was examined. In addition, differences in trait anxiety and differentiation of self according to sex were studied. It was checked whether family functioning predicted the degree of differentiation of self achieved and whether the level of differentiation of the self mediated the relationship between family functioning and trait anxiety. The study involved 185 subjects aged between 18 and 56 years and the scales used were the Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale-20Esp (FACES - 20Esp), the Self Differentiation Scale (EDS) and the State-Trait Anxiety Questionnaire (STAI). The results indicated that there was a relationship between family functioning and self differentiation, family functioning and trait anxiety and self differentiation and trait anxiety. In addition, differences were found according to sex in the degree of self differentiation and in the I position, with a higher score for men, as well as in emotional reactivity and trait anxiety, with higher scores for women. It was also observed that

family functioning predicted the level of self differentiation. Finally, it was found that the relationship between family functioning and trait anxiety was partially mediated by the differentiation of the self. The relevance of the results and their implications for clinical practice are discussed.

Keywords: Family functioning, differentiation of self, trait anxiety, adaptability, cohesion.

Desde la perspectiva de la Teoría Sistémica, la familia está considerada como la unidad básica que conforma el sistema social de un individuo y es reconocida como un subsistema diferenciado dentro de la sociedad (Uruk, Sayger y Cogdal, 2007) debido al importante papel que juega, junto con la escuela y el grupo de pares, en el proceso de socialización del individuo, sobre todo, durante la infancia y la adolescencia (McDonald y Sayger, 1998).

Teniendo en cuenta que la familia es el primer grupo con el que el individuo entra en contacto, así como aquel con el que este contacto es más constante a lo largo de su vida, también es considerado el sistema más importante en el desarrollo de la personalidad y el bienestar de los individuos que lo conforman por el impacto que puede llegar a tener en los mismos (Uruk et al., 2007). De tal manera que se ha considerado que el funcionamiento familiar se encuentra estrechamente relacionado con el adecuado funcionamiento psicológico de los individuos que conforman la familia (Kerr y Bowen, 1988).

En este estudio centraremos la atención en la etapa de la juventud, es decir, el periodo en el que la persona adolescente se transforma en un joven adulto, transición que ocurre cuando se terminan los estudios obligatorios. Esta etapa lleva asociadas una serie de tareas a las que el individuo debe hacer frente, como la formación de relaciones íntimas maduras y sanas, la consolidación de la propia identidad y la separación de la familia, tareas que de no llevarse a cabo adecuadamente, pueden repercutir en el buen funcionamiento y el bienestar del individuo (Arnett, 2000; Chung y Gale, 2006). Como refleja la investigación, esta etapa es estresante para los jóvenes (Seiffge-Krenke, 2006). Sin embargo, diversas investigaciones como la de Schultheiss y Blustein (1994) sugieren que el éxito en dichas tareas se halla relacionado con las experiencias vividas en la familia de origen, ya que el apoyo y la participación de los padres en la autonomía de los hijos están relacionados con el buen desarrollo y ajuste de los jóvenes, mientras que un aumento en los niveles de estrés durante esta fase parece ser resultado de dificultades en encontrar el equilibrio entre la separación y el contacto con la familia de origen (Holmbeck y Leake, 1999).

Los resultados de estos estudios señalan la relevancia que tienen para el adecuado funcionamiento de los jóvenes adultos el desarrollo de la autonomía y la vinculación (Skowron, Stanley y Shapiro, 2009). Según la Teoría Familiar Sistémica (Kerr y Bowen, 1988), desarrollada por Bowen, este adecuado balance entre autonomía y vinculación, que debe darse para que se produzca una adecuada adaptación del individuo, es lo que se ha denominado diferenciación del self.

Funcionamiento Familiar

El Modelo Circumplejo (Olson, Sprenkle y Russell, 1979) es uno de los que más relevancia tienen en la actualidad para comprender el funcionamiento de los sistemas familiares (Martínez- Pampliega, Iraugi, Galínez y Sanz, 2006).

El Modelo Circumplejo describe el funcionamiento familiar a través de tres dimensiones que han sido consideradas de gran relevancia por diferentes modelos teóricos familiares y enfoques de terapia familiar: Cohesión, Adaptabilidad y Comunicación (Olson, 2000).

La Cohesión hace referencia al vínculo emocional que los miembros de un sistema familiar tienen unos con otros (Martínez- Pampliega et al., 2006; Olson, Russell y Sprenkle, 1983). Esta dimensión está compuesta por una serie de conceptos o variables que permiten su operacionalización y una mejor comprensión de la misma, como son: lazos emocionales, coaliciones, fronteras, tanto dentro del propio sistema como con el exterior, intereses, tiempo y entretenimiento (Martínez-Pampliega et al., 2006; Olson et al., 1979; Olson et al., 1983). En función del grado de cohesión que presente una familia, esta se puede ubicar en cuatro niveles: desapegada (niveles muy bajos de cohesión), separada (niveles bajos a moderados), conectada (niveles moderado a altos) y apegada (niveles muy altos).

La Adaptabilidad es definida como la capacidad de un sistema para cambiar su estructura de poder, los roles y las reglas de relación como respuesta a un estresor puntual o a cambios que se producen por el desarrollo del sistema (Olson et al., 1983). Esta dimensión incluye los conceptos de: poder (asertividad, control, disciplina), estilos de negociación, roles y reglas (Olson et al. 1979). También se divide en cuatro niveles en función del grado de adaptabilidad: rígida (niveles muy bajos de adaptabilidad), estructurada (niveles bajos a moderados), flexible (niveles moderados a altos) y caótica (niveles muy altos).

La Comunicación, añadida más tarde al modelo, es considerada por los autores como una dimensión facilitadora, de tal manera que permite o promueve que los sistemas se muevan entre las otras dos dimensiones (Olson et al., 1983). Entre los conceptos que se tienen en cuenta para describir esta dimensión se encuentran: empatía, habilidades del emisor, claridad de expresión, escucha activa... (Martínez-Pampliega et al., 2006).

Las dimensiones de Cohesión y Adaptabilidad son curvilíneas, es decir, los extremos de ambas dimensiones son disfuncionales, mientras que las posiciones centrales de la dimensión se consideran relacionadas con un adecuado funcionamiento familiar (Martínez- Pampliega et al., 2006; Olson et al. 1979).

La relación de los cuatro niveles de las dimensiones de adaptabilidad y cohesión, da lugar a dieciséis tipos de familias en relación con su funcionamiento familiar, de las cuales, aquellas que presentan puntuaciones medias en ambas dimensiones son consideradas

funcionales (flexiblemente separadas, flexiblemente conectadas, estructuralmente separadas y estructuralmente conectadas) y aquellas que presentan puntuaciones extremas en ambas dimensiones, son consideradas disfuncionales (caóticamente desapegadas, caóticamente apegadas, rígidamente apegadas y rígidamente desapegadas) (Olson et al., 1979).

Aunque el Modelo Circumplejo concibe de manera curvilínea las dimensiones Cohesión y Adaptabilidad, las diferentes versiones del Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale, salvo la versión IV, las evalúan de forma lineal, es decir, a mayor cohesión y adaptabilidad familiar mejor funcionamiento familiar.

Diferentes investigaciones han demostrado que la puesta en marcha de dinámicas familiares adecuadas dentro de la familia de origen disminuyen la probabilidad de aparición de futuros problemas de conducta en los hijos (Buboltz, Johnson y Woller, 2003; Dmitrieva, Chen, Greenberger, y Gil-Rivas, 2004).

Asimismo, se ha encontrado que los patrones familiares, sobre todo aquellos que se relacionan con la regulación de la distancia entre los miembros del sistema, tienen un impacto significativo en los niveles de ansiedad rasgo de los hijos (Peleg-Popko, 2002b; Peleg-Popko y Klingman, 2002).

En esta línea, se ha encontrado que los altos niveles de cohesión y los bajos niveles de adaptabilidad (rigidez) en la familia están asociados con mayores niveles de ansiedad social en los niños (Peleg-Popko y Dar, 2001) y menores niveles de flexibilidad psicológica y autocompasión (Berryhill, Hayes y Lloyd, 2018).

En una investigación con jóvenes ingleses, Manzi, Vignoles, Regalia y Scabini, (2006) encontraron que la fusión familiar (*enmeshment*), es decir, niveles muy altos de cohesión donde los límites entre los miembros de la familia son difusos y con el exterior son rígidos, estaba asociada con mayor cantidad de síntomas ansiosos y depresivos. Sawyer, Williams, Chasson, Davis y Chapman (2015) realizaron un estudio con adultos afroamericanos, en el que encontraron que una mayor disfunción familiar en la infancia se asociaba con más síntomas de ansiedad y depresión en la edad adulta.

Por otro lado, en el estudio comentado anteriormente, Manzi, et al. (2006) encontraron que la adecuada cohesión familiar estaba asociada positivamente con satisfacción vital y de manera negativa con síntomas depresivos y ansiosos. En la misma línea, Guassi Moreira y Telzer (2015) encontraron que aquellos jóvenes que indicaron mayores niveles de cohesión familiar (medidos de forma lineal) durante la transición a la universidad, presentaban niveles más bajos de síntomas depresivos.

Por su parte, Uruk et al. (2007) encontraron que el funcionamiento familiar (adaptabilidad y cohesión) estaba asociado de manera positiva con el bienestar psicológico. Davenport, Kazman y Deuster (2014) también observaron que las relaciones familiares cercanas y flexibles estaban asociadas con una menor percepción de estrés en adultos africanos americanos. Asimismo, Alavi, Mehrinezhad, Amini, y Kaur (2017) señalan que puntuaciones más altas en Adaptabilidad y Cohesión están relacionadas positivamente con mayores niveles de inteligencia emocional en jóvenes.

