



FACULTAD DE CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES

REGULACIÓN EMOCIONAL Y RELACIONES FRATERNAS ¿EXISTE ASOCIACIÓN?

Autor: Margarita Rodríguez-Ponga Gutiérrez-Bolívar

Director: María Pilar Martínez Díaz

Madrid

Mayo 2015

Margarita
Rodríguez-Ponga
Gutiérrez-Bolívar

**REGULACIÓN EMOCIONAL Y RELACIONES FRATERNAS
¿EXISTE ASOCIACIÓN?**



REGULACIÓN EMOCIONAL Y RELACIONES FRATERNAS

¿EXISTE ASOCIACIÓN?

Margarita Rodríguez-Ponga Gutiérrez-Bolívar

Universidad Pontificia de Comillas

Este estudio tiene como objetivo evaluar la relación entre relaciones fraternas y regulación emocional. En concreto la incidencia del estatus fraterno (orden en la fratría, número de hermanos, sexo de la fratría) y del afecto en las relaciones entre hermanos del mismo grupo familiar, así como el funcionamiento familiar en las dificultades de regulación emocional. La muestra está constituida por 226 jóvenes de 18 a 30 años de edad. El estudio emplea una metodología inferencial, utilizando tres instrumentos, una adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS, Hervás y Jódar, 2008), el McMaster Family Assessment Device (FAD, Barroilhet, Cano-Prous, Cervera-Enguix, Forjaz y Guillén-Grima, 2009) y la escala Lifespan Sibling Relationship Scale (LSRS, Riggio, 2009) para medir las variables objeto de estudio. Aunque los resultados muestran la escasa relevancia que tienen las variables referentes al estatus fraterno en el ámbito de la regulación emocional, sí se observa que la regulación emocional se relaciona con el funcionamiento familiar afectivo y con el afecto entre hermanos. Se encuentra relación inversa estadísticamente significativa entre el involucramiento afectivo familiar (interés genuino, preocupación e implicación de los miembros de la familia en el ámbito de las emociones) y una respuesta afectiva adecuada (habilidad de los familiares para responder con las emociones apropiadas); con el ámbito de la desatención emocional y de la falta de consciencia emocional. Además, el involucramiento afectivo familiar se relaciona con el afecto entre hermanos. Por último, se encontró que existe relación inversa estadísticamente significativa entre afecto entre hermanos y dificultades en regulación emocional; a mejores relaciones fraternas, menos dificultades en regulación emocional.

Palabras clave: regulación emocional, relaciones fraternas, familia, estatus fraterno, afecto

EMOTION REGULATION AND SIBLING RELATIONSHIPS.

IS THERE AN ASSOCIATION?

The purpose of this study is to evaluate the association between sibling relationships and emotional regulation. In particular the incidence of fraternal status (phratry order, number of siblings, sex of the phratry) and the affection in the relationships between siblings of the same family group, as well as family functioning in emotional regulation difficulties. The sample comprised 226 young people between 18 to 30 years old. The study followed an inferential methodology, using three instruments, a spanish version of the scale of difficulty in emotional regulation (DERS and Hervas Jodar, 2008), the McMaster Family Assessment Device (FAD, Barroilhet, Cano-Prous, Cervera-Enguix, Ironforge and Guillen-grima, 2009), and the Lifespan Sibling Relationship Scale (LSRS, Riggio, 2009) to measure the variables of interest. Although the results show little relevance between the variables relating to fraternal status in the field of emotional regulation, there is evidence that emotional regulation is associated with emotional family functioning and the affection between siblings. Fraternal relations are resources untapped to encourage understanding and emotional regulation. We found relationship between affective involvement and affective responsiveness with emotion regulation (emotional awareness). Affective involvement relates to siblings affection. There is relationship between siblings affection and emotional regulation.

Key words: emotional regulation, sibling relationships, family, fraternal status, affection

Las relaciones fraternas son el primer laboratorio natural y social para aprender a estar en el mundo. Es un lugar seguro para aprender a interactuar con otros; son los primeros compañeros de juego, y además son maestros en la regulación de emociones, tanto positivas como negativas (Howe y Recchia, 2014).

A lo largo de los últimos 20 años, los investigadores han aportado múltiples evidencias que muestran la significativa influencia del contexto familiar en el proceso de desarrollo psicológico del menor (Oliva, Arranz, Olabarrieta, Antolín, 2010). La familia es el primer contexto en el que el niño se desarrolla por lo que cumple un papel socializador muy importante. Desde la perspectiva de los hijos que en ella viven, la familia es un contexto de desarrollo y socialización. Desde la perspectiva de los padres, es un contexto de desarrollo y de realización personal ligado a la adultez humana y a las etapas posteriores de la vida (Palacios y Rodrigo, 1999).

La familia es el contexto natural para crecer y para recibir auxilio. Es un grupo natural que en el curso del tiempo ha elaborado pautas de interacción. Estas constituyen la estructura familiar, que a su vez rige el funcionamiento de sus miembros, define su gama de conductas y facilita la interacción recíproca. La familia necesita de una estructura viable para desempeñar sus tareas esenciales, a saber, apoyar la individuación al tiempo que proporciona un sentimiento de pertenencia (Minuchin y Fishman, 1991).

Freijo (2000) afirma que las relaciones familiares son especialmente influyentes en el proceso de desarrollo psicológico debido a que son unas relaciones continuas a lo largo del tiempo (continuidad contextual), y al hecho de que son especialmente significativas para el ser humano (significatividad afectivo-personal). Estas relaciones son significativas porque responden a necesidades básicas de un sujeto inmaduro y necesitado de atenciones para la supervivencia y de estimulación diversa para progresar en su desarrollo. El ser humano es radicalmente el ser de la familia.

“La relación entre trastorno mental y familia es algo que interesó a psiquiatras y psicólogos desde siempre en la búsqueda de la etiología y de las posibles soluciones a los trastornos mentales infantiles” (Cagigal, 2006).

A finales de los años 50 y, sobre todo, en los años 60 irrumpió la terapia familiar sistémica en el panorama de la intervención clínica. El planteamiento básico de este modelo se centra en la concepción de los síntomas como expresión de una deficiente interacción familiar, de modo que el punto de mira de la intervención deja de ser el individuo para pasar a trabajar sobre el grupo familiar y los procesos relacionales que reinan en él. La terapia sistémica rompe con la explicación causal lineal de otros modelos psicoterapéuticos que se habían desarrollado hasta el momento, ya que el modelo sistémico aporta una perspectiva circular que tiene en cuenta cómo las conductas

de los miembros de un sistema, son a la vez causa y consecuencia de las conductas de los otros (Cagigal, 2006).

Relaciones fraternas

La gran mayoría de los seres humanos crecen con al menos un hermano (Howe y Recchia, 2014). Son las relaciones más largas de la historia de sus vidas. Desde el siglo XX, clínicos y teóricos de la familia, argumentan que los hermanos pueden influir en el ajuste y juegan un rol esencial en la dinámica familiar (Adler, Freud, como se citó en Dunn, 2007).

Minuchin (1984) estudió el grupo de hermanos. Según él los hermanos constituyen para un niño el primer grupo de iguales en que participa. Este subsistema sería considerado el primer laboratorio social en el cual los hijos pueden consolidar sus relaciones entre coetáneos. Dentro de este contexto, los niños se apoyan entre sí, se divierten, se atacan, se toman como chivo emisario y, en general, aprenden unos de otros. Elaboran sus propias pautas de interacción para negociar, cooperar y competir. Este proceso promueve tanto su sentimiento de pertenencia a un grupo como su individualidad vivenciada en el acto de elegir y de optar por una alternativa dentro de un sistema. Estas pautas cobrarán significación cuando ingresen en grupos de iguales fuera de la familia. Los terapeutas de familia tienden a descuidar los contextos de la relación entre hermanos y a recurrir en demasía a estrategias terapéuticas que exigen incrementar la eficiencia del funcionamiento parental. Pero reunirse con los hermanos solos, organizar momentos terapéuticos en que ellos debatan ciertos temas mientras los padres observan, o promover diálogos entre el grupo de los hermanos y el grupo parental pueden ser recursos eficacísimos para crear nuevas formas de resolver cuestiones relacionadas con la autonomía y el control.

El modelo de las relaciones fraternas forma ya parte del patrimonio cultural de la humanidad. La historia bíblica de Caín y Abel pone de manifiesto ese carácter de rivalidad y de competencia que se observa en las relaciones entre hermanos. Por otra parte, el hombre califica de *relaciones fraternas* al modelo de convivencia al que aspira en la Declaración Universal de los Derechos Humanos, refiriéndose así al componente solidario y cooperativo que también se observa en esas relaciones. La antropología cultural ha identificado las relaciones entre hermanos como especialmente significativas en la vida de los seres humanos; los hermanos comparten las crisis de la vida y los ritos de transición esenciales para la adquisición de su identidad cultural y social (Arranz y Olabarrieta, 1998).

A pesar de que los diferentes modelos sistémicos tomaron como objeto de análisis a la familia, habitualmente el trabajo ha estado centrado en los padres y en la interacción padres-hijo, de modo que los hermanos han quedado relegados a un segundo plano de estudio; incluso se les tiene

menos en cuenta en las intervenciones clínicas de psiquiatría, psicología u orientación escolar. Sin embargo, distintos autores como Kelvin, Goodyer y Altham ponen de relieve la importancia de los antecedentes psiquiátricos en hermanos, con respecto al desarrollo de trastornos mentales (como se citó en Cagigal y Prieto, 2006).