En línea con la teoría de Bowen, Johnson et al. (2001) encontraron que el funcionamiento familiar afectaba a los niveles de diferenciación de los jóvenes adultos de familias con padres divorciados, es decir, no sólo el divorcio se relacionaba de manera negativa con la diferenciación del self, sino que la cohesión familiar parecía reducir la reactividad emocional, mientras que el conflicto familiar parece afectar al nivel de diferenciación, aumentando los niveles de reactividad emocional y corte emocional y disminuyendo los niveles de posición yo. Asimismo, Chung y Gale (2009) encontraron que las medidas de funcionamiento familiar estaban relacionadas de manera positiva con el nivel de diferenciación del self, de tal manera que a mayor grado de percepción del funcionamiento familiar como saludable, mayor es el grado de diferenciación.

En resumen, tanto la teoría como la investigación apuntan a que las experiencias vividas en la familia tienen un papel central en el ajuste y desarrollo emocional de los jóvenes adultos (Mattanah, Hancock y Brand, 2004; Peleg-Popko, 2004).

Diferenciación del Self

La diferenciación del self es considerado el concepto más importante de la Teoría Familiar Sistémica de Bowen (Jenkins, Buboltz, Schwartz y Johnson, 2005), así como la variable más importante relacionada con la madurez y el logro de un adecuado funcionamiento psicológico (Skowron y Friedlander, 1998).

Se define como la capacidad que presenta una persona para mantener su individualidad mientras permanece conectada emocionalmente con su familia (Kerr y Bowen, 1988). Es decir, es el nivel según el cual una persona es capaz de mantener el equilibrio entre el funcionamiento emocional e intelectual y entre el grado de intimidad y autonomía en las relaciones (Skowron y Friedlander, 1998).

La diferenciación del self es un constructo multidimensional formado por una dimensión intrapsíquica y otra interpersonal (Skowron y Schmitt, 2003).

En el nivel intrapsíquico, la diferenciación del self, consiste en la capacidad para distinguir entre los procesos intelectuales y los procesos emocionales (Skowron y Schmitt,

2003), es decir, ser capaz de distinguir los pensamientos de los sentimientos y poder elegir actuar conforme a unos o a otros (Skowron y Friedlander, 1998).

En el nivel interpersonal, la diferenciación del self, hace referencia a la capacidad que presenta un individuo de establecer relaciones íntimas con los otros a la vez que es capaz de mantener su autonomía (Skowron y Friedlander, 2003; Skowron, Van Epps, Cipriano-Essel y Woehrle, 2014).

Teóricamente, la diferenciación del self está compuesta de cinco dimensiones: Reactividad Emocional, Posición Yo, Fusión con Otros, Corte Emocional (Skowron y Friedlander, 1998) y Dominio de los Otros (Oliver y Berástegui, en prensa).

El componente intrapsíquico está formado por las dimensiones reactividad emocional y posición yo. La reactividad emocional es la incapacidad para mantenerse calmado en presencia de personas significativas que se encuentran emocionalmente activadas y la tendencia a responder a través de una respuesta emocional automática a los estímulos ambientales (Rodríguez-González, 2014; Skowron y Friedlander, 1998). Se relaciona con la tendencia de una persona a reaccionar frente al estrés de manera irracional, guiada únicamente por sus emociones (Peleg y Zoabi, 2014). La posición yo se ha definido como la capacidad para mantener un claro sentido del self, así como las propias convicciones y creencias frente a otros significativos cuando se es presionado para hacer lo contrario (Rodríguez-González, 2014; Skowron y Friedlander, 1998). Es la habilidad para defender la propia voluntad y autonomía (Peleg y Zoabi, 2014).

Las personas que presentan menores niveles de diferenciación del self en el componente intrapsíquico encuentran mayores dificultades en mantenerse calmadas ante la emocionalidad de otros (Peleg-Popko, 2002) y son menos capaces de modular su activación emocional (Skowron, Wester y Azen, 2004), lo que dificulta su capacidad para valorar la realidad de una forma más equilibrada y reflexionar sobre ella, enfrentarse de manera más adecuada a los estresores vitales y soportar la ambigüedad e incertidumbre (Rodríguez-González, 2014).

El componente interpersonal se encuentra formado por las dimensiones Corte Emocional, Fusión con los Otros (Skowron y Schmitt, 2003) y Dominio de los Otros (Oliver y Berástegui, en prensa). El Corte Emocional es la tendencia a aislarse, a mantener la independencia con los otros y cortar las relaciones con las personas significativas, de manera rígida, como forma de manejar la tensión y las relaciones íntimas (Peleg-Popko y Zoabi, 2014; Rodríguez-González, 2014). La Fusión con los Otros se define como la tendencia a buscar la unión con las personas significativas y la aprobación y aceptación de los otros por encima de todo (Peleg-Popko y Zoabi, 2014; Rodríguez-González, 2014; Skowron y Friedlander, 1998). Por último, el Dominio de los Otros, hace referencia a una baja capacidad para tolerar las

diferencias con los demás y a una propensión a presionar a los otros para que se ajusten a las propias ideas o intereses, entrando en luchas de poder o llegando a mostrarse inflexible o dogmático (Oliver y Berástegui, en prensa).

Aquellas personas que presentan menores niveles de diferenciación en el componente interpersonal tienden a fusionarse con otros, a mostrarse dominantes con los otros o a distanciarse emocionalmente, a través del corte emocional, como respuesta al estrés o forma de manejar el mismo (Oliver y Berástegui, en prensa; Skowron y Schmitt, 2003).

Tanto en la teoría como en diversas investigaciones se ha señalado que niveles más bajos de diferenciación están asociados con mayores niveles de ansiedad crónica, mayores niveles de sufrimiento psicológico (Murdock y Gore, 2004; Skowron y Friedlander, 1998), menores niveles de satisfacción marital (Rodríguez-González, Skowron, Cagigal y Muñoz, 2015; Skowron y Friedlander 1998), mayores niveles de ansiedad social (Peleg-Popko, 2002; Peleg-Popko, 2005) y un mayor número de síntomas fisiológicos (Peleg-Popko, 2002; Rodríguez-González et al., 2018) y psicológicos (Murdock y Gore, 2004; Rodríguez-González et al., 2018; Skowron y Friedlander, 1998). Mientras que niveles más altos de diferenciación se han encontrado relacionados con un mayor bienestar psicológico y relacional (Skowron et al., 2009), menores niveles de ansiedad social (Peleg-Popko y Zoabi, 2014), menor sintomatología (Peleg-Popko, 2002) y mejor manejo del estrés (Peleg-Popko y Zoabi, 2014; Skowron et al., 2004).

Chung y Gale (2006), por su parte, encontraron que la diferenciación del self en jóvenes adultos tanto coreanos como estadounidenses estaba relacionada con el bienestar psicológico, es decir, comprobaron que menores niveles de corte emocional y mayor capacidad para tomar una posición yo, se relacionaban con mayores niveles de autoestima y menores niveles de depresión.

En una línea similar, Jenkins et al. (2005), encontraron que aquellas personas que presentan una mayor reactividad emocional confían menos en sus propias habilidades y presentan una identidad menos estable, mientras que el ser capaz de adoptar una posición yo es muy importante para el buen desarrollo psicosocial en jóvenes adultos.

Otros autores (Kim et al., 2014), en una investigación llevada a cabo con población coreana, encontraron que aquellas personas que presentaban mayores niveles de diferenciación, referían un funcionamiento familiar más saludable, mayor satisfacción familiar, así como una comunicación familiar más positiva. De manera más específica, los autores comprobaron que la posición yo tenía un efecto significativo en los niveles medios o más equilibrados de cohesión y adaptabilidad y que aquellas personas que presentaban menores niveles de corte emocional con los otros, presentaban niveles más equilibrados de cohesión familiar (Kim et al., 2014). Estos mismos autores (Kim et al, 2015), en un estudio llevado a cabo con surcoreanos residentes en

Corea del Sur, surcoreanos residentes en Estados Unidos y americanos blancos residentes en Estados Unidos, encontraron los mismos resultados que en el estudio anterior; mayores niveles de diferenciación del self se encontraban significativamente relacionados con un funcionamiento familiar más saludable, una mejor comunicación familiar y una mayor satisfacción familiar en los tres grupos de población.

Ansiedad

Según McIlroy, Bunting y Adamson (como se citó en Peleg-Popko y Klingman, 2002), la ansiedad ha sido considerada una variable muy importante a estudiar en el campo de la Psicología desde distintas teorías, puesto que es uno de los problemas psicológicos que mayor tasa de prevalencia presenta en la actualidad (Guillén-Riquelme y Buela-Casal, 2011).

La ansiedad se puede definir como la respuesta del organismo ante una amenaza, real o imaginada (Kerr y Bowen, 1988). Las distintas alteraciones que se producen en el individuo debido a la ansiedad pueden ser de tres tipos: fisiológicas, cognitivas y motoras (Ozen, Ercan, Irgil y Sigirli, 2010). Las respuestas de ansiedad tienen una función adaptativa muy importante para el organismo, sin embargo, que estas reacciones se den con demasiada intensidad o en momentos en los que no son necesarias, puede perjudicar dicha capacidad de adaptación (Kerr y Bowen, 1988; Núñez y Crismán, 2016) y generar gran malestar. Según Spielberger, Gorsuch y Lushene (2015), existen dos tipos principales de ansiedad: ansiedad rasgo y ansiedad estado. La primera se refiere a la tendencia relativamente estable a considerar o percibir una amplia variedad de estímulos como peligrosos o amenazantes que presenta una persona, mientras que la segunda hace referencia a un estado de activación emocional transitorio o puntual que varía su intensidad o cambia a lo largo del tiempo o en función de los estímulos (Peleg-Popko y Klingman, 2002; Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg y Jacobs, 1983). Dicho de otro modo, este modelo plantea que la ansiedad rasgo es el nivel base de ansiedad que presenta una persona, mientras que la ansiedad estado es el nivel de ansiedad que se expresa ante un estímulo o varios en particular. De tal manera que cuanto mayor sea la ansiedad rasgo, mayor será, probablemente, el aumento en la ansiedad estado que el individuo experimentará en una situación amenazante (Spielberger et al., 1983).