El análisis de la relación fraterna no solamente es relevante por lo que pueda ofrecer al ámbito preventivo y a la intervención, sino que, como señala Lobato, Fausy y Spirito, las relaciones de hermanos son uno de los precursores más importantes de las relaciones entre iguales y de las relaciones de adultos (como se citó en Cagigal, 2006). Por ello las experiencias e intercambios propios de la relación fraterna son insustituibles.

Para Arranz y Olabarrieta (1998) tener un hermano es clave para el desarrollo psicológico, puesto que significa tener un compañero de juego, un modelo de imitación, una fuente de conflicto horizontal y/o vertical (en función de la diferencia de edad); permite establecer un vínculo afectivo que se pone de manifiesto en comportamientos de apoyo y ayuda y, supone la presencia de un compañero de múltiples experiencias significativas. Además, las relaciones entre hermanos forman parte de los lazos más enriquecedores y duraderos que las personas puedan crear. En general, hermanos y hermanas pasan más tiempo juntos que con los padres, no sólo durante la infancia sino también a lo largo de toda la vida (Brody, Stoneman y Gauger, 1986; Lobato, 1992). El vínculo que se desarrolla entre los hermanos abarca todo el arco del ciclo vital: el hermano es el pariente más cercano y el que más dura en el tiempo; es un coetáneo que tiene el mismo periodo de existencia y que, al mismo tiempo, comparte gran parte de las competencias sociales y las experiencias relacionales y afectivas necesarias para el desarrollo. Son nuestras raíces horizontales, así como los padres o los ascendentes son las verticales (Bernart y Buralli, 2006).

- *Características diferenciales de las relaciones fraternas*

Desde una perspectiva sistémica, no podemos considerar la relación fraterna sin tener en cuenta el vínculo padres-hijos y el funcionamiento familiar global. La interacción entre hermanos es extremadamente sensible a la calidad de la interacción entre los padres. Es característico de las relaciones entre hermanos el grado de ambivalencia ya que se trata de una interacción en la cual conviven episodios de relación positiva y de afecto con episodios de relación agresiva, directa o indirecta, y de evitación. La relación madre/padre-hijo es a medio o largo plazo ambivalente, pero no de una manera tan precoz como lo es la de los hermanos. Por otro lado, a diferencia de la interacción padre/madre-hijo, la interacción entre hermanos no tiene directamente una función de supervivencia, aunque esto depende en gran parte de la edad y del nivel de socialización. Esto no

significa que el niño, en determinadas situaciones, no pueda actuar como figura de apego subsidiaria con sus propios hermanos (Dunn, 2007).

Además de las características diferenciales entre la interacción entre padres-hijos y la interacción entre hermanos, también encontramos diferencias en la interacción entre el grupo de iguales y los hermanos. Por ejemplo, los hermanos no se eligen mutuamente pues su relación viene impuesta, en cambio, los iguales con los que los niños se relacionan son elegidos por el niño entre otros niños, o bien, el niño es elegido por otros entre varias opciones. Asimismo, los iguales se sitúan en un rango de edad similar. Entre los hermanos se puede producir una gran asimetría en lo que se refiere a la edad. Esto influye, sin duda, directamente en el tipo de interacción que se va a establecer entre ellos. Igualmente, las interacciones entre iguales son más susceptibles de ser interrumpidas por diversos motivos (cambio de residencia, colegio, etc.). Habitualmente, las interacciones entre hermanos tienen un carácter de mayor continuidad (Ripoll, Carrillo y Castro, 2009).

- *Estatus fraterno*

Arranz (1989) realiza en su obra una panorámica actualizada, crítica y renovadora sobre el tema de la psicología de las relaciones fraternas. Dicha revisión incluye trabajos de Adler centrados en el estudio del status fraterno, posteriormente reformulados por Sutton-Smith y Rosenberg (como se citó en Arranz, 1989).

Los primeros trabajos de Adler (como se citó en Cagigal, 2006) sobre los hermanos, se centraron en investigar algunas de las variables definitorias del estatus fraterno, buscando una caracterización de los individuos en función de éstas. De acuerdo con Arranz (2000) y Arranz, Yenes, Olabarrieta y Martín (2001), las perspectivas que han tratado de explicar las diferencias entre los hermanos han centrado más la atención en las variables estructurales, entre las que se pueden citar el orden de nacimiento, la diferencia de edad y o el tamaño de la familia, porque condicionan el rol desempeñado en la familia y también el rol desempeñado en las posteriores familias de procreación.

En relación con el orden dentro de la fratría, Cagigal (2006) sostiene que hay pocos autores que hayan estudiado en profundidad la influencia de éste. Las investigaciones pioneras sobre las relaciones fraternas en general defienden que se trata de una de las variables principales a la hora de estudiar las relaciones entre hermanos. Pero estudios posteriores demostraron que el orden dentro de la fratría no es tan relevante para el estudio de características individuales. Sin embargo, en recientes publicaciones se ha advertido de las diferencias en prevalencia de problemas mentales

según el orden que ocupan en la fratría. Se encontró mayor presencia de ellos en los hermanos mayores y pequeños.

El orden de nacimiento en la fratría es importante, no sólo desde el punto de vista de la autoimagen del sujeto atendiendo al lugar que ocupa, sino además por las aspiraciones y expectativas sobre los hijos que se formulan los padres. Según esto, no es lo mismo ser primogénito a ser el último de los hijos, cuando son varios, o ser hijo único (McGoldrick y Gerson, 1987).

Sabemos que, además de ser hermano mayor o menor, hombre o mujer, cada uno de los hermanos nace en un momento específico del ciclo vital de la familia, y que también éste ha de influir en la determinación del comportamiento de sus padres hacia ellos y de las expectativas que respecto a él se generen (Espinal, 2003).

En relación con la diferencia de edad, ésta afecta a las condiciones de interacción dentro del subsistema fraterno y con el subsistema parental (Arranz, 1989). Dentro del subsistema fraterno es importante, porque los factores evolutivos así como los educativos por parte de los padres, contribuyen a que se desarrollen unas relaciones fraternas de mayor o menor rivalidad y cooperación. Además, en función de la diferencia de edad, los hermanos mayores se convertirán o no en figuras de referencia del pequeño, o incluso en figuras de apego subsidiarias. Por otra parte, para el subsistema parental la diferencia de edad entre los hermanos es importante en muchos aspectos, sobre todo en los que tienen que ver con el estrés de la crianza así como con la motivación y el tiempo de dedicación a cada uno de los hijos.

Arranz (1989) encuentra diferencias en el tipo de relación que establecen los hermanos en función de la diferencia de edad. Distingue entre espaciamiento corto (hasta 18 meses), espaciamiento medio (de 19 meses a 36 meses) y espaciamiento largo (más de 36 meses), y considera que ésta última distancia es más favorable para que el primogénito no se vea tan afectado por el destronamiento.

Otra de las variables relevantes en torno al estatus fraterno es la distribución por sexos. Los datos indican que poseer un sexo diferente al del resto de hermanos supone recibir atención cualificada y motivada por parte del subsistema parental, lo que contribuye a un mayor desarrollo de la autoestima (Arranz, 1989; Dunn, 1985).

Por último, con respecto al tamaño de la fratría, algunos autores parecen encontrar datos que sustentan claramente las ventajas de la familia pequeña sobre la grande: los padres dedican más atención y de más calidad a los hijos, quienes están más ajustados psicológicamente que los de familias muy numerosas, lo que ofrece ventajas para el desarrollo intelectual. En las familias numerosas, es más difícil lograr la diferenciación (Arranz, 1989). Sin embargo, para otros autores la familia grande ofrece ventajas por la enorme cantidad de vinculaciones afectivas que se

establecen en ella, lo que aporta más fuentes de seguridad emocional que previenen el daño afectivo por la pérdida de un ser querido (Dunn, 2007) favorece la cooperación y el aprendizaje de las relaciones sociales, y multiplica las opciones en cuanto a los roles (Arranz, 1989)

Además del estatus fraterno, conviene considerar el vínculo emocional entre hermanos. Para Bank y Kahn (1975, como se citó en Cagigal, 2006), “el vínculo fraterno es una conexión, tanto a nivel íntimo como público, de dos hermanos; es el ajuste mutuo de las identidades de dos personas”. Para estos autores, el vínculo se desarrolla debido al elevado acceso entre los hermanos, la necesidad de una identidad personal significativa y el hecho de que no todo el universo relacional del niño puede cubrirse a través de los padres.

En los orígenes de la investigación e intervención en psicología clínica centrada en el niño y el adolescente, estudiosos y clínicos observaron la importancia de las relaciones padres-hijos como la clave para el desarrollo de la salud mental en éstos. En los últimos 30 años, se han hecho avances en el impacto que tiene la relación inter-parental en el niño, incluyendo la pareja y el conflicto parental. A diferencia de este adelanto, pocos avances se han realizado en un tercer componente, y no por ello menos importante en las relaciones familiares, como es el de las relaciones entre hermanos (Feinberg, Solmeyer y McHale, 2012).

Regulación emocional

La regulación emocional comprende aquellos procesos externos e internos responsables de monitorizar, evaluar y modificar nuestras reacciones emocionales para cumplir nuestras metas, según Thompson (como se citó en Hervás, Jodar, 2008). Estos procesos, no solo permiten volver a nuestro estado de ánimo previo con mayor o menor celeridad, sino que, además, parecen estar involucrados en la aparición y mantenimiento de diferentes problemas físicos y psicológicos (Hervás, Vázquez, 2006).