En la literatura científica, el contexto, sobre todo familiar, se ha señalado como un importante indicador de ajuste psicológico y bienestar emocional en jóvenes estudiantes (Balanza, Morales y Guerrero, 2009). En concreto, la ansiedad es una de las variables que más se ha asociado en las investigaciones con la disfunción familiar (Chapman y Woodruff-Borden, 2009).

Autores como Vitasaria, Wahab, Othman, Herawan y Kumar (2010) señalan que las alteraciones emocionales producidas por la ansiedad tienen un gran impacto en el rendimiento

académico y cognitivo de los jóvenes, de tal manera que mayores niveles de ansiedad se encuentran asociados con un peor desempeño académico. Otras investigaciones han encontrado que existe una relación negativa entre la autoestima y la ansiedad, llegando a considerar esta última como predictora de una baja autoestima (Nuñez y Crismán, 2016). Asimismo, diversos estudios señalan que la ansiedad se encuentra relacionada de manera positiva con el abuso de sustancias (Valentiner, Mounts y Deacon, 2004). Por su parte, Malone y Wachholtz (2017) encontraron que la ansiedad estaba relacionada de manera inversa con el bienestar físico, social, funcional y emocional.

Como hemos visto, un gran número de investigaciones señala la relación entre el funcionamiento familiar y diversas variables psicológicas, y la importancia que éstas tienen en el desarrollo del individuo. Sin embargo, se ha prestado escasa atención a la relación entre el funcionamiento familiar y la diferenciación del self, tanto en el ámbito internacional, como, sobre todo, nacional, a pesar de la importancia que se le otorga a estos constructos y la repercusión que tienen en el ámbito clínico, en relación con el bienestar psicológico y personal del individuo. Por estos motivos, consideramos relevante llevar a cabo una investigación en España, en la que se estudie la relación empírica entre estas variables teóricamente relacionadas.

El objetivo principal de este trabajo es comprobar si existe relación entre el funcionamiento familiar, la diferenciación del self, y la ansiedad rasgo. Además, se pretende comprobar si la relación entre el funcionamiento familiar y la ansiedad se encuentra mediada por la diferenciación del self. Por lo tanto, las hipótesis de este trabajo son las siguientes:

- 1) El funcionamiento familiar se relaciona de manera positiva con la diferenciación del self, es decir, aquellas personas que presentan mayores niveles de adaptabilidad y cohesión, presentan mayores niveles de diferenciación del self.
- 2) El funcionamiento familiar se relaciona negativamente con la ansiedad, de tal manera que los individuos que presentan un mejor funcionamiento familiar presentan menores niveles de ansiedad rasgo.
- 3) La diferenciación del self se relaciona negativamente con la ansiedad, es decir, aquellos que presentan mayores niveles de diferenciación del self presentan menores niveles de ansiedad rasgo.
- 4) Existen diferencias en función del sexo en la diferenciación del self. Las mujeres presentan niveles más elevados de Reactividad Emocional, mientras que los hombres presentan puntuaciones mayores en Corte Emocional.
- 5) Existen diferencias en función del sexo en la ansiedad. Las mujeres presentan mayores niveles de ansiedad que los hombres.
- 6) El funcionamiento familiar predice el grado de diferenciación del self.

- 7) Los componentes de la diferenciación del self median la relación entre el funcionamiento familiar y la ansiedad rasgo.

Método

Participantes

Tras recibir la aprobación por parte de la dirección del Máster en Psicología General Sanitaria de la Universidad Pontificia Comillas, se procedió a realizar la recogida de datos para llevar a cabo la investigación. Esta comenzó el 22/12/2018 y finalizó el 31/01/2019.

Se accedió a la muestra mediante un muestreo no probabilístico de conveniencia. Los sujetos fueron seleccionados en función de la proximidad y accesibilidad a los mismos, de tal manera que se contactó con sujetos a los que se tenía fácil acceso, como estudiantes de la Universidad Pontificia Comillas, amigos, conocidos y familiares, a los que se pidió que participasen en el estudio. Además, se utilizó un procedimiento de bola de nieve, solicitando a los participantes que propusieran a otros conocidos que participaran también en el estudio.

En la presente investigación participaron 208 sujetos, de los cuales 23 fueron eliminados ya que no cumplían alguno de los criterios de inclusión de la muestra. Estos criterios fueron: ser mayor de edad (18 años o más), no tener familia propia y convivir con su familia de origen en el momento de realización del estudio.

De los 185 sujetos que conformaron la muestra final 123 eran mujeres (66.5%) y 62 hombres (33.5%). Sus edades estaban comprendidas entre los 18 y los 56 años ($M= 22.08$; $DT= 3.78$). De la totalidad de la muestra, el 20% tiene estudios de posgrado, el 59.5% universitarios, el 6.5% estudios en Formación Profesional y el 14% Bachillerato. El 83.8% del total de la muestra convive en una familia biparental, el 11.9% en una familia monoparental, el 1.6% en una familia biparental reconstituida y el 2.7% en una familia monoparental reconstituida. De aquellos que conviven en una familia monoparental o reconstituida el 46.7% lo hace debido al divorcio de los padres y el 30% a la defunción de uno de los progenitores.

Instrumentos

Cuestionario sociodemográfico

Se diseñó un cuestionario ad hoc con el que se evaluaron diversas variables sociodemográficas como edad, sexo, estado civil, nivel de estudios, tipología familiar (biparental, monoparental, reconstituida), divorcio o defunción de alguno de los progenitores, convivencia actual con la familia de origen, existencia de hijos propios, recepción o no de psicoterapia en algún momento.

Escala de Diferenciación del self.

La Escala de Diferenciación del Self (EDS), desarrollada por Oliver y Berástegui (en prensa), es un instrumento que evalúa de forma completa la Diferenciación del Self, tanto la dimensión intrapsíquica como la interpersonal.

La escala está compuesta por 74 ítems que se responden mediante una escala tipo Likert con seis opciones de respuesta, que van desde 1 (Muy en desacuerdo) hasta 6 (Muy de acuerdo) y que se agrupan en cinco subescalas: Reactividad Emocional (RE; 12 ítems), Corte Emocional (CE; 21 ítems), Fusión con los Otros (FO; 14 ítems), Dominio de los Otros (DO; 14 ítems) y Posición del Yo (PY; 13 ítems).

Estas cinco subescalas se corresponden con las cinco dimensiones teóricas que conforman el constructo. La dimensión Reactividad Emocional se refiere a una tendencia a responder de manera descontrolada, emocional y autónoma ante diferentes estímulos ambientales. El Corte Emocional hace referencia a una forma de evitar la intimidad con los otros a través de la distancia física o emocional con ellos. La Fusión con los Otros se entiende como la tendencia a actuar como los demás consideran que debe hacerse, renunciando a los propios sentimientos, pensamientos, opiniones y criterios, de tal manera que se eviten conflictos y se consiga la aprobación por parte de los demás. El Dominio de los Otros hace referencia a la dificultad para tolerar las diferencias de opinión y a una tendencia a ejercer presión sobre los otros para que se adapten a los propios intereses, entrando en luchas de poder e incluso adoptando posiciones dogmáticas. Por último, la Posición Yo es la capacidad para mantener un sentido del self claro, distinguir los propios pensamientos y sentimientos de los de los otros y mantenerse fiel a los mismos incluso en situaciones de elevada tensión o cuando se es presionado para hacer lo contrario.

La puntuación total de la escala y de las subescalas oscilan entre 1 y 6. La relación entre las subescalas FO, DO, RE y CE y la escala total de diferenciación es inversa, mientras que la relación entre la subescala PY y la escala total es directa. Es decir, a mayor puntuación en las subescalas de Fusión con los Otros, Dominio de los Otros, Reactividad Emocional y Corte Emocional, menor diferenciación del self y a mayor puntuación de Posición Yo mayor nivel de diferenciación presenta una persona.

Este instrumento presenta unos índices de consistencia interna (alpha de Cronbach) elevados, tanto para la escala total (EDS total= .93), como para las diferentes subescalas (RE= .89; PY= .86; FO= .90; DO= .89 y CE=.90). En cuanto a las evidencias de validez se encontraron relaciones significativas entre la diferenciación del self y sus dimensiones con diferentes variables teóricamente relacionadas como la satisfacción familiar, la madurez emocional, el grado de bienestar general y el nivel habitual de ansiedad. En la presente investigación, también se obtuvieron buenos índices de consistencia interna, tanto para la escala

total, que obtuvo un alpha de Cronbach de .86 como para las subescalas (RE= .88; PY= .82; FO= .86; DO= .86; CE= .88).

Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale-20Esp

Adaptación española de la segunda versión de la escala Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale (FACES II; Olson, Portner y Bell, 1982), realizada por Martínez-Pampliega, Galíndez y Sanz (2006), que mide el funcionamiento familiar.

El FACES – 20Esp es un instrumento de 20 ítems, con una escala de respuesta tipo Likert con puntuaciones que van desde 1 (nunca o casi nunca) hasta 5 (casi siempre). Los ítems se agrupan en dos subescalas, de diez ítems cada una, que miden dos dimensiones del funcionamiento familiar: Adaptabilidad y Cohesión (Olson et al., 1979; Olson et al., 1983). La dimensión de Adaptabilidad se corresponde con la capacidad para cambiar que presenta un sistema, mientras que la dimensión de Cohesión hace referencia al vínculo emocional que los miembros de un sistema, en este caso, la familia, presentan entre sí (Martínez-Pampliega et al., 2006; Olson et al., 1983).

A pesar de que en la teoría los autores consideran estas dos dimensiones como curvilíneas, este cuestionario las mide de manera lineal, por lo tanto, mayores puntuaciones en cada una de las subescalas indican mayores niveles de Adaptabilidad y Cohesión en la familia.

Este instrumento ha demostrado buenas propiedades psicométricas al obtener, en el estudio de validación original, unos índices de consistencia interna (alpha de Cronbach) de .89 para la dimensión Cohesión y de .87 para la dimensión Adaptabilidad. En cuanto a las evidencias de validez se comprobó que se asociaba de manera significativa y congruente la medida de esta escala con la de otros cuestionarios que miden constructos afines como la Escala de Clima Familiar. En el presente estudio también se obtuvieron índices de consistencia interna elevados para ambas subescalas, con un alpha de Cronbach de .92 para la dimensión Cohesión y de .91 para Adaptabilidad.

Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)

El cuestionario State-Trait Anxiety Inventory (STAI), desarrollado por Spielberger, Gorsuch y Lushene (1970), ha sido adaptado al castellano por Seisdedos (1986).

Este cuestionario está compuesto de dos escalas que miden dos constructos distintos: Ansiedad Rasgo (A/R), que hace referencia a una tendencia relativamente estable a percibir los estímulos y situaciones como amenazadores y a reaccionar de manera ansiosa; y Ansiedad Estado (A/E), que se define como un estado emocional transitorio, caracterizado por sentimientos de tensión y aprensión subjetivos y una hiperactivación del sistema nervioso autónomo (Seisdedos, 1986). Al ser una activación temporal puede variar en intensidad, a lo

largo del tiempo y en función de los estímulos que se presenten. Cada una de las escalas está compuesta por 20 ítems que se responden con una escala tipo Likert que va desde 0 (nada) hasta 3 (mucho) para la escala A/E, y de 0 (casi nunca) a 3 (casi siempre) para la escala A/R.

La puntuación total de cada escala, que puede oscilar entre valores de 0 a 60, se consigue al sumar los valores de los distintos ítems que la conforman, de tal manera que las puntuaciones más elevadas se corresponden con mayores niveles de ansiedad (Guillén-Riquelme y Buela-Casal, 2011).

Las propiedades psicométricas de este instrumento son adecuadas. En los estudios de validación mostró una consistencia interna (alpha de Cronbach) de entre .83 y .92. Además, también presentó evidencias de validez concurrente al relacionar la medida del STAI con la de otros cuestionarios que también miden ansiedad (Seisdedos, 1986): el Inventario de Adjetivos de Afectos (AACL, Zuckerman y Lubin, 1965), la Escala de Ansiedad (IPAT, Catell y Scheier, 1964) y la Escala de Ansiedad Manifiesta (TMAS, Taylor, 1951). En el presente estudio únicamente se utilizó la escala de ansiedad rasgo, con la que se obtuvo un alpha de Cronbach de .91.

Procedimiento

La recogida de datos se realizó mediante un cuestionario online, realizado en Google Forms, enviado a través de diferentes plataformas y redes sociales (Facebook, WhatsApp, correo electrónico, etc.). En éste se incluyó información relevante acerca del estudio como: el tipo de investigación, quién la realiza, el objetivo de la investigación, la necesidad e importancia de la colaboración, etc. Asimismo, se explicó de manera detallada el carácter voluntario, anónimo y confidencial del estudio y la posibilidad de abandonar la investigación en cualquier momento sin ninguna repercusión. También se señaló la importancia de responder a todas las preguntas una vez se accediese a participar y se indicó que no existen respuestas correctas o incorrectas y que debían contestar de la manera más sincera posible, escogiendo la puntuación u opción que más se ajustase a su situación. Por último, se agradeció la colaboración en el estudio.

En cuanto al orden de aplicación de los cuestionarios, los participantes rellenaron en primer lugar la escala Family Adaptability and Cohesion Evaluation Scale-20Esp, en segundo lugar la Escala de Diferenciación del Self y por último la subescala de ansiedad rasgo del Cuestionario de Ansiedad Estado-Rasgo. El tiempo aproximado que se tardaba en contestar el cuestionario completo fue de 15 minutos.

Análisis de datos

Para poder llevar a cabo el contraste de hipótesis, se realizaron una serie de análisis utilizando el programa estadístico SPSS (Statistical Package for the Social Sciences; IBM Corp, 2012), versión 21.

En primer lugar, se comprobaron los supuestos de normalidad de las distribuciones. Para ello se hicieron los contrastes de asimetría y curtosis y se realizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov. Estos requisitos se cumplieron para la totalidad de variables del estudio, por lo que se aplicaron pruebas paramétricas.

En segundo lugar, se realizó un análisis de las características psicométricas de los distintos instrumentos. Posteriormente se procedió a realizar los análisis descriptivos de las diferentes variables.

Finalmente, se realizaron los análisis de contraste de hipótesis, mediante pruebas de correlaciones (Pearson), de diferencias de medias (t-Student) y un análisis multivariante de la varianza (MANOVA) para comprobar en qué dimensiones de la escala de diferenciación del self había diferencias en función del sexo, reduciendo así la posible acumulación de errores tipo I. También se realizó un análisis de predicción mediante una regresión lineal simple, con el fin de comprobar si el funcionamiento familiar predice el nivel de diferenciación alcanzado por los sujetos. Para comprobar el efecto de la diferenciación del self sobre la relación entre el funcionamiento familiar y la ansiedad se llevó a cabo un análisis de correlación parcial y por último se realizó un análisis de mediación para comprobar si la diferenciación del self mediaba la predicción del funcionamiento familiar sobre la ansiedad.

RESULTADOS

En primer lugar, con el fin de contrastar las tres primeras hipótesis del estudio, se examinó si existe relación entre el funcionamiento familiar y la diferenciación del self, el funcionamiento familiar y la ansiedad rasgo, la diferenciación del self y la ansiedad rasgo. Para ello se aplicaron varias pruebas de correlación r de Pearson.

Como se puede ver en la Tabla 1, los resultados evidenciaron relaciones significativas moderadas entre el funcionamiento familiar y la diferenciación del self ($r=.43$, $p<.001$, $r^2=.19$), la adaptabilidad y la diferenciación del self ($r=.43$, $p<.001$, $r^2=.19$), con un porcentaje de varianza compartida del 19% para ambas, la cohesión y la diferenciación del self ($r=.39$, $p<.001$, $r^2=.15$) con un porcentaje de varianza compartida bajo, del 15%. Además, se encontraron relaciones significativas entre las dimensiones del funcionamiento familiar y las dimensiones de la diferenciación del self. En concreto, se encontró que la adaptabilidad estaba moderadamente y negativamente relacionada con el corte emocional (CE) ($r=-.50$, $p<.001$, $r^2=.25$) y levemente relacionada con la fusión con los otros (FO) ($r=-.19$, $p=.009$, $r^2=.04$), la

posición yo (PY) ($r=.22$, $p=.002$, $r^2=.05$) y la reactividad emocional (RE) ($r=-.27$, $p<.001$, $r^2=.07$). También se observó que la cohesión estaba moderadamente asociada con el CE ($r=-.52$, $p<.001$, $r^2=.27$) y presentaban una varianza compartida del 27%, y levemente relacionada con la PY ($r=.21$, $p=.005$, $r^2=.04$) y la RE ($r=-.20$, $p=.006$, $r^2=.04$).

También se observaron relaciones negativas moderadas entre el funcionamiento familiar y la ansiedad rasgo ($r=-.44$, $p<.001$, $r^2=.19$), así como entre la adaptabilidad y la ansiedad rasgo ($r=-.41$, $p<.001$, $r^2=.16$) y la cohesión y la ansiedad rasgo ($r=-.42$, $p<.001$, $r^2=.17$) todas con un porcentaje de varianza compartida bajo, menor del 20%.

Tabla 1

Matriz de Correlaciones entre el Funcionamiento Familiar y la Puntuación Total de la Escala EDS y el Funcionamiento Familiar y la Ansiedad Rasgo.

	Funcionamiento familiar	Adaptabilidad	Cohesión
EDS	.43**	.43**	.39**
RE	-.25**	-.27**	-.20**
PY	.23**	.22**	.20**
FO	-.17*	-.19**	-.12
DO	-.14	-.12	-.14
CE	-.54**	-.50**	-.52**
AR	-.44**	-.41**	-.42**

Nota. EDS= Escala de Diferenciación del Self; RE= Reactividad Emocional; PY= Posición Yo; FO= Fusión con los Otros; DO= Dominancia de los Otros; CE= Corte Emocional; AR= Ansiedad Rasgo. * $p<.05$; ** $p<.01$

Asimismo, se encontró que la diferenciación del self y la ansiedad rasgo están relacionadas (ver Tabla 2) de forma negativa y más bien alta ($r=-.69$, $p<.001$, $r^2=.48$) con un porcentaje de varianza explicada del 48%. Por último, se hallaron relaciones significativas y positivas entre algunas dimensiones de la diferenciación del self y la ansiedad rasgo: RE y ansiedad ($r=.67$, $p<.001$, $r^2=.45$) con una intensidad elevada y un porcentaje de varianza compartida moderado, del 45%, CE y ansiedad ($r=.55$, $p<.001$, $r^2=.30$) con una intensidad alta y un porcentaje de varianza compartida del 30%, FO y ansiedad ($r=.33$, $p<.001$, $r^2=.11$) de

intensidad moderada y una varianza compartida baja, de un 11% y una relación negativa y moderada entre PY y ansiedad ($r=-.36$, $p<.001$, $r^2=.13$), cuya varianza compartida es del 13%.