La investigación ha identificado la presencia de déficits de regulación emocional en diferentes trastornos, tales como el abuso de alcohol (McNally, Palfai, Levine y Moore, 2003), trastorno depresivo (Rude y McCarthy, 2003), trastorno de pánico (Feldner, Zvolensky, Eifert, y Spira, 2003), trastorno de estrés postraumático (Chapman, Gratz y Brown, 2006), y trastorno de ansiedad generalizada (Mennin, Heimberg, Turk y Fresco, 2005). El trastorno que parece estar más claramente asociado a las dificultades para regular las emociones es el trastorno límite de personalidad. Las personas diagnosticadas con este trastorno presentan una baja claridad y consciencia de lo que están sintiendo, un miedo general a las emociones y parecen emplear estrategias evitativas de regulación emocional (Gratz, Rosenthal, Tull, Lejuez y Gunderson, 2006).

En las últimas décadas ha habido un incremento de interés sustancial en el tema de la emoción humana y en el modo en el cual expresamos y manejamos las emociones. Dicho interés se debe, en gran medida, a los últimos hallazgos, revisiones y teorías que muestran que un componente esencial para un desarrollo exitoso del niño es el aprendizaje de la regulación emocional, con comportamientos acordes socialmente apropiados y adaptados.

Por ello, ciertamente la capacidad de regulación emocional se considera una herramienta eficaz para problemas de salud mental (Frick y Morris, 2014).

Regulación emocional y relaciones fraternas

Tradicionalmente el estudio de la regulación emocional en la familia se ha centrado en la relación del niño con sus padres. Sin embargo, algunos estudios como el de Morris, Silk, Steinberg, Myers, y Robinson, (2007) insisten en ampliar la mirada de la investigación de la regulación en la familia y no centrarse solo en los padres. Es decir, estudiar la influencia que tienen los distintos subsistemas en el desarrollo de ésta.

Resultados de investigaciones recientes aseguran que las relaciones con hermanos en edades tempranas ofrecen una única e importante oportunidad, ya que se trata de un ámbito único de aprendizaje sobre emociones y permite el desarrollo de la comprensión emocional. Las relaciones fraternas son contextos naturales de aprendizaje sobre el mundo de las emociones. Al tratarse de una relación involuntaria y permanente, se convierten en resistentes a la disolución de cara a los conflictos. De este modo, son relaciones relativamente seguras que permiten que se establezca un contexto en el que se puede aprender sobre diversas experiencias emocionales (Kramer, 2014).

Dunn (2007), al igual que otros investigadores, observó que las relaciones fraternas ofrecen muchas oportunidades para identificar, expresar y regular una amplia gama de emociones. A pesar de que este tipo de relaciones forman parte del proceso familiar, el estudio de éstas es relativamente escaso, especialmente si lo comparamos con el estudio de padres-hijos y de relaciones de pareja (McHale, Updegraff, y Whiteman, 2012).

Kramer (2014) se basa en las últimas investigaciones y contribuciones para analizar las formas en las que las relaciones entre hermanos pueden ser eficaces en distintos contextos emocionales, tales como: el desarrollo de un vocabulario emocional así como la ampliación del repertorio emocional, incluyendo la identificación y expresión de emociones, la decodificación de las emociones de otros y la anticipación de respuestas emocionales de otros en determinadas situaciones. También se basa en el aprendizaje de las emociones sutiles o entremezcladas y la discriminación de emociones confusas, así como la comprensión de las experiencias emocionales

de otros como potencialmente diferentes de las propias y aprender a considerarlas como válidas, aprendiendo a controlar y regular la expresión emocional.

El trabajo de Caspi (2011) sugiere que los hermanos son muy sensibles a las emociones de otros hermanos. De este modo se podría aprovechar el desarrollo de la comprensión emocional en las relaciones fraternas para mejorar otras relaciones de los niños, con sus padres, maestros, compañeros...

Existen dos marcos teóricos que explican la manera en la que los niños aprenden componentes de la comprensión emocional a través de las relaciones fraternas. Uno es la teoría del aprendizaje social de Bandura y la otra la terapia familiar estructural (Kramer, 2014).

La teoría del aprendizaje social de Bandura (1977) sostiene que el individuo aprende a través de la observación e imitación de comportamientos de otros. Por ello, los comportamientos emocionales son aprendidos, al igual que otro tipo de comportamientos. Los niños adquieren información sobre emociones a través de la observación de la expresión emocional y del modo de describir las emociones. La probabilidad de imitación aumentará en función de si los modelos son percibidos como poderosos o de un status superior, son atractivos y percibidos como parecidos a uno mismo. Los hermanos sirven como modelo ya que cumplen distintas funciones, tales como compañeros de juegos, enemigos, profesores y cuidadores (Whiteman et al. 2011). Es por ello que las interacciones con los hermanos permiten al niño aprender sobre la identificación y regulación de sentimientos y emociones, y cómo actuar en función a estos.

La terapia familiar estructural (Minuchin, 1974) reconoce la importancia de las relaciones fraternas como componentes claves del subsistema familiar. A pesar de que los padres son considerados los arquitectos de la familia que establecen las normas y reglas, los hermanos son muy importantes también ya que cumplen funciones variadas en la familia. Son fuentes de apoyo, pueden ser fuentes estimulantes y agentes de cambio en otros subsistemas familiares.

Históricamente, la terapia familiar estructural se centra en la estructura y en características organizacionales de funcionamiento familiar, dejando de lado la parte más emocional. El énfasis en la parte emocional dentro de la terapia familiar de sistemas vienen de la mano de Lee Greenberg y su terapia focalizada en la emoción (Greenberg, 2002) y su discípula Sue Johnson que desarrolló la terapia focalizada en parejas (Greenberg y Johnson, 1988) y en familia (Johnson y Lee, 2000). En este marco, la emoción es vista como mecanismo y motor de cambio. Como dice Greenberg (2010), “El cambio pasa por ayudar a las personas a dar sentido a sus emociones a través de la conciencia, de la expresión, la regulación, la reflexión, la transformación y una experiencia correctiva de la emoción en el contexto de una relación empática que facilite el proceso” (p. 34).

La terapia familiar focalizada en la emoción invita a examinar el rol de los hermanos en la vida emocional de la familia. Por desgracia, hasta la fecha, se le ha prestado escasa atención a este ámbito. Incluso los artículos que se centran en los niños en terapia familiar centrada en la emoción no explotan plenamente el potencial de las relaciones fraternas para abordar la salud mental (Palmer y Efran, 2007). Esta es una limitación significativa, porque los hermanos están muy bien informados acerca de sus hermanas y hermanos y sus tendencias a reaccionar a situaciones de estrés. Los hermanos tienen un conocimiento muy extenso sobre los propios hermanos. Por eso, los hermanos pueden ser agentes efectivos de cambio (Kahn y Lewis, 1988).

En definitiva, las relaciones fraternas son contextos naturales de aprendizaje del mundo emocional. Kramer (2014) examinó los contextos en los que la interacción fraternal se da: conflicto/manejo de conflictos, el juego y la relación padres-hermanos.

El recurso hermanos parece especialmente significativo por el tipo de relación propia que existe entre los miembros de la misma familia y del mismo nivel generacional. Comparten historia familiar, y por lo que se refiere a hechos, emociones y sentimientos, pueden hacer una lectura distinta a la de los otros miembros, lo que permite la apertura a la construcción de lecturas alternativas a las que la familia trae a consulta (Bernart y Buralli, 2006).

A través de este estudio se podrá valorar si existe asociación entre la regulación emocional y la relación fraterna. Si fuera así, se trataría de un recurso terapéutico más, ya que los hermanos tendrán entonces la capacidad de servir de sostén emocional así como de ejemplo o de regulador emocional, tanto a nivel fraterno como a nivel familiar ya que se introducirían cambios en la familia. Al tratarse de un subsistema en el que se permite el modelado de la regulación emocional, se podría utilizar como herramienta para comenzar a crear cambios en las familias disfuncionales.

A la luz de la revisión teórica realizada, nos hemos propuesto como objetivo profundizar en el conocimiento de la incidencia del afecto en las relaciones entre hermanos del mismo grupo familiar, así como el funcionamiento familiar en las dificultades en regulación emocional.

En relación a las variables independientes, a partir de la revisión teórica que hemos llevado a cabo, hemos considerado tres tipos de variables: aquéllas relacionadas con el subsistema fraterno entendido como el estatus y estructura, aquellas con las relaciones fraternas y aquéllas relacionadas con el funcionamiento familiar, con el manejo del afecto.

El objetivo de investigar la incidencia del afecto en las relaciones fraternas del mismo grupo familiar, así como el funcionamiento familiar en las dificultades en regulación emocional, se concreta en las siguientes hipótesis.

Entre las primeras hemos seleccionado estatus fraterno (orden en la fratría, diferencia de edad, la distribución por sexos y el tamaño de la fratría):

Hipótesis primera: Habrá diferencias en la aparición de dificultades de regulación emocional en función del orden en la fratría siendo el primogénito y el pequeño los que tendrán más dificultades en la regulación emocional

Hipótesis segunda: Se espera que haya diferencias en la aparición de dificultades de regulación emocional en función de la distribución por sexos de la fratría, habiendo mayor capacidad de regulación emocional en las fratrías en las que el sexo sea heterogéneo.