Tabla 2

Matriz de Correlaciones entre la Diferenciación del Self y la Ansiedad Rasgo

	EDS	RE	CE	PY	FO	DO
AR	-.69**	.67**	.55**	-.36**	.33**	.12

Nota. EDS= Escala de Diferenciación del Self; RE= Reactividad Emocional; CE= Corte Emocional; PY= Posición Yo; FO= Fusión con los Otros; DO= Dominancia de los Otros; AR= Ansiedad Rasgo. * $p<.05$; ** $p<.01$

A continuación, para comprobar la cuarta hipótesis, se examinó si existen diferencias en la diferenciación del self en función del sexo. Para ello se aplicó, en primer lugar, una t de Student para muestras independientes con la puntuación total de la escala EDS. En segundo lugar, para comprobar en qué dimensiones de la escala de diferenciación había diferencias en función del sexo, se aplicó un análisis multivariante de la varianza (MANOVA) con el objetivo de reducir la posible acumulación de errores tipo I.

A través del primer análisis, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en el grado de diferenciación del self en función del sexo ($t(183)= 2.24$; $p= .026$; $d=.35$), con una media superior en el grupo de hombres ($M= 4.33$; $DT= .41$) frente al de mujeres ($M= 4.17$; $DT= .49$) y un tamaño del efecto moderado.

Como se refleja en la Tabla 3, los resultados del MANOVA señalan que existen diferencias significativas entre mujeres y hombres en alguna de las dimensiones de la diferenciación del self ($F(5,179)=7.19$, $p<.001$, $Eta^2= .17$), siendo mayor la puntuación de los hombres ($M= 4.33$; $DT= .41$) que la de las de mujeres ($M= 4.17$; $DT= .49$). En concreto, se observan diferencias significativas entre hombres y mujeres en las dimensiones RE ($F(1,183)=23.87$, $p<.001$, $Eta^2= .12$), con puntuaciones superiores en el grupo de mujeres ($M= 3.61$, $DT= .95$) que en el de los hombres ($M= 2.92$, $DT= .84$) y un tamaño del efecto alto, y PY ($F(1,183)=5.61$, $p=.019$, $Eta^2= .03$), con puntuaciones superiores en el grupo de hombres ($M= 4.77$, $DT= .59$) que en el de mujeres ($M= 4.54$, $DT= .63$) con un tamaño del efecto bajo.

Tabla 3

Diferencia de Medias entre Mujeres y Hombres en las Subescalas de Diferenciación del Self

	Mujeres		Hombres		Lambda	F	gl hip	gl error	p
	Media	D.T.	Media	D.T.					
Total	4.17	0.49	4.33	0.41	0.833	7.190**	5	179	<.001
RE	3.61	0.95	2.92	0.84	----	23.867**	1	183	<.001
PY	4.54	0.63	4.77	0.59	----	5.615*	1	183	.019
FO	2.70	0.79	2.52	0.62	----	2.346	1	183	.127
DO	2.64	0.75	2.85	0.62	----	3.362	1	183	.068
CE	2.74	0.81	2.83	0.70	----	0.495	1	183	.482

Nota. * $p < .05$; ** $p < .01$. Mujeres (N=123) y Hombres (N=62)

Por otro lado, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en ansiedad rasgo en función del sexo ($t(183) = -2.84, p = .005, d = .45$), con una media superior en el grupo de las mujeres ($M = 25.67; DT = 11.39$) que en el de los hombres ($M = 20.79; DT = 10.28$) y un tamaño del efecto moderado.

Para comprobar la sexta hipótesis, si el funcionamiento familiar predice el nivel de diferenciación del self alcanzado, se realizó un modelo de regresión lineal (ver Tabla 4). Antes de proceder con el análisis de regresión, se observó que la relación entre la cohesión y la adaptabilidad era elevada ($r = .79, \alpha \text{ de Cronbach de ambas subescalas} = .95$). Para solventar los problemas de multicolinealidad, se optó por realizar un análisis de regresión lineal simple incluyendo únicamente la puntuación total del funcionamiento familiar como variable predictora. Como se puede observar en la Tabla 4, la regresión reveló que el funcionamiento familiar ($\beta = .43, p < .001$) explicaba en un 18,8% el nivel de diferenciación del self de los sujetos ($R^2 = .188, F(1, 183) = 42.29, p < .001$), con una ecuación de regresión: *pronóstico en diferenciación del self* = $3.314 + 0.013 \text{ funcionamiento familiar}$.

Tabla 4

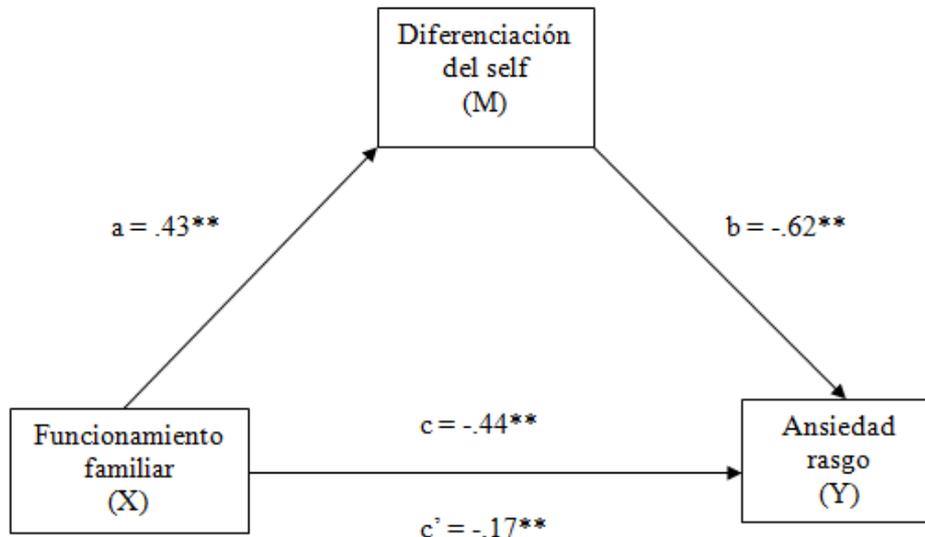
Modelo Explicativo de la Diferenciación del Self

Modelo		Valor (error típico)	Beta	p	R ²	F(gl), p
1	Constante	3.31 (0.14)			.188	F(1,183) = 42.29, p<.001
	Funcionamiento familiar	0.01 (0.002)	0.43	<.001		

Por último, con el fin de contrastar la séptima hipótesis del estudio, comprobar si la relación entre el funcionamiento familiar y la ansiedad rasgo se encuentra mediada por la diferenciación del self, se aplicó primero un análisis de correlación parcial, para comprobar el grado de relación lineal entre el funcionamiento familiar y la ansiedad tras eliminar el efecto atribuible a la diferenciación del self y posteriormente realizar un análisis de mediación. Para ello se utilizó la macro Process versión 3.3 para SPSS (Hayes, 2019).

Los resultados de la correlación parcial muestran que existe una relación estadísticamente significativa, negativa y moderada entre el funcionamiento familiar y la ansiedad ($r=-.44$, $p<.001$, $r^2=.19$), así como que la relación entre el funcionamiento familiar y la ansiedad se ve significativamente alterada tras controlar el efecto de la variable diferenciación del self ($r=-.21$, $p=.004$, $r^2=.04$). Es decir, la variable diferenciación del self fue relevante en el caso de explicar estas variables, y aunque la relación sigue siendo significativa entre el funcionamiento familiar y la ansiedad, el porcentaje de varianza explicada disminuyó de un 19% a un 4% al controlar el efecto de la diferenciación del self, lo cual indica que la relación entre funcionamiento familiar y ansiedad está modulada por la variable diferenciación del self. Por lo tanto, se decidió hacer un análisis de mediación.

Finalmente, para comprobar si la diferenciación del self media el efecto del funcionamiento familiar sobre la ansiedad rasgo, se realizó un análisis de mediación utilizando la macro para SPSS PROCESS versión 3.3. Las estimaciones de los parámetros se basaron en 5000 muestras bootstrap. Se utilizó el modelo mediacional 4, en el cual se consideró el funcionamiento familiar como variable independiente, la diferenciación del self como variable mediadora y por último, la ansiedad rasgo como variable dependiente.



Funcionamiento familiar → Diferenciación del self → Ansiedad rasgo

Efecto indirecto (*ab*)

$B = -.27, SE = .05, 95\% IC [-.36, -.18]$

Figura 1. Resultados del modelo de mediación de la diferenciación del self.

c= efecto indirecto de X sobre Y; c'= efecto directo de X sobre Y; a= efecto de X sobre M; b= efecto de M sobre Y. Se informa de los coeficientes estandarizados beta. * $p < .05$; ** $p < .01$

Los resultados del análisis (ver Figura 1) indican que el efecto indirecto es significativo, puesto que el intervalo de confianza (CI 95%) no incluye el cero ($B = -.27, SE = .05, 95\% IC [-.36, -.18]$). Sin embargo los datos muestran que no se trata de una mediación total, sino parcial puesto que el efecto del funcionamiento familiar (FACES) sobre la ansiedad rasgo (STAI) sigue siendo significativo (no se ha reducido a cero).

DISCUSIÓN

El objetivo de este estudio era examinar la relación entre el funcionamiento familiar, la diferenciación del self y la ansiedad rasgo. Además, se estudió si existían diferencias en la diferenciación del self y la ansiedad rasgo en función del sexo y si el funcionamiento familiar predecía el grado de diferenciación del self alcanzado por los sujetos. Por último, se comprobó si la diferenciación del self mediaba la relación entre el funcionamiento familiar y la ansiedad rasgo.