Hipótesis tercera: Se espera que haya diferencias en la aparición de dificultades de regulación emocional en función del tamaño de la fratría, teniendo menos de dificultades en regulación emocional aquellas familias en la que la fratría esté compuesta por más de un hijo y menos de 4.

Hipótesis cuarta: Se espera que haya diferencias en la aparición de dificultades de regulación emocional en función de la posición del hermano con mayor impacto, sosteniendo que si el hermano de mayor impacto está por encima, facilitará el proceso de regulación emocional.

Entre las variables de funcionamiento familiar hemos seleccionado: respuesta afectiva e involucramiento afectivo.

Hipótesis quinta: Se espera que una respuesta afectiva adecuada por parte de la familia y un involucramiento afectivo óptimo, tenga relación con menos dificultades en la regulación emocional, especialmente en el ámbito de la atención (*Desatención*) o de la consciencia emocional permitiendo el aumento de esta característica.

Hipótesis sexta: Se espera que un involucramiento afectivo conveniente tenga relación con menos dificultades en *Confusión, Rechazo y Descontrol emocional*, ya que si existe interés genuino por parte de los miembros de la familia además de una implicación emocional habrá mayor claridad y menor rechazo, así como un menor descontrol debido a que el núcleo familiar actúa como sostén emocional y la familia está pendiente del ámbito emocional.

Hipótesis séptima: Se espera que una respuesta afectiva adecuada de los miembros de la familia esté relacionada con una menor *Confusión emocional, Rechazo y Descontrol*, ya que la familia se convierte en facilitadora dando respuestas y contención emocional dando una respuesta emocional adecuada.

El objetivo de investigar la incidencia de las relaciones de afecto entre hermanos del mismo grupo familiar en las dificultades en regulación emocional en relación con las diferentes variables independientes centradas en el subsistema fraterno, se concreta en las siguientes hipótesis:

Hipótesis octava: Se espera que un afecto positivo entre hermanos se relacione con menor *Descontrol* y dificultad en el control de impulsos ya que la relación fraterna sería un laboratorio de aprendizaje sobre relaciones sociales, y si la relación es positiva, el control de impulsos será mayor.

Hipótesis novena: Se espera que exista relación entre el afecto positivo entre hermanos y la conciencia emocional (*Desatención*), ya que a través de la relación con ellos puede ser facilitadora de una mayor atención a la emoción, además de tener claridad emocional y saber identificar las distintas emociones.

Hipótesis décima: Se espera que una *Respuesta afectiva e Involucramiento afectivo* adecuados por parte de todos los miembros de la familia, estén relacionados con el *Afecto entre hermanos*, ya que si existen relaciones positivas en el sistema familiar se espera que éstas afecten al subsistema fraterno promoviendo el afecto positivo en dicho subsistema

MÉTODO

Participantes

El estudio se realizó con 226 jóvenes de edades comprendidas entre los 18 y los 30 años, que viven en unas condiciones socio-económicas media-alta, con alto nivel educativo. Casi el total de la muestra (93,8%) tienen estudios superiores y universitarios. Todos los sujetos son procedentes de Madrid. De los 226 participantes, 153 son mujeres (67,7%) y 73 son hombres (32,3%). La media de edad es: 23,82 (DT: 3,01) y la media de número de hijos en la familia es de: 2,85 (DT= 1,38). Se presentan más datos sociodemográficos en la siguiente tabla (Tabla 1).

Tabla 1. Datos sociodemográficos muestra

	N	%
SEXO		
Varones	73	32,3
Mujeres	153	67,7
Total	226	100
TIPOS DE FAMILIA		
Hijos únicos	32	14,2
2 hijos	68	30,1
3-4 hijos	102	45,1
Más de 5 hijos	24	10,6
SEXO DE LA FRATRÍA		
Todos los hermanos hombres	27	11,9
Todas las hermanas mujeres	55	24,3
Mezcla de sexos	144	63,7
ORDEN DENTRO DE LA FRATRÍA		
Hermano mayor	67	29,6
Hermano mediano	57	25,2
Hermano pequeño	70	31
EL HERMANO QUE TIENE MAYOR IMPACTO ESTÁ...		
Por encima	100	44,2
Por debajo	87	38,5
Gemelos/mellizos	6	2,7

Instrumentos

- *Escala de Dificultades en la Regulación Emocional* (DERS, Difficulties in Emotion Regulation Scale, Gratz y Roemer, 2004). Evalúa diferentes aspectos de la desregulación emocional a través de 36 ítems con una escala Likert de 5 puntos (de “Casi nunca de las veces” a “Casi siempre de las veces”). Esta escala fue traducida y adaptada por Hervás (2008).

La fiabilidad total del DERS que hemos obtenido en este estudio es de 0,92 (media= 56,2; DT= 15,89). Los índices de fiabilidad obtenidos en cada escala al aplicar la prueba en nuestra muestra los presentamos en la siguiente tabla (Tabla 2). La escala original demostró tener una alta fiabilidad ($\alpha=.93$).

Esta compuesta por 5 subescalas. La subescala *Claridad-Confusión* mide la claridad emocional, el éxito o no de percibir e identificar emociones. *Atención-Desatención* tiene en cuenta los aspectos relacionados con la conciencia, aceptación y reconocimiento emocional. Los ítems de *Regulación-Descontrol* evalúan la dificultad o facilidad en el control de impulsos y en el acceso a estrategias de regulación. La subescala *Aceptación-Rechazo* nos habla de la aceptación de las respuestas emocionales, de la capacidad para

asumirlas y de que éstas generen o no sentimientos negativos hacia uno mismo. Por ultimo, la escala *Funcionamiento-Interferencia* que mide la dificultad o facilidad para actuar de acuerdo con los objetivos deseables en la vida cotidiana.

Tabla 2. *Fiabilidad y puntuaciones medias de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)*

Escala DERS	Alpha de Cronbach	Media	DT
Claridad-Confusión	0,79	9,24	1,722
Atención-Desatención	0,82	14,84	3,412
Regulación-Descontrol	0,88	15,27	6,145
Aceptación-Rechazo	0,90	12,56	5,477
Funcionamiento-Interferencia	0,86	9,74	3,798
Total	0,92	63,59	14,358

- *Lifespan Sibling Relationship Scale (LSRS, Riggio, 2009)*. Mide distintas dimensiones individuales de la relación fraterna en adultos. Está compuesta por seis subescalas con un total de 50 ítems. Las seis subescalas se dividen en dos grupos; tres subescalas centradas en la relación fraterna basada en la infancia del adulto (una mide el afecto, otra el comportamiento y la última las creencias), y otras tres centradas en el adulto (al igual que las del niño; una mide el afecto, otra el comportamiento y otra las creencias). En esta investigación utilizaremos la escala “Afecto Adulto” que consta de 8 ítems a los que se responde en escala Likert de 5 puntos (de “Completamente en desacuerdo” a “Completamente de acuerdo”). Es la única subescala del cuestionario que tiene en cuenta las emociones sobre su hermano/a y sobre la relación en la edad adulta (por ejemplo , "Estoy orgulloso/a de mi hermano/a"), que constituye el objetivo del trabajo, es por ello la que se utiliza en esta investigación. La fiabilidad de la subescala afecto adulto de la escala LSRS que hemos obtenido con nuestra muestra es de 0,91 (media=33; DT=5,57), al igual que la escala original que tiene un alpha de 0,91.
- *McMaster Family Assessment Device (FAD, Epstein, Baldwin, y Bishop, 1983)*. Escala traducida y adaptada por Barroilhet, Cano-Prous, Cervera-Enguix, Forjaz y Guillén-Grima (2009). Se trata de un instrumento desarrollado con fines de clasificación, exclusivamente. Describe las propiedades estructurales y organizativas del grupo familiar y los patrones transaccionales entre los miembros de la familia que han resultado de

distinguir entre familia funcional y no funcional. El modelo identifica seis dimensiones de funcionamiento familiar: *Solución de problemas*, *Comunicación*, *Roles*, *Control del comportamiento*, *Respuesta afectiva*, *Implicación afectiva* y *Funcionamiento general*. Para el estudio se contará con *Respuesta afectiva* e *Implicación afectiva*, debido a que son las que más en cuenta tienen los aspectos emocionales. La subescala *Respuesta Afectiva* evalúa la habilidad de los familiares para responder con emociones apropiadas. *Involucramiento Afectivo* mide el interés genuino, la preocupación e implicación entre los miembros de la familia. El cuestionario está compuesto por un total de 60 ítems que evalúan distintos aspectos del funcionamiento familiar a los que se responde con una escala Likert de 4 puntos (de “Completamente de acuerdo” a “Completamente en desacuerdo”). Ha sido adaptada en España por Barroilhet et al. (2009).

La fiabilidad de nuestro total (la suma de las dos subescalas con las que contamos; *Respuesta Afectiva* e *Involucramiento Afectivo*) que hemos obtenido en este estudio con nuestra muestra es de 0,716. (media=55,77; DT=5,63). Los índices de fiabilidad obtenidos en cada escala al aplicar la prueba en nuestra muestra los presentamos en la siguiente tabla (tabla 3).

Tabla 3. Fiabilidad y puntuaciones medias de la Escala de Funcionamiento Familiar

Escala FAD	Alpha de Cronbach	Media	DT
Respuesta Afectiva	0,789	13,62	3,312
Involucramiento Afectivo	0,351	14,89	2,177
Total	0,716	28,504	4,564

Procedimiento

La administración de las distintas escalas se realizó a través del método muestreo no probabilístico de conveniencia o de bola de nieve, de manera individual y anónima a una muestra de jóvenes adultos universitarios y trabajadores. Además los participantes contestaron también a una encuesta sociodemográfica. En el presente trabajo se consideraron de la encuesta demográfica aquellas variables vinculadas al grupo familiar. En concreto, se consideraron los siguientes indicadores: posición del sujeto en la fratría (hijo mayor-hijo del medio-hijo menor-hijo único), número de hermanos, sexo del sujeto y de los hermanos, edades del subsistema filial.

Análisis de datos

Una vez codificados, los datos han sido tratados con el paquete estadístico Statistical Package for the Social Sciences (SPSS), versión 22.0 para Windows. Para responder a los objetivos

planteados, se llevaron a cabo análisis descriptivos (frecuencias y porcentajes de diferentes variables del estudio) y análisis inferenciales (métodos paramétricos: t de student, ANOVA) y análisis correlacional (r de Pearson). Pudimos asumir normalidad ya que la muestra es superior a 30. Se trabajó con un nivel de confianza de 0,05 ($p < 0,05$).

RESULTADOS

Hipótesis primera: habrá diferencias en la aparición de dificultades de regulación emocional en función del orden en la fratría siendo el primogénito y el pequeño los que tendrán más dificultades en la regulación emocional

En relación con el orden de la fratría hemos analizado, en primer lugar, las diferencias en las medias de puntuaciones de dificultades en la regulación emocional (escala DERS) entre los hermanos mayores, medianos y los hermanos pequeños (tabla 4). No encontramos diferencias significativas en DERS total ni en las subescalas *Desatención*, *Confusión*, *Descontrol* e *Interferencia*. Pero sí encontramos diferencias en la subescala *Rechazo* o Falta de aceptación emocional en relación con el orden en la fratría, ANOVA, $F(2,97)$; $p < 0,05$, así los hermanos pequeños muestran mayores dificultades en la aceptación de las respuestas emocionales (media = $14,64 \pm DT = 5,62$), en concreto de las emociones negativas, que los hermanos medianos (media = $12,12 \pm DT = 5,33$) (Tukey, $p < 0,05$) y que los hermanos mayores (media = $11,51 \pm 4,8$) (Tukey, $p < 0,05$).

Tabla 4. Diferencias en dificultades en regulación emocional según el orden en fratría

<i>Escala Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)</i>	Hermano mayor N= 67		Hermano pequeño N= 70		Hermano mediano N= 57		ANOVA		Post-hoc
	Media	DT	Media	DT	Media	DT	F	P	
Total	61,67	13,58	65,27	14,52	61,72	13,29	1,49	0,22	0,34
Desatención	15,27	3,39	14,13	3,79	15,18	3,04	2,27	0,10	0,17
Confusión	9,01	1,67	9,63	1,84	9,12	1,72	2,38	0,09	0,14
Descontrol	14,85	5,48	15,91	6,59	13,91	4,93	1,91	0,15	0,14
Rechazo	11,51	4,8	14,64	5,62	12,12	5,33	2,97	0,04*	0,05
Interferencia	9,22	3,65	9,93	3,79	9,53	3,66	0,62	0,53	0,56

* La correlación es significativa en el nivel 0,05

Hipótesis segunda: Se espera que haya diferencias en la aparición de dificultades de regulación emocional en función de la distribución por sexos de la fratría habiendo mayor facilidad de regulación emocional en las fratrías en las que el sexo sea heterogéneo

Al analizar los datos sobre medias en las escalas y subescalas del DERS en función del sexo (tabla 5) en la fratría, no se encuentran diferencias significativas en ninguna de ellas. Todos estos resultados apoyan la hipótesis de que el sexo en la fratría no es una variable que introduzca cambios significativos en la regulación emocional de los sujetos.

Tabla 5. Diferencias en dificultades en regulación emocional según el sexo en la fratría

<i>Escala Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)</i>	Todos hermanos hombres N= 18		Todos los hermanos mujeres N= 33		Mezcla N= 143		ANOVA		
	Media	DT	Media	DT	Media	DT	F	P	Post- hoc
Total	59,56	13,15	63	13,22	63,41	14,14	0,61	0,54	0,53
Desatención	13,72	4,40	14,48	3,61	15,05	3,30	1,36	0,25	0,30
Confusión	9,11	1,90	9,27	1,68	9,29	1,77	0,07	0,92	0,92
Descontrol	14,22	5,45	15,55	5,25	14,92	5,97	0,31	0,72	0,65
Rechazo	11,17	3,79	12,27	4,56	12,66	5,64	0,65	0,52	0,53
Interferencia	9,67	4,14	9,64	3,55	9,54	3,70	0,01	0,98	0,99

* La correlación es significativa en el nivel 0,0

Hipótesis tercera: Se espera que haya diferencias en la aparición de dificultades de regulación emocional en función del tamaño de la fratría teniendo menos dificultades en regulación emocional aquellas familias en las que la fratría esté compuesta por más de un hijo y menos de 4

El análisis de datos (tabla 6) con los que contamos a propósito del tamaño de la fratría y las medias de puntuaciones en la escala DERS, ponen de manifiesto que no existen diferencias significativas en las dificultades de regulación emocional en relación con el tamaño de la fratría.

Tabla 6. Diferencias en dificultades en regulación emocional en función del tamaño de la fratría

<i>Escala Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)</i>	Hijo único N= 32		Familia con 2 hijos N= 68		Familia con 3 hijos N= 73		Familia con 4 hijos en adelante N= 53		ANOVA		
	Media	DT	Media	DT	Media	DT	Media	DT	F	P	Post- hoc
Total	67,25	16,37	63,78	13,48	64,33	14,37	60,11	13,52	1,817	0,14	0,52
Desatención	14,88	3,05	15,22	3,84	14,58	3,53	14,68	2,85	0,46	0,70	0,82
Confusión	9,06	1,45	9,22	1,70	9,32	1,81	9,26	1,81	0,16	0,92	0,90
Descontrol	17,19	7,78	15,72	6,05	15,19	5,80	13,66	5,29	2,42	0,06	0,40
Rechazo	13,19	6,38	11,97	4,25	13,58	5,61	11,55	5,95	1,86	0,13	0,31
Interferencia	10,78	4,24	9,84	3,98	9,62	3,79	9,15	3,20	1,27	0,28	0,19

* La correlación es significativa en el nivel 0,05

Hipótesis cuarta: Se espera que haya diferencias en la aparición de dificultades de regulación emocional en función de la posición del hermano con mayor impacto sosteniendo que si el hermano de mayor impacto está por encima, facilitará el proceso de regulación emocional

Otra de las variables relevantes a considerar a propósito del estatus fraterno y a su relación con la regulación emocional, es si el hermano con mayor impacto en sus vidas está por debajo, es decir, es menor, o por el contrario está por encima y es más mayor. Los datos de nuestro estudio (tabla 7) indican que no hay diferencias significativas en la escala y en las subescalas, salvo en el caso de la subescala *Desatención* emocional en la que sí encontramos diferencias estadísticamente significativas ($t=2,70$; $gl= 185$; $p= 0,007$). Los que contestaron que el hermano que mayor impacto tiene en su vida está por encima (media= $14,27 \pm DT= 3,63$) tienen una puntuación inferior y, por tanto, mayor conciencia y aceptación de las emociones que aquellos que contestaron lo contrario, un hermano por debajo a ellos (media= $15,62 \pm DT= 3,12$).

Tabla 7. Diferencias en dificultades en regulación emocional en función de la posición del hermano con mayor impacto

<i>Escala Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)</i>	Por encima		Por debajo		T de Student			
	Media	DT	Media	DT	t	gl	p	d de Cohen
Total	63,37	12,88	62,23	14,93	0,55	171	0,58	0,1
Desatención	14,27	3,63	15,62	3,12	2,70	185	0,007	-0,4
Confusión	9,46	1,84	9,05	1,69	1,59	184,40	0,11	0,12
Descontrol	15,10	5,71	14,53	5,83	0,67	180,40	0,50	0,2
Rechazo	12,89	5,32	11,79	5,15	1,43	182,86	0,15	0,2
Interferencia	9,68	3,56	9,43	3,89	0,46	175,96	0,64	0,1

* La correlación es significativa en el nivel 0,05

Hipótesis quinta: Se espera que la *Respuesta afectiva* adecuada por parte de la familia y un *Involucramiento afectivo* óptimo, tenga relación con menos dificultades en la regulación emocional, especialmente en el ámbito de la atención (*Desatención*) o de la consciencia emocional permitiendo el aumento de esta característica.

Tal como vemos en la Tabla 8, la hipótesis se confirma ya que hemos encontrado una relación inversa entre *Respuesta afectiva* y *Desatención* (Pearson, $n= 226$; $r= -0,225$; $p< 0,001$), y entre *Involucramiento afectivo* y *Desatención* (Pearson, $n= 226$; $-0,294$; $p< 0,001$). Esto quiere decir que cuanto más funcional y adecuada es la respuesta afectiva familiar, menor serán las dificultades para alcanzar una consciencia emocional y poder prestar la atención pertinente a la emociones, estando atento a ellas y dándoles la importancia que tienen. Por otro lado, obtenemos que cuanto mejor sea el involucramiento afectivo, menos dificultades tendrá también a la hora de aceptar y de reconocer las emociones, es decir, de tener consciencia sobre éstas.