En primer lugar, los resultados mostraron que existe una relación positiva entre el funcionamiento familiar y la diferenciación del self, de tal manera que cuanto mejor es el funcionamiento familiar y mayor grado de adaptabilidad y cohesión presenta una familia, mayor es el nivel de diferenciación del self que presentan sus miembros. Estos resultados son

congruentes con la Teoría de Bowen, que señala que las dinámicas familiares funcionales favorecen el nivel de diferenciación de sus miembros y que las personas más diferenciadas tienen relaciones más funcionales con los demás. Además, van en la línea de lo encontrado por autores como Chung y Gale (2009) y Kim et al. (2014,2015), que evidencian que un funcionamiento familiar sano se asocia de manera positiva con el grado de diferenciación del self.

Asimismo, se encontró que la reactividad emocional, la fusión con los otros y el corte emocional se relacionaban de manera negativa con el funcionamiento familiar mientras que la posición yo lo hacía de manera positiva, resultados que eran esperables, puesto que como ponen de manifiesto autores como Jonson et al. (2001) la cohesión familiar parece reducir la reactividad emocional, mientras que el conflicto familiar parece aumentar los niveles de reactividad emocional, corte emocional y disminuir el nivel de posición yo. Sin embargo, no se encontró relación entre el dominio de los otros y el funcionamiento familiar, como habría sido esperable que ocurriera, sobre todo entre la adaptabilidad y el dominio de los otros, puesto que la primera se entiende como la capacidad de un sistema de cambiar y ajustarse a nuevas demandas del entorno y se relaciona con la asertividad y la capacidad de negociación (Olson et al. 1979) y la segunda hace referencia a la dificultad para tolerar las diferencias con los otros y la tendencia a imponer los propios puntos de vista o ideas (Oliver y Berástegui, en prensa). Sin embargo, es posible que la ausencia de relación se explique porque algunos de los participantes que tienen un perfil dominante hayan tenido padres flexibles, con capacidad para negociar las normas con ellos, mientras que otros hayan tenido padres autoritarios, y ellos han terminado siendo igual de dominantes que sus padres.

En segundo lugar, se halló una relación negativa entre el funcionamiento familiar y la ansiedad rasgo. Estos resultados también apoyan los postulados de Bowen que indican que las dinámicas familiares están relacionadas con la ansiedad crónica de la familia y de cada uno de sus miembros. Además, estos resultados coinciden con los señalados por autores como Swayer et al. (2015) que encontraron que un pobre funcionamiento familiar en la infancia estaba relacionado de manera significativa con mayores niveles de ansiedad y depresión en la adultez. En esta misma línea, Chapman y Woodruff-Borden (2009) y Manzi et al. (2006) hallaron que el funcionamiento familiar se relacionaba con síntomas ansiosos en jóvenes adultos y adolescentes. Asimismo, Uruk et al. (2007) encontraron que aquellas personas que provenían de familias con mayores niveles de cohesión, adaptabilidad y comunicación, presentaban menores niveles de estrés. Estos datos podrían llevar a pensar que a través de relaciones sanas en el seno familiar, los individuos son capaces de aprender formas de manejar el estrés. Sin embargo, otros estudios no han encontrado relación directa entre el funcionamiento familiar disfuncional (caótico-fusionado) y la ansiedad (Berryhill et al., 2018). Estas diferencias en los resultados de

distintas investigaciones podrían explicarse por la diversidad de escalas utilizadas para medir tanto el funcionamiento familiar como la ansiedad, haciendo difícil el poder comparar los resultados de los diferentes estudios, así como por las diferencias en la concepción de lo que es un adecuado funcionamiento familiar en función de la sociedad o país en el que se evalúe. Por lo tanto, y dado que los estudios no son concluyentes, es importante seguir investigando acerca de esta relación, aunque la mayoría de estudios parecen indicar que sí hay relación entre el funcionamiento familiar, la ansiedad y la sintomatología (McKinney y Renk, 2011; Rueter y Koerner, 2008; Swayer et al., 2015).

En tercer lugar, los resultados señalaron que existe una relación negativa entre el nivel de diferenciación del self y la ansiedad rasgo. Es decir, a mayores niveles de diferenciación del self, menores niveles de ansiedad rasgo presenta una persona. Estos resultados respaldan la teoría de Bowen que considera la diferenciación del self como un aspecto de gran relevancia en el desarrollo de un adecuado bienestar psicológico y considera que los bajos niveles de diferenciación del self se asocian con la ansiedad crónica (Kerr y Bowen, 1988). Asimismo, estos resultados van en la misma línea que los encontrados por otros autores. Skworon y Friedlander (1998) señalaron que niveles más elevados de diferenciación del self se relacionaban con menores niveles de ansiedad. Duch (2018) observó que el nivel de diferenciación del self se relacionaba de manera negativa con el nivel de ansiedad rasgo y estado. Peleg-Popko (2002; 2005) halló que la diferenciación del self correlacionaba de manera negativa con la ansiedad social. Skowron et al. (2009) encontraron que una mayor diferenciación del self predecía una menor cantidad de síntomas psicológicos y problemas sociales a lo largo del tiempo. En la misma línea, Rodríguez- González et al. (2018) encontraron que la diferenciación del self predecía la salud psicológica.

Además, los resultados señalan que existe una relación estadísticamente significativa entre varias dimensiones de la diferenciación del self y la ansiedad rasgo. Estos resultados son similares a los hallados por Peleg-Popko y Zoabi (2014), en los que encontraron que había una relación negativa entre la posición yo y la ansiedad social y una relación positiva entre las dimensiones de reactividad emocional, fusión con los otros y corte emocional y las puntuaciones en ansiedad social. Asimismo, Duch (2018) encontró que existía relación entre las dimensiones de la diferenciación del self y la ansiedad.

En cuarto lugar, se encontraron diferencias estadísticamente significativas en el grado de diferenciación del self en función del sexo. Los hombres presentaban mayores niveles de diferenciación del self que las mujeres, tal y como también apuntan los resultados obtenidos en otros estudios (Johnson et al., 2001; Rodríguez-González et al., 2015). En cambio, hay estudios que no han encontrado diferencias entre hombres y mujeres en la diferenciación del self (Duch, 2018; Rodríguez-González et al., 2018), por lo que los resultados no parecen concluyentes. Sin

embargo, algunos de estos resultados deben ser interpretados con prudencia puesto que evalúan la diferenciación del self utilizando únicamente dos dimensiones, la reactividad emocional y el corte emocional.

Además, se encontraron diferencias en función del sexo en dos de las subescalas de la diferenciación del self. Por un lado, se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre hombres y mujeres en reactividad emocional (RE), siendo mayor la reactividad emocional de las mujeres. Estos resultados coinciden con los obtenidos en investigaciones anteriores (Duch, 2018; Rodríguez-González et al., 2015; Skowron y Friedlander, 1998; Skowron y Schmitt, 2003). Por otro lado, se encontraron diferencias significativas en función del sexo en posición yo (PY), siendo mayores los niveles de posición yo en hombres. Estos resultados coinciden con los encontrados por Skowron y Schmitt (2003). Aunque la mayoría de los estudios no han encontrado asociación entre ambas variables (e.g., Duch, 2018; Skowron et al., 2003; Holmes y Sabatelli, 2003). Sin embargo, y a pesar de que según la teoría de Bowen y lo hallado en algunas investigaciones como la de Johnson et al. (2001) sería esperable encontrar que los hombres presentan mayores niveles de corte emocional (CE) que las mujeres, en el presente estudio no se encontraron diferencias en función del sexo en esta dimensión, lo que respalda los resultados obtenidos en otras investigaciones (Rodríguez-González et al., 2015; Skowron y Friedlander 1998). Por lo tanto, a pesar de que los resultados sobre las diferencias en función del sexo en el grado de diferenciación y sus distintas dimensiones no son concluyentes y deben ser explorados en el futuro, podría considerarse que las diferencias obtenidas en este estudio se relacionan con los distintos roles de género con los que han sido socializados los hombres y las mujeres. Estos roles tienden a fomentar en la mujer aquellos aspectos relacionados con el mundo emocional y la expresión de sentimientos de vulnerabilidad, mientras que en los hombres, tienden a favorecer la afirmación de sí mismos y el reconocimiento de las propias fortalezas y dificultar la expresión de las vulnerabilidades, aspectos que parecen estar más relacionados con la posición yo y el corte emocional. Además, el hecho de que no se hayan encontrado diferencias entre hombres y mujeres en corte emocional, podría tener que ver con la desigualdad en el tamaño de la muestra de hombres y mujeres y con la posibilidad de que al haber seleccionado una muestra por conveniencia, se haya accedido a un grupo de hombres que son más capaces de conectar con sus emociones debido a que han estudiado la carrera de Psicología.

En cuanto a la quinta hipótesis de este estudio, se comprobó que existen diferencias estadísticamente significativas en función del sexo en el nivel de ansiedad rasgo, siendo mayores los niveles de ansiedad en mujeres que en hombres. Estos resultados coinciden con los encontrados por diferentes autores en estudios anteriores (Fonseca-Pedrero, Paino, Sierra-Baigrie, Lemos-Giráldez y Muñiz, 2012; Guillén-Riquelme y Buela-Casal, 2011; Seidedos,

1986). De nuevo, estas diferencias podrían deberse a los roles de género con los que son socializadas las mujeres, que tienden a asignarles una mayor cantidad de funciones relacionadas con los cuidados y el mantenimiento de las relaciones interpersonales que a los hombres. Esto podría provocar, por un lado, sobrecarga en las mujeres, llegando, en ocasiones, a desatender sus propias necesidades y por otro, sentimientos de poca valía o fracaso al no cumplir con estos mandatos, de tal manera que todo esto desencadene en un aumento de sus niveles de ansiedad.