Hipótesis sexta: Se espera que un *Involucramiento afectivo* conveniente tenga relación con menos dificultades en *Confusión*, *Rechazo* y *Descontrol emocional*, ya que si existe interés genuino por parte de los miembros de la familia además de una implicación emocional habrá mayor claridad y menor rechazo, así como un menor descontrol debido a que el núcleo familiar actúa como sostén emocional y la familia está pendiente del ámbito emocional.

Tabla 8. Correlaciones de las escalas: Dificultades en la Regulación Emocional (DERS) y Funcionamiento Familiar (FAD)

	DERS TOTAL	DERS Desatención	DERS Confusión	DERS Descontrol	DERS Rechazo	DERS Interferencia
FAD Respuesta Afectiva	0,83	-0,225**	0,161*	0,130	0,106	0,067
FAD Involucramiento	0,205**	-0,294**	-0,152*	0,257**	0,226**	0,114**
FAD Funcionamiento	-0,071	0,010	-0,077	-0,112	-0,25	-0,016
FAD Total	0,117	-0,283**	0,144*	0,154*	0,163*	0,104

** La correlación es significativa en el nivel 0,01

* La correlación es significativa en el nivel 0,05

Al analizar los resultados de la Tabla 8 observamos datos un tanto desconcertantes. Por un lado, obtenemos que un involucramiento afectivo positivo tiene relación inversa estadísticamente significativa con *Confusión*, lo que confirma nuestra hipótesis, es decir, si la familia tiene interés genuino por la respuestas emocionales de los otros, permitirá y favorecerá una percepción clara y sin confusión de las emociones (Pearson, $n = 226$; $r = -0,152$; $p < 0,05$).

Por otro lado, tenemos que, además, un buen involucramiento afectivo correlaciona de manera positiva con *Descontrol* (Pearson, $n = 226$; $r = 0,257$; $p < 0,001$), *Rechazo* (Pearson, $n = 226$; $r = 0,257$; $p < 0,001$) e *Interferencia* (Pearson, $n = 226$; $r = 0,114$; $p < 0,001$), lo cual nos contradice nuestra hipótesis, ya que significa que a mayor interés genuino familiar por las emociones, habrá más dificultad en el control de impulsos así como en la aceptación de emociones y en la manera de interferencia de éstas dificultándonos las tareas de la vida cotidiana.

Hipótesis séptima: Se espera que una *Respuesta afectiva* adecuada de los miembros de la familia esté relacionada con una menor *Confusión emocional*, *Rechazo* y *Descontrol*, ya que la familia se convierte en facilitadora dando respuestas y contención emocional dando una respuesta emocional adecuada.

Como observamos en la Tabla 8, no se cumple nuestra hipótesis, es decir, no encontramos relación entre la respuesta afectiva de la familia y el *Descontrol*, el *Rechazo* y la *Interferencia*. Además contemplamos un dato inesperado, puesto que encontramos una relación estadísticamente significativa, pero positiva, con *Confusión* (Pearson, $n = 226$; $r = 0,161$; $p < 0,05$). Es decir, cuanto más adecuada sea la respuesta afectiva de la familia, mayor confusión y dificultad habrá en la percepción de emociones, lo cual nos descuadara nuestra hipótesis.

Hipótesis octava: Se espera que un afecto positivo entre hermanos se relacione con un menor *Descontrol* y dificultad en el control de impulsos ya que la relación fraterna sería un laboratorio

de aprendizaje sobre relaciones sociales, y si la relación es positiva, el control de impulsos será mayor.

Se observa en la tabla 9, que se confirma la hipótesis ya que la relación es estadísticamente significativa a la inversa, es decir, en la medida que el afecto entre hermanos sea positivo, favorecerá que existan menos dificultades a la hora de acceder a estrategias de regulación emocional que permitan el control de impulsos (Pearson, $n= 194$; $r= -0,154$; $p< 0,05$).

Tabla 9. Correlaciones de las escalas: Afecto entre hermanos (LSRS) y Dificultades en la Regulación Emocional (DERS)

	DERS TOTAL	DERS Desatención	DERS Confusión	DERS Descontrol	DERS Rechazo	DERS Interferencia
LSRS						
Afecto hermanos	-0,127*	-0,006	0,053	-0,154*	-0,081	-0,094

** La correlación es significativa en el nivel 0,01

* La correlación es significativa en el nivel 0,05

Hipótesis novena: Se espera que exista relación entre el *Afecto positivo entre hermanos* y la conciencia emocional (*Desatención*), ya que a través de la relación con ellos puede ser facilitadora de una mayor atención a la emoción, además de tener claridad emocional y saber identificar las distintas emociones.

Al observar los datos (Tabla 9), concluimos que no encontramos una relación estadísticamente significativa, pero sí encontramos una relación inversa, que es la esperada; al igual que con otras variables de la regulación emocional, tales como *Rechazo* e *Interferencia*.

Además encontramos relación inversa estadísticamente significativa entre el afecto entre hermanos y las dificultades en regulación emocional (Pearson, $n= 194$; $r= -0,127$; $p< 0,05$), con lo que concluimos que a mejores relaciones de afecto entre hermanos, menos dificultades se encontrará en el ámbito de la regulación emocional en general.

Hipótesis décima: Se espera que una *Respuesta afectiva* e *Involucramiento afectivo* adecuados por parte de todos los miembros de la familia, estén relacionados con el *Afecto entre hermanos*, ya que si existen relaciones positivas en el sistema familiar se espera que éstas afecten al subsistema fraterno promoviendo el afecto positivo en dicho subsistema.

Se observa en la tabla 10 que existe una relación estadísticamente significativa entre el *Involucramiento afectivo* y el *Afecto fraterno* (Pearson, $n= 194$; $r= 0,169$; $p< 0,05$), por tanto, en

la medida que el involucramiento afectivo, la implicación de los miembros de la familia y el interés genuino de estos aumente, facilitarán un afecto entre hermanos óptimo.

También se observa que la relación entre una respuesta afectiva adecuada por parte de la familia y el afecto entre hermanos no hay una relación estadísticamente significativa, pero si hay una relación positiva. Además, cuando hacemos el total de las dos subescalas (FAD “Total”) y lo ponemos en relación con el afecto entre hermanos, obtenemos una relación estadísticamente significativa (Pearson, $n= 194$; $r=0,172$; $p< 0,05$).

Tabla 10. Correlaciones de las escalas Afecto entre hermanos (LSRS) y Funcionamiento Familiar (FAD)

LSRS Afecto hermanos	FAD Respuesta Afectiva	FAD Involucramiento Afectivo	FAD “Total”
	0,127	0,169*	0,172**

* La correlación es significativa en el nivel 0,05

** La correlación es significativa en el nivel 0,01

DISCUSIÓN

A lo largo de nuestro estudio hemos querido conocer la relación entre regulación emocional y estatus fraterno con la relación entre hermanos, teniendo en cuenta siempre el funcionamiento familiar, para poder determinar si existen algunos factores de protección para aquellos que sufren dificultades en el ámbito de la regulación emocional o, por el contrario, detectar los factores de riesgo y protección a tener en cuenta.

Se trata de una investigación relevante ya que, el tema de relaciones de hermanos ha sido abordado con poca frecuencia, tal como señaló anteriormente el Equipo Metra (como se citó en Cagigal, 2006). En este apartado vamos a comenzar revisando las principales conclusiones que se obtienen de los resultados de esta investigación según las diferentes hipótesis planteadas. A continuación comentaremos aquellos resultados que nos parecen más relevantes y de mayor importancia para el desarrollo del conocimiento sobre las relaciones fraternas y su papel en la regulación emocional. Revisaremos también las limitaciones de este estudio. Por último hemos de reflexionar sobre nuevas vías de investigación abiertas a la luz de estos hallazgos.

Con respecto al estatus fraterno el primer objetivo ha sido contrastar si, tal como nosotros considerábamos, se dan diferencias en las dificultades en regulación emocional en función del lugar que ocupan en la fratría (mayor, pequeño o mediano). Según Cagigal (2006), hay pocos autores que hayan investigado sobre este aspecto puesto que, si bien los primeros estudios sobre

relaciones de hermanos en general insistían en esta variable como una de las principales responsables de las diferencias entre hermanos, más tarde, se fue constatando que el orden que se ocupa dentro de la fratría no es tan relevante para estudiar características personales. Sin embargo, datos más recientes sí han indicado las diferencias en prevalencia de problemas mentales según el orden que ocupan en la fratría, por ejemplo, se encontró mayor presencia de estos en los hermanos mayores y pequeños. Por ello hemos partido de la hipótesis de que sí se darían diferencias en las dificultades de regulación emocional en relación con el orden que ocuparan en su grupo fraterno.

A pesar de la escasa relación entre las variables estructurales de la fratría y la regulación emocional, sí se encontró relación en dos áreas, que se especifican a continuación.

Los datos han dejado evidencia del efecto del orden en la fratría en las dificultades en regulación emocional, en concreto en la parte de aceptación de emocional (*Rechazo*), ya que los hermanos pequeños han obtenido puntuaciones más altas que los medianos o los mayores. Esto indica que los hermanos pequeños presentan más dificultades a la hora de aceptar sus propias emociones y tienden al rechazo, culpabilizándose y avergonzándose de ellas.