El presente estudio también examinó si el funcionamiento familiar predice el nivel de diferenciación alcanzado por los sujetos. Como se esperaba, el funcionamiento familiar predijo en un 19% el nivel de diferenciación del self, es decir, aquellos sujetos que perciben a sus familias con adecuada capacidad para adaptarse y emocionalmente vinculadas, son más capaces de diferenciarse, regularse emocionalmente, mantener la intimidad con los otros, conectar con las propias emociones, defender las propias opiniones y tolerar las diferencias con los otros. A pesar de estos resultados, en la literatura ha sido más común investigar cómo influye el grado de diferenciación del self en el funcionamiento familiar, encontrándose resultados igualmente significativos como los de Kim et al. (2014) que señalan que los niveles de posición yo, corte emocional y fusión con los otros predicen el 32% de la varianza en cohesión y los niveles de posición yo y corte emocional explican el 27% de la varianza en adaptabilidad. El hecho de que ambas variables puedan utilizarse como predictoras se debe a que, probablemente, ambas variables se influyen mutuamente y, por tanto, la elección de realizar análisis en un sentido u otro de la relación depende de dónde ponga el foco de interés el investigador. Sin embargo, desde un punto de vista educativo y evolutivo son los padres o cuidadores quienes deberían garantizar un adecuado funcionamiento familiar, en el que no se descuiden la cohesión y la adaptabilidad, que favorezca el desarrollo de sus hijos. Son los padres quienes, por medio de la interacción con sus hijos, deberían enseñar a estos a regularse emocional y conductualmente. Por esto, los resultados de este estudio son de gran relevancia, ya que señalan que una quinta parte del nivel de diferenciación de los hijos se predice por las relaciones que los padres establecen en el sistema familiar. Con todo, para futuras investigaciones, sería interesante poder realizar estudios experimentales de causa efecto, que puedan determinar la dirección de la relación.

Por último, se encontró que la diferenciación del self mediaba de manera parcial la relación entre el funcionamiento familiar y la diferenciación del self. La interpretación de estos resultados sugiere que la asociación entre el funcionamiento familiar y los niveles de ansiedad rasgo que presenta una persona se ven parcialmente explicados por la capacidad de cada individuo de diferenciarse. Estos resultados confirman los postulados de la teoría de Bowen según los cuales el grado de diferenciación del self modula el nivel de ansiedad que experimentan los miembros de un sistema familiar. Asimismo, estos resultados señalan la

relevancia que presenta la diferenciación del self en el adecuado ajuste psicológico de los individuos. Es posible que en este trabajo no se haya encontrado una mediación total puesto que como señala Kerr (como se citó en Rodríguez-González et al., 2018) la definición de un yo estable y fuerte se observa clínicamente a medida que el individuo se separa de su familia de origen, viviendo aparte, y es autosuficiente, algo que no es así en la muestra utilizada para este estudio, ya que todos conviven en la actualidad con sus familias. Asimismo esto se podría explicar porque existen otros factores intrapsíquicos, además de la diferenciación del self, como la red social, la relación de pareja, la identidad,... que podrían mediar entre el funcionamiento familiar y la ansiedad.

Estos resultados añaden apoyo empírico a otros resultados realizados con muestra española que señalan la importancia de la diferenciación self en relación con el bienestar psicológico (Rodríguez-González et al., 2018) y aportan datos en la línea de lo estudiado en otros países (Chung y Gale, 2006; Skowron et al., 2004).

A la hora de evaluar los resultados de este estudio es necesario tener en cuenta las limitaciones con las que cuenta. En primer lugar, hay que señalar el tipo de muestreo utilizado, de conveniencia y bola de nieve. Asimismo, la muestra ha contado con una mayor representación de mujeres que de hombres, lo que ha dificultado el poder realizar análisis de comparación de medias entre grupos. Además, la muestra utilizada en el estudio tenía en su mayoría estudios universitarios o superiores, provenía de familias biparentales y probablemente de un estatus socioeconómico medio-alto, lo que la convierte en una muestra bastante homogénea y hace difícil la extrapolación de resultados. Por último, la aplicación online de los cuestionarios también ha impedido el acceso al estudio a aquellas personas que no disponen de internet o presentan dificultades en su manejo, dejando así fuera del estudio a una parte de la población de elevado interés para la investigación, como se puede observar en el bajo número de participantes con niveles educativos más bajos. En segundo lugar, hay que tener en cuenta el carácter transversal y la naturaleza correlacional de los datos, que no permiten señalar relaciones causa-efecto entre las distintas variables estudiadas, por lo que son necesarios estudios longitudinales que evalúen la dirección del efecto entre el funcionamiento familiar, la diferenciación del self y la ansiedad rasgo. Por último, otra limitación de este estudio es el uso de medidas de autoinforme. Por un lado, esta forma de medir las variables no controla el posible sesgo derivado de la deseabilidad social. Por otro lado, la información recibida sobre el funcionamiento familiar de todo un sistema es aportada desde la perspectiva de un único miembro del mismo lo que podría implicar que no se ajuste a la realidad. Por lo tanto, para futuras investigaciones sería adecuado contar con la perspectiva de otros miembros de la familia, así como de observadores externos para obtener información más precisa sobre el funcionamiento familiar.

A pesar de las limitaciones que presenta este estudio, los resultados aportan respaldo empírico a algunas de las nociones teóricas planteadas por Bowen como la relación entre las dinámicas familiares y la diferenciación del self y entre estas y la ansiedad. También aporta nuevos datos a la creciente literatura que confirma la relevancia que el constructo diferenciación del self tiene transculturalmente (Rodríguez-González et al., 2018), al observar en los resultados que estos se asemejan a los encontrados en otras culturas que difieren en algunas características con la española.

Además, no solo en el nivel teórico, sino también en el nivel práctico, este estudio señala la importancia de la Teoría Sistémica al aportar datos sobre la influencia de la familia de origen en el adecuado desarrollo psicológico y emocional de los individuos y por tanto como es importante trabajar no sólo con el individuo sino también con la familia al encontrarse frente a personas que sufren dificultades psicológicas como la ansiedad.

Por último, este trabajo también aporta información novedosa sobre el papel que juega la diferenciación del self como mecanismo psicológico que media la relación entre el funcionamiento familiar y la ansiedad y apunta a la importancia que tendría poder trabajar en clínica para aumentar los niveles de diferenciación y así mejorar el bienestar psicológico de los individuos.

Para futuras investigaciones sería interesante comprobar si los resultados obtenidos en esta investigación se confirman también en la práctica clínica. Es decir, si realizando una terapia enfocada a aumentar el nivel de diferenciación del self de los pacientes, se produce una disminución de sus síntomas relacionados con el bienestar psicológico como la ansiedad.

Referencias

Alavi, M., Mehrinezhad, S. A., Amini, M., y Kaur, M. (2017). Family functioning and trait emotional intelligence among youth. *Health Psychology Open*. doi:10.1177/2055102917748461

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *The American Psychologist*, 55(5), 469–480. doi:10.1037/0003-066X.55.5.469.

Balanza, S., Morales Moreno, I. y Guerrero, J. (2009). Prevalencia de ansiedad y depresión en una población de estudiantes universitarios: factores académicos y sociofamiliares asociados. *Clínica y Salud*, 20, 177-187

Berryhill, M. B, Hayes, A. y Lloyd, K. (2018). Chaotic-Enmeshment and Anxiety: The mediating role of Psychological Flexibility and Self-Compassion. *Contemporary Family Therapy*, 40(4), 326-337. doi:10.1007/s10591-018-9461-2

Buboltz, W. C., Johnson, P. y Woller, K. M. (2003). Psychological reactance in college students: Family of origin predictors. *Journal of Counseling and Development*, 81, 311–317.

Chapman, L. K y Woodruff-Borden, J. (2009). The impact of family functioning on anxiety symptoms in African American and European American young adults. *Personality and Individual Differences*, 47, 583–589. doi:10.1016/j.paid.2009.05.012

Chung, H. y Gale, J. (2006). Comparing Self-differentiation and Psychological well-being between Korean and European American Students. *Contemporary Family Therapy*, 28, 367-381. doi: 10.1007/s10591-006-9013-z

Chung, H. y Gale, J. (2009). Family functioning and self differentiation: A cross-cultural examination. *Contemporary Family Therapy*, 31, 19-33. doi: 10.1007/s10591-008-9080-4

Davenport, E., Kazman, J. B. y Deuster, P. (2014). Family functioning and stress in African American families: a strength-based approach. *Journal of Black Psychology*, 41(2), 144–169 doi: 10.1177/0095798413520451

Duch, C. (2018). La diferenciación del self y su relación con la autorregulación emocional y la ansiedad. (Trabajo Fin de Máster). Recuperado de <https://repositorio.comillas.edu/xmlui/handle/11531/32037>

Dmitrieva, J., Chen, C., Greenberger, E. y Gil-Rivas, V. (2004). Family relationships and adolescent psychosocial outcomes: Converging findings from Eastern and western cultures. *Journal of Research on Adolescence*, 14(4), 425–447.

Fonseca-Pedrero, E., Paino, M., Sierra-Baigrie, S., Lemos-Giráldez, S. y Muñiz, J. (2012). Propiedades psicométricas del “cuestionario de ansiedad estado-rasgo” (STAI) en universitarios. *Psicología Conductual*, 20(3), 547-561.

Guassi Moreira, J. y Telzer, E. H. (2015). Changes in family cohesion and links to depression during the college transition. *Journal of Adolescence*, 43, 72-82. doi:10.1016/j.adolescence.2015.05.012

Guillén-Riquelme, A. y Buela-Casal, G. (2011). Actualización psicométrica y funcionamiento diferencial de los ítems en el State Trait Anxiety Inventory (STAI). *Psicothema*, 23(3), 510-515.