En contraste, los datos indican que cuando el hermano que más impacto tiene en su vida está por encima, tienen puntuaciones inferiores en desatención emocional (*Desatención*) que aquellos que contestaron que el hermano que más impacto tiene en su vida está por debajo, lo cual habla de una escasa consciencia emocional por parte de aquellos que señalaron que el hermano con mayor impacto está por debajo.

Por un lado, encontramos que los hermanos pequeños presentan dificultades en aceptación emocional y, por otro lado, hallamos que aquellos que señalaron que el hermano con mayor impacto está por debajo tuvieron más dificultades a la hora de hacer conscientes las emociones.

Quizás esto se deba al papel que adopta el hijo primogénito en la familia. Estos tienden más fácilmente a la parentalización y puede que esto les lleve a aceptar mejor sus propias emociones, pero a la vez les prestan menos atención que los hermanos pequeños. Los hermanos mayores tienden a estar más cargados de responsabilidades y a ser más conscientes de los problemas de la familia (Cagigal, 2006), pero quizás de los suyos propios no.

A pesar de que el sexo y la distribución fraterna sean variables contribuyentes al tipo de relación entre hermanos, no encontramos en el estudio diferencias significativas en relación al sexo de la fratría con dificultades en regulación emocional.

Además, en los estudios referentes a relaciones fraternas y desarrollo evolutivo se ha señalado el efecto del tamaño de la fratría. Se ha hablado de las diferentes oportunidades de desarrollo

personal y social en familias de grupos fraternos reducidos y de grupos fraternos amplios. En nuestro caso no se han encontrado diferencias en relación con el tamaño de la fratría y las dificultades en regulación emocional.

En un estudio sobre las relaciones fraternas no podíamos obviar el análisis de las variables de funcionamiento familiar si queríamos analizar aspectos relevantes de la realidad. Cuando ponemos en relación un óptimo involucramiento afectivo familiar, referido al interés genuino, preocupación e implicación de los miembros de la familia en el ámbito de las emociones, además de una respuesta afectiva adecuada, lo cual nos habla de la habilidad de los familiares para responder con las emociones apropiadas; con el ámbito de la desatención emocional y de la falta de consciencia emocional, se pone de manifiesto que existe una relación inversa estadísticamente significativa. Lo cual confirma nuestra hipótesis y nos lleva a pensar que, a medida que aumenta la respuesta afectiva familiar, aumentará también la percepción de las emociones, actuando la familia como catalizador de ellas permitiendo que el sujeto pueda percibir las conscientemente.

Por último, encontramos que el funcionamiento familiar, referido al involucramiento afectivo y al interés por parte de los miembros de la familia, tendrá una relación positiva promoviendo un mayor afecto entre hermanos. Por otro lado, encontramos que la relación entre dificultades en regulación emocional y relaciones fraternas es negativa, es decir, a mejores relaciones fraternas, menos dificultades en regulación emocional.

Es importante reconocer la naturaleza recíproca de estas influencias. Existen vínculos entre una óptima regulación emocional y relaciones fraternas de calidad. En concreto, en nuestro estudio, hallamos relación estadísticamente significativa a la inversa entre relaciones de afecto entre hermanos y dificultades en la regulación emocional, por lo que las relaciones positivas en la fratría permitirá que existan menos dificultades en la regulación emocional. Asimismo, se encontró una relación inversa estadísticamente significativa entre relaciones de afecto entre hermanos y el descontrol, obteniendo de este modo mayor control sobre las emociones y mayor acceso a estrategias de regulación emocional evitando un desbordamiento en aquellos que tengan una relación de afecto positiva con el hermano/a.

Debido a la escasez de estudios longitudinales, todavía no es posible discernir si la comprensión emocional es un precipitante o una consecuencia de las relaciones positivas entre hermanos. Lo más probable es que sea una relación bidireccional (Kramer, 2014). Al tratarse de un trabajo llevado a cabo desde una perspectiva más sistémica, creemos que el efecto de los hermanos en la regulación emocional, así como la influencia de la familia, de modo que cada uno incide en la otra y a su vez, la alimenta.

Por todo ello, concluiremos con que la regulación emocional se relaciona con el funcionamiento familiar afectivo y con el afecto entre hermanos mientras que con las variables estructurales de estatus fraterno (posición, sexo de la fratría, número de hermanos,...) la relación es escasa. Estos datos no van en la dirección esperada, pero arrojan luz sobre la naturaleza de las relaciones fraternas. Al tratarse de una variable centrada en las emociones, influyen en ella variables que nos hablan más del modo de relacionarse y de percibir las en el sistema familiar y en el subsistema fraterno.

El estudio tiene una serie de limitaciones que consideramos que habrán de ser mejoradas para futuras investigaciones. En primer lugar, el tener en cuenta únicamente a un miembro de la familia nos impide recoger información más subjetiva. Existen investigaciones en las que se tiene en cuenta la visión del padre y a la madre de manera separada en cuanto a las relaciones fraternas y al funcionamiento familiar, y otras en las que la muestra la conforman pares de hermanos.

Ante los datos desconcertantes que se obtuvieron en el análisis de las hipótesis sobre la relación entre la regulación emocional (en concreto determinadas subescalas como *Confusión*, *Descontrol*, *Rechazo* e *Interferencia*) y el *Funcionamiento afectivo* familiar, nos planteamos una serie de problemas en la investigación y a la elección de las diferentes escalas. Por un lado, contemplamos que la escala destinada a evaluar las dificultades en regulación emocional (DERS) es heterogénea, lo cual puede darnos pistas y explicación a los resultados poco esperados. Es decir, se observa que las subescalas en las que está dividida tienen distintos modos de entenderse. De las 5 subescalas, hay tres que comienzan del mismo modo (“Cuando me siento mal,...”). Estas escalas son *Rechazo* e *Interferencia*. Mientras que las otras dos escalas (*Desatención* y *Confusión*) no siguen un patrón común sintáctico, pero sí un patrón común del tiempo verbal. En estas dos escalas las frases están escritas en tiempo presente, y en las otras tres subescalas el tiempo verbal es situacional además de hacer referencia a emociones negativas. Por otro lado, se trata de una escala específica que identifica cada grupo de emociones en las subescalas y, por ello, podría no tener relación con el afecto familiar. En definitiva, las divergencias las encontramos en el distinto modo de formular los ítems, lo cual puede estar alterando los resultados de la investigación.

Al observar la escala que mide el funcionamiento familiar (FAD), detectamos distintas peculiaridades que podrían estar influyendo en los resultados. Primero vemos que el *Involucramiento Afectivo* lo toman como un rasgo positivo de la relación afectiva entre los miembros de la familia, pero puede ser un dato engañoso, ya que en ciertos casos demasiada implicación emocional puede ser negativa a la hora de elaborar estrategias que favorezcan la regulación emocional. La emoción expresada se refiere a la existencia de un ambiente familiar demasiado crítico o sobreprotector (García, 2004). La alta emoción expresada, determinada por altos niveles de criticismo, hostilidad o sobreimplicación emocional hacia el paciente, está

reconocida como uno de los mejores predictores ambientales de recaída en esquizofrenia (García, Moreno, Freund y Lahera, 2012). Podría ser que la escala esté evaluando más estas dimensiones negativas de la expresividad familiar que las positivas.

Además, siguiendo con la subescala *Involucramiento afectivo*, se observa que la definición no es clarificadora, ya que unifica distintas características familiares en la misma. Reúne en dicha subescala propiedades como interés, preocupación e implicación, las cuales no son equivalentes. Probablemente, el fallo en esta subescala lo encontremos en que difícilmente podrá medir adecuadamente, ya que la definición de por sí es ambigua y así lo demuestra su índice de fiabilidad (0,351).

La composición de la muestra, al no ser aleatoria, ha sido muy homogénea y, a pesar de ser muy amplia, dificulta así la representatividad de ésta. Por ejemplo, el 95% de la muestra tenía un nivel socio-económico entre medio y alto.

En el caso de la variable de distribución por sexos, en vez de tener en cuenta si se trataba del único miembro de la fratría con sexo diferente, se tuvo en cuenta el sexo general de la familia (todo hombres, todo mujeres, mixtos), cuando se sabe que el trato diferencial del hijo con sexo distintos favorece en gran medida el desarrollo de este.

El estudio sobre hermanos y su influencia en la regulación debe seguir siendo investigada. Entre los resultados que hemos obtenido en el trabajo se sugiere que en futuras investigaciones se tengan en cuenta las siguientes sugerencias.

Como se ha mencionado anteriormente, profundizar aparte de en la perspectiva del hijo o hermano, tomar también la visión de los padres tanto para obtener información sobre el vínculo padre-hijo, madre-hijo y padres-hijo; como sobre el conflicto marital (autores defienden que una relación conyugal sana, favorecerá una relación fraterna satisfactoria). También sería interesante observar las prácticas educativas de los padres y su incidencia en la relación fraterna, así como las creencias y expectativas de los padres sobre las relaciones entre hermano.

En cuanto a la elección de las escalas, se sugiere que se establezca una selección idónea, llevando a cabo una depuración de los cuestionarios para que, de este modo, los resultados no queden alterados por las características del contenido y estadísticas de los mismos.