Holmbeck, G. N., y Leake, C. (1999). Separation-individuation and psychological adjustment in late adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 28, 563–581. doi:10.1023/A:1021654626328.

Jenkins, S. M., Buboltz, W. C., Schwartz, J. P. y Johnson, P. (2005). Differentiation of Self and psychosocial development. *Contemporary Family Therapy*, 27(2), 261-261. doi: 10.1007/s10591-005-4042-6

Johnson, P., Thorngren, J. M. y Smith, A. J. (2001). Parental divorce and family functioning: effects on differentiation levels of Young adults. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 9(3), 265-272.

Kerr, M., y Bowen, M. (1988). *Family evaluation*. New York: Norton.

Kim, H., Prouty, A. M., Smith, D. B., Ko, M., Wetchler, J. L. y Oh, J. (2014). Differentiation of self and family functioning in South Koreans. *The American Journal of Family therapy*, 42, 257-265. doi: 10.1080/01926187.2013.838928

Kim, H., Prouty, A. M., Smith, D. B., Ko, M., Wetchler, J. L. y Oh, J. (2015). Differentiation and healthy family functioning of Koreans in South Korea, South Koreans in the United States, and White Americans. *Journal of Marita and Family Therapy*, 41(1), 72-85. doi: 10.1111/jmft.12049

Lehr, R. F. y Fitzsimmons, G. (1991). Adaptability and Cohesion: implications for understanding the violence-prone system. *Journal of Family Violence*, 6(3), 255-265.

Malone, C. y Wachholtz, A. (2017). The Relationship of Anxiety and Depression to Subjective Well-Being in a Mainland Chinese Sample. *Journal of Religion and Health*, 57(1), 266-278. doi: 10.1007/s10943-017-0447-4

Manzi, C., Vignoles, V. L., Regalia, C. y Scabini, E. (2006). Cohesion and enmeshment revisited: Diferentiation, identity, and well-being in two European cultures. *Journal of Marriage and Family*, 68, 673-689.

Martínez-Pampliega, A., Galíndez, E. y Sanz, M. (2006). Family Adaptability and Cohesion Scale (FACES): desarrollo de una versión de 20 ítems en español. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 6(2), 317-338.

Mattanah, J. F., Hancock, G. R. y Brand, B. L. (2004). Parental attachment, separation-individuation, and college student adjustment: a structural equation analysis of mediational effects. *Journal of Counselling Psychology*, 51(2), 213-225. doi: 10.1037/0022-0167.51.2.213

McDonald, L. y Sayger, T. V. (1998). Impact of a Family and School Based Prevention Program on Protective Factors for High Risk Youth. *Drugs and Society*, 12(1), 61-85. doi: 10.1300/J023v12n01_06

McKinney, C. y Renk, K. (2011). A multivariate model of parent-adolescent relationship variables in early adolescence. *Child Psychiatry and Human Development*, 42(4), 442-462. doi: 10.1007/s10578-011-0228-3

Murdock, N. L. y Gore, P. A. (2004). Stress, coping, and differentiation of self: a test of Bowen theory. *Contemporary Family Therapy*, 26(3), 319-335.

Núñez, I. y Crismán, R. (2016). La ansiedad como variable predictora de la autoestima en adolescentes y su influencia en el proceso educativo y en la comunicación. *Revista Iberoamericana de Educación*, 71(2), 109-128.

Oliver, J. y Berástegui, A. (en prensa). La Escala de Diferenciación del Self (EDS): desarrollo y validación inicial. *Mosaico*.

Olson, D. H. (2000). Circumplex model of marital and family systems. *Journal of Family Therapy*, 22(2), 144–167. doi: 10.1111/1467-6427.00144

Olson, D. H., Russell, C. S. y Sprenkle, D. H. (1983). Circumplex model of marital and family systems: VI. Theoretical Update. *Family Process Journal*, 22, 69-83.

Olson, D. H., Sprenkle, D. H. y Russell, C. S. (1979). Circumplex model of marital and family systems: I. Cohesion and Adaptability dimensions, family types and clinical applications. *Family Process Journal*, 18, 3-28.

Ozen, N. S., Ercan, I., Irgil, E. y Sigirli, D. (2010). Anxiety prevalence and affecting factors among university students. *Asia-Pacific Journal of Public Health*, 22, 127-133.

Peleg, O. (2002b). 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(2), 167-183. DOI: 10.1080/01926180590921403

Peleg-Popko, O. (2002a). Bowen Theory: a study of differentiation of self, social anxiety, and physiological symptoms. *Contemporary Family Therapy*, 24(2), 355-369.

Peleg-Popko, O. (2004). Differentiation and test anxiety in adolescents. *Journal of Adolescence*, 27, 645-662. doi:10.1016/j.adolescence.2004.06.002

Peleg-Popko, O. y Dar, R. (2001). Marital quality, family patterns, and children's fears and social anxiety. *Contemporary Family Therapy*, 23(4), 465-487.

Peleg-Popko, O. y Klingman, A. (2002). Family environment, discrepancies between perceived actual and desirable environment, and children's test and trait anxiety. *British Journal of Guidance and Counselling*, 3(4), 451-466. doi: 10.1080/0306988021000025646

Peleg, O. y Zoabi, M. (2014). Social anxiety and differentiation of self: a comparison of Jewish and Arab college students. *Personality and Individual Differences*, 68, 221-228.

Rodríguez-González, M. (2014). La teoría familiar sistémica de Murray Bowen. En M. Rodríguez-González y M. Martínez (Eds.), *La teoría familiar sistémica de Bowen: avances y aplicación terapéutica* (pp.3-35). Madrid: McGraw Hill.

Rodríguez-González, M., Schweer-Collins, M., Skowron, E. A., Jódar, R., Cagigal, V. y Major, S. O. (2018). Stressful life events and physical and psychological health: mediating effects of differentiation of self in a Spanish sample. *Journal of Marital and Family Therapy*, 1-14. doi: 10.1111/jmft.12358

Rodríguez-González, M., Skowron, E. A., Cagigal de Gregorio, V. y Muñoz, I. (2015). Differentiation of Self, mate selection, and marital adjustment: validity of postulates of Bowen Theory in a Spanish sample. *The American Journal of Family Therapy*, 1-13. doi: 10.1080/01926187.2015.1099415

Rodríguez- González, M., Skowron, E. A. y Jódar, R. (2015). Spanish adaptation of the Differentiation of Self Inventory – Revised (DSI- R). *Terapia Psicológica*, 33(1), 47-58.

Rueter, M. A., y Koerner, A. F. (2008). The effect of family communication pattern on adopted adolescent adjustment. *Journal of Marriage and Family*, 70, 715-727.

Sawyer, B. A., Williams, M. T., Chasson, G. S., Davis, D. M. y Chapman, L. K. (2015). The impact of childhood family functioning on anxious, depressive, and obsessive-compulsive symptoms in adulthood among African Americans. *Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders*, 4, 8-13. doi: 10.1016/j.jocrd.2014.10.004

Schultheiss, D. E. y Blustein, D. (1994). Role of adolescent-parent relationships in college student development and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 41(2), 248-255

Seiffge-Krenke, I. (2006). Leaving home or still in the nest? Parent-Child relationships and psychological health as predictors of different leaving home patterns. *Developmental Psychology*, 42(5), 864-876. doi: 10.1037/0012-1649.42.5.864

Seisdedos, N. (1986). *STAI, Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Self Evaluation Questionnaire)*. Madrid: TEA Ediciones.

Skowron, E. A. y Friedlander, M.L. (1998). The Differentiation os Self Inventory: development and initial validation. *Journal of Counselling Psychology*, 45(3), 235- 246.

Skowron, E. A. y Schmitt, T. A. (2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29(2), 209-22.

Skowron, E. A., Stanley, K. L. y Shapiro, M. D. (2009). A longitudinal perspective on differentiation of self, interpersonal and psychological well-being in young adulthood. *Contemporary Family Therapy*, 31, 3-18. doi: 10.1007/s10591-008-9075-1

Skowron, E. A., Van Epps, J. J., Cipriano-Essel, E. A., & Woehrle, P. L. (2014). Teoría de Bowen e investigación empírica. En M. Rodríguez-González y M. Martínez (Eds.), *La teoría familiar sistémica de Bowen: avances y aplicación terapéutica* (pp.62-94). Madrid: McGraw Hill.

Skowron, E. A., Wester, S. R. y Azen, R. (2004). Differentiation of self mediates college stress and adjustment. *Journal of Counselling and Development*, 82, 69-78. doi: 10.1002/j.1556-6678.2004.tb00287.x

Spielberger, C.D., Gorsuch, R. L. y Lushene, R. E. (2015). *STAI, Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (Self Evaluation Questionnaire)*. Madrid: TEA Ediciones.

Spielberger, C.D., Gorsuch, R. L., Lushene, R., Vagg, P. R. y Jacobs, G. A. (1983). *State-Trait Anxiety Inventory for Adults: Sampler Set Manual, Instrument and Scoring Guide*. California: Mind Garden.

Uruk, A. Ç., Sayger, T. V. y Cogdal, P. A. (2007). Examining the influence of family cohesion and adaptability on trauma symptoms and psychological well-being. *Journal of College Student Psychotherapy*, 22(2), 51-63. doi:10.1300/J035v22n02_05

Valentiner, D. Mounts, N. S. y Deacon, B. J. (2004). Panic attacks, depresión and anxiety symptoms, and substance use behaviors during late adolescence. *Journal of Anxiety Disorders*, 18(5), 573-585.

Vitasaria, P., Wahab, M. N. A., Othman, A., Herawan, T. y Kumar, S. (2010). The relationship between study anxiety and academic performance among engineering students. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 8, 490-497.