Al tratarse de un trabajo en el que el objetivo es evaluar y observar la influencia de las relaciones fraternas para así poder utilizarlas como una herramienta más dentro del ámbito terapéutico, sería recomendable que en próximas investigaciones se contara con un grupo control y grupo experimental, teniendo como grupo experimental a familias con algún tipo de problemática.

REFERENCIAS

- Arranz, E. y Olabarrieta F. (1998). Las relaciones entre hermanos. En J. Palacios y M. J. Rodrigo. *Familia y desarrollo humano* (pp. 245-260). Madrid: Alianza Editorial.
- Arranz, E., Yenes, F., Olabarrieta, F. y Martín J.L. (2001). Relaciones entre hermanos/as y desarrollo psicológico en escolares. *Infancia y Aprendizaje*, 24 (3), 361-377
- Arranz, E. (1989). *Psicología de las relaciones fraternas*. Barcelona. Herder
- Arranz, E. (2000). Interacción entre hermanos y desarrollo psicológico: una propuesta educativa. *Innovación educativa*, 10, 311-331.
- Barroilhet, S., Cano-Prous, A., Cervera-Enguix, S., Forjaz, M. J., y Guillén-Grima, F. (2009). A Spanish version of the Family Assessment Device. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 44(12), 1051-1065.
- Bernart R. y Buralli, B. (2006). Las raíces horizontales: los hermanos como recurso terapéutico. *Redes: Revista de Psicoterapia Relacional e Intervenciones Sociales*, 16, 63-82
- Brody, G.H., Stoneman, Z. y Gauger, K. (1996). Parent-child relationships, family problem-solving behaviour and sibling relationship quality: the moderating role of sibling temperaments. *Child Development*, 67, 1289-1300.
- Cagigal, V. (2006). *Los hermanos de menores con trastornos mentales: estudio descriptivo y factores de protección familiar*. Tesis doctoral inédita. Universidad Pontificia Comillas. Madrid.
- Cagigal, V. y Prieto, M. (2006). Problemas emocionales y de conducta en hermanos de menores con diagnóstico de trastorno mental. *Clínica y Salud*, 17(1), 51-68.
- Cangas, A.J., Gázquez, J.J., Pérez-Fuentes, M.C., Padilla, D., Miras, F. (2007) Evaluación de la violencia escolar y su afectación personal en una muestra de estudiantes europeos. *Psicothema*, 19,114-119
- Caspi, J. (2011). Future directions for sibling research, practice and theory. En J. Caspi (Ed.), *Sibling development: Implications for mental health practitioners* (pp. 377–390). New York, NY: Springer
- Doron, H. (2009). Birth Order, Traits and Emotions in the Sibling System as Predictive Factors of Couple Relationships. *Open Family Studies Journal*, 2, 23-30.

- Dunn, J. (2007). Siblings and socialization. En J. E. Grusec y P. D. Hastings (Eds.), *Handbook of socialization: Theory and research* (pp. 309–327). New York, NY: Guilford Press
- Espinal, I., Gimeno, A., y González, F. (2003). El enfoque sistémico en los estudios sobre la familia. Universidad Autónoma de Santo Domingo. Facultad de Psicología
- Epstein, N. Baldwin, L. y Bishop, D. (1983). The McMaster Family Assessment Device. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9, 171-180
- Feinberg, M. E., Solmeyer, A. R., y McHale, S. M. (2012). The third rail of family systems: Sibling relationships, mental and behavioral health, and preventive intervention in childhood and adolescence. *Clinical child and family psychology review*, 15(1), 43-57.
- García, P. R., Moreno, A., Llovera, N. y Lahera, G. (2012). Factores asociados a la Emoción Expresada familiar en la Esquizofrenia: implicaciones terapéuticas. *Revista de la Asociación Española de Neuropsiquiatría*, 32(116), 739-756
- García, R. (2004). Estudio sobre el ambiente familiar de una muestra de pacientes psicóticos. *Informaciones psiquiátricas: Publicación científica de los Centros de la Congregación de Hermanas Hospitalarias del Sagrado Corazón de Jesús*, (178).
- Greenberg, L. (2010). Emotion-focused therapy: A clinical synthesis. *Focus*, 8, 32–42.
- Greenberg, L., & Johnson, S. (1988). *Emotionally focused couples therapy*. New York, NY: Guilford Press
- Hervás, G., y Jódar, R. (2008). Adaptación al castellano de la Escala de Dificultades en la Regulación Emocional [The Spanish version of the Difficulties in Emotion Regulation Scale]. *Clínica y Salud*, 19(2), 139-156.
- Howe, N. y Recchia, H. (2011). Relaciones entre hermanos y sus impactos en el desarrollo infantil. *Centre of Research in Human Development*.
- Howe, N. y Recchia, H. (2014). Sibling relations and their impact on children's development. *Encyclopedia on Early Childhood Development*, 17-24
- Iglesias de Ussel, J. I. (1998). La familia española en el contexto europeo. En J. Palacios y M.J. Rodrigo. *Familia y desarrollo humano* (pp. 91-116). Alianza Editorial.
- Johnson, S. M., y Lee, A. C. (2000). Emotionally focused family therapy: Restructuring attachment. En C. E. Bailey (Ed.), *Children in therapy* (pp. 112–133). New York, NY: Norton.
- Kahn, M. D., y Lewis, K. G. (1988). *Siblings in therapy: Life-span and clinical issues*. New York, NY: Norton
- Kennedy, D. E., y Kramer, L. (2008). Improving Emotion Regulation and Sibling Relationship Quality: The More Fun With Sisters and Brothers Program. *Family Relations*, 57(5), 567-578

- Kramer, L. (2014). Learning Emotional Understanding and Emotion Regulation Through Sibling Interaction. *Early Education and Development*, 25, 160-184
- Kramer, L. (2010). The essential ingredients of successful sibling relationships: An emerging framework for advancing theory and practice. *Child Development Perspectives*, 4, 80–86.
- Lam, C. B., Solmeyer, A. R., y McHale, S. M. (2012). Sibling relationships and empathy across the transition to adolescence. *Journal of youth and adolescence*, 41(12), 1657-1670.
- Lobato, D. (1992). *Hermanos y hermanas de niños con necesidades especiales. Información y actividades para ayudar a los hermanos de niños con enfermedades crónicas e incapacidades evolutivas (trastornos del desarrollo)*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales, Instituto Nacional de Servicios Sociales.
- McAlister, A., y Peterson, C. C. (2006). Mental playmates: Siblings, executive functioning and theory of mind. *British Journal of Developmental Psychology*, 24(4), 733-751.
- McHale, S. M., Updegraff, K. A., y Whiteman, S. K. (2012). Sibling relationships and influences in childhood and adolescence. *Journal of Marriage and Family*, 74, 913–930.
- Minuchin, S. y Fishman, Ch. (1991). *Técnicas de terapia familiar*. México: Paidós.
- Minuchin, S. (2003). *Familias y terapia familiar*. Barcelona: Gedisa.
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., y Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social development*, 16(2), 361-388.
- Orav, J., Vaillant, G. y Waldinger (2007). Relaciones fraternales durante la infancia como factor de pronóstico de depresión mayor en la edad adulta: un estudio prospectivo a 30 años. *American Journal Psychiatry*; 10, 511-516
- Palacios, J y Rodrigo, M.J. (1999). *La familia como contexto de desarrollo humano*. Universidad de Sevilla, Secretariado de Publicaciones.
- Palacios, J. y Rodrigo, M.J. (Coords.) (2005). *Familia y desarrollo humano*. Madrid. Alianza Editorial.
- Palmer, G., y Efron, D. (2007). Emotionally focused family therapy: Developing the model. *Journal of Systemic Therapies*, 26, 17–24.
- Piñero-Ruiz, E., López-Espín, J. J., Cerezo, F., y Torres-Cantero, A. M. (2012). Tamaño de la fratría y victimización escolar. *Anales de psicología*, 28(3), 842-847.

- Riggio, H. R. (2000). Measuring attitudes toward adult sibling relationships: The lifespan sibling relationship scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 17(6), 707-728.
- Ripoll, K., Carrillo, S., y Castro, J. A. (2009). Relación entre hermanos y ajuste psicológico en adolescentes: los efectos de la calidad de la relación padres-hijos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 27(1), 125-142.
- Sheffield, A., Silk, J., Steinberg, L., Myers, S. y Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social development*, 16(2), 361-388.
- Snyder, J., Cramer, A., Afrank, J., y Patterson, G. R. (2005). The contributions of ineffective discipline and parental hostile attributions of child misbehavior to the development of conduct problems at home and school. *Developmental Psychology*, 41(1), 30.
- Stocker, C., Burwell, R. A., y Briggs, M. L. (2002). Sibling conflict in middle childhood predicts children's adjustment in early adolescence. *Journal of Family Psychology*, 16, 50-57.
- Trent, K., y Spitze, G. (2011). Growing up without siblings and adult sociability behaviors. *Journal of family issues*, 32(9), 1178-1204.
- Tucker, C. J., y Updegraff, K. (2009). The relative contributions of parents and siblings to child and adolescent development. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 126, 13-28.
- Whiteman, S. D., McHale, S. M., y Soli, A. (2011). Theoretical perspectives on sibling relationships. *Journal of Family Theory and Review*, 3, 124-139.
- Wittenborn, A. K., Faber, A. J., Harvey, A. M., y Thomas, V. K. (2006). Emotionally focused family therapy and play therapy techniques. *The American Journal of Family Therapy*, 34(4), 333-342